

¿En qué consiste la Psicoeducación?

El abordaje psicoeducacional es uno de los tratamientos no farmacológicos que han demostrado ser de ayuda en el tratamiento con los afectados de [Trastorno por déficit de Atención e Hiperactividad \(TDAH\)](#) y sus familias (Soutullo y Díez, 2007).

La Psicoeducación consiste en un abordaje que enseña al afectado y su familia en qué consiste el trastorno, qué características tiene y qué se puede hacer para mejorarlo.

La psicoeducación como paso previo o parte integrante de la [intervención psicológica en el TDAH](#), instruye acerca de los mecanismos que desencadenan y mantienen las diferentes conductas y respuestas del sujeto, permite a los pacientes reinterpretar sus síntomas con explicaciones veraces y basadas en el respaldo médico y científico. También atiende a los pensamientos, ideas y creencias irracionales y distorsionadas con respecto al trastorno y plantea el problema de una perspectiva real y manejable.

La psicoeducación es, por tanto, el paso previo a cualquier tratamiento o intervención terapéutica, donde se asientan las bases y se establece la línea de salida, es decir, el lugar donde el sujeto y su familia van a partir para alcanzar las metas terapéuticas, personales, familiares y de futuro.

El abordaje psicoeducacional

La psicoeducación generalmente la lleva a cabo el profesional encargado de llevar a cabo la intervención o el tratamiento (terapeuta ocupacional, psicólogo, neuropsicólogo, el psicopedagogo?) y se debe siempre adecuar al nivel de entendimiento y comprensión de la persona, al nivel sociocultural y de desarrollo del niño y su familia, a su personalidad, a las características del trastorno y la información previa que tienen sobre el TDAH. En el caso de los niños, debe tenerse especial cuidado con el uso de términos y emplear un lenguaje sencillo, simbólico y que ellos puedan entender.

En el marco del abordaje psicoeducacional, debe impartirse desde la primera entrevista con el afectado y su familia y probablemente por un largo tiempo, ya que deberá ser dosificada según los tiempos disponibles, las etapas del tratamiento y el tipo de respuesta (de aceptación o rechazo a la terapia y el trastorno).

La psicoeducación se puede realizar de forma individualizada al caso o se pueden llevar a cabo grupos psicoeducacionales (de afectados o de familiares).



Según, Bulacio y cols., los contenidos psicoeducacionales deben centrarse en:

1. El **diagnóstico**, sus manifestaciones, sus consecuencias, sus posibles riesgos, etc.
2. La necesidad de realizar un tratamiento multimodal e integral.
3. El fundamento del **tratamiento farmacológico**.
4. El fundamento de la psicoterapia recomendada (individual, familiar, grupal).
5. La importancia "per se" de la psicoeducación como estrategia terapéutica.
6. La importancia de desarrollar la creatividad y el desarrollo personal en su propia vida y en el tratamiento mismo, buscando el desarrollo y potenciación de sus fortalezas.
7. La definición del objetivo final del tratamiento en relación con la calidad de vida.

La psicoeducación también conlleva recomendación del terapeuta a la familia y el afectado de lectura de libros, manuales, asistencia a grupos de apoyo, escuelas de padres, video sobre el trastorno con el fin de profundizar en el conocimiento y entendimiento del trastorno.

Beneficios y eficacia de la Psicoeducación en el TDAH

La Psicoeducación reporta beneficios a nivel de autoestima, entendimiento del trastorno, aceptación activa del trastorno y de sus limitaciones, mejora la motivación y el interés por la terapia, y establece las bases del compromiso por parte del afectado y su familia hacia la mejora terapéutica y personal.

Las asociaciones de afectados y **familias** de niños/as con TDAH, son una excelente fuente de psicoeducación y grupos de apoyo para los niños y sus familias. En ellas se les facilita la información acerca del trastorno, los recursos disponibles existentes, conocen otros casos o situaciones similares y se recomiendan profesionales que

puedan tratar el trastorno de sus hijos como médicos, especialistas infanto–juveniles psicólogos, psicopedagogos, especialistas terapéuticos, etc.

BIBLIOGRAFÍA

Bulacio, J.M., Vieyra M. C. y Esteban, E. Uso de la psicoeducación como estrategia terapéutica. Fundación de Investigación en Ciencias Cognitivas Aplicadas (ICCAp).