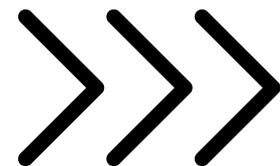


# Conexión Diversa

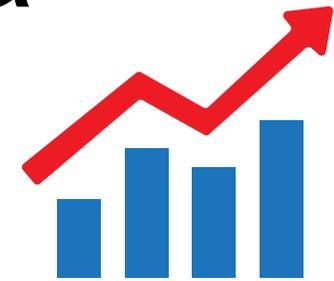
## ¿Qué es el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad ?

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) es una condición neurológica que implica diferencias en la manera en que una persona mantiene la atención, gestiona la impulsividad y regula su comportamiento. Este trastorno suele extenderse hasta la edad adulta presentando manifestaciones variadas a lo largo de la vida.

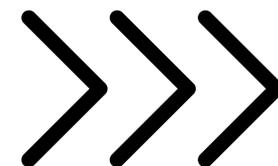


# Conexión Diversa

Datos que deberías saber:



- El TDAH se clasifica en tres tipos, aunque sus manifestaciones pueden variar en cada persona:
  - **Predominantemente inatento:** Se caracteriza por dificultades para prestar atención a los detalles y una tendencia a distraerse con facilidad.
  - **Predominantemente hiperactivo-impulsivo:** Se manifiesta con inquietud, dificultad para permanecer en un mismo lugar y para esperar turnos.
  - **Combinado:** Presenta características tanto del tipo inatento como del hiperactivo-impulsivo.

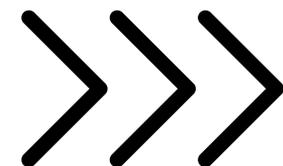


# Conexión Diversa

Datos que deberías saber:



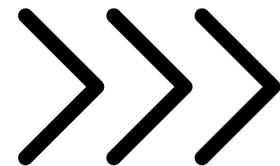
- No todas las personas con TDAH son hiperactivas.
- Con apoyo profesional, estrategias personalizadas y acomodados adecuados, las personas con TDAH pueden alcanzar su máximo potencial académico y personal.
- **El 41.45% del estudiantado registrado en OSEI presenta TDAH.**



# Conexión Diversa

Campos profesionales que evalúan y/o atienden la condición:

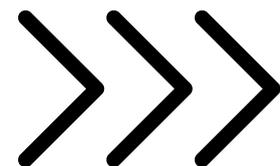
- Terapia Ocupacional
- Psicología
- Consejería en Rehabilitación
- Consejería Profesional
- Trabajo Social
- Neurología
- Psiquiatría



# Conexión Diversa

## Impacto en el ámbito académico:

- Dificultad para mantener el enfoque por periodos prolongados en clases, lecturas extensas o tareas repetitivas.
- Retos para priorizar tareas y organizarse.
- Desafíos para retener información y manejar el tiempo .
- Frustración ante dificultades académicas.
- Posibles dificultades con el trabajo en equipo y la participación en clase.
- Impulsividad en respuestas y en la toma de decisiones.

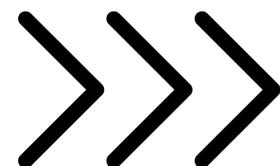


# Conexión Diversa

## Posibles acomodados razonables:

- Conceder asiento preferencial para minimizar distracciones.
- Medio tiempo adicional para completar las tareas en clases.
- Repetir instrucciones de ser necesario ya que por su condición requiere de tiempo adicional para organizar sus ideas.

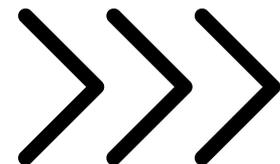
***Los acomodados se otorgan de acuerdo con las necesidades individuales de cada estudiante.  
Los acomodados aquí presentados no garantizan su aplicación para todos los casos.***



# Conexión Diversa

## Recomendaciones para la comunidad universitaria:

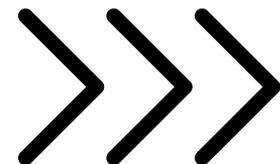
- Fomentar el respeto y la empatía hacia la diversidad de aprendizaje.
- Reconocer la importancia de pequeños descansos para mejorar la concentración.
- Utilizar aplicaciones de organización, temporizadores y recordatorios para la gestión del tiempo.



# Conexión Diversa

## Recomendaciones para la comunidad universitaria:

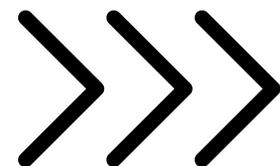
- Establecer rutinas de estudio efectivas.
- Brindar instrucciones detalladas en trabajos, asignaciones y exámenes.
- Practicar técnicas de atención plena como la respiración profunda o el mindfulness para mejorar la concentración.



# Conexión Diversa

## Recursos informativos y/o de ayuda:

- Children and Adults with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (CHADD)
  - [www.chadd.org](http://www.chadd.org)
- Administración de Servicios de Salud Mental y Contra la Adicción (ASSMCA)
  - [www.assmca.pr.gov](http://www.assmca.pr.gov)
  - Línea Pas: 1 (800) 981 - 0023
  - Línea de Prevención de Suicidio y Crisis: 988
- DCODE
  - [dcode.consejeria@upr.edu](mailto:dcode.consejeria@upr.edu)
  - 787-764-0000 Ext. 86500, 86501
- Centro Universitario de Servicios y Estudios Psicológicos (CUSEP)
  - 787-764-0000 Ext. 87680, 87681



# Conexión Diversa

## Llamado a la acción:

- *El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad es una condición neurodivergente que impacta la manera en que una persona procesa la información. Fomentemos la comprensión y espacios donde la comunidad universitaria pueda desarrollarse de acuerdo a sus necesidades. Recuerda que cada persona es única .*

