



Nombre del Máster: Máster Universitario en Docencia Universitaria

Título TFM: Entorno educativo de alumnos diagnosticados con TDAH en edad universitaria

Nombre autor/a: Daniel Puig Puig

Nombre del profesor/a que dirige el TFM: Dr./Dra. Diego Navarro Mateu

Localidad: Valencia

Fecha: 2024

ÍNDICE

1. RESUMEN.....	3
2. ABSTRACT.....	4
3. INTRODUCCIÓN.....	5
3.1. Justificación.....	6
3.2. Pregunta de investigación.....	7
3.3. Objetivos.....	7
4. MARCO TEÓRICO.....	8
4.1. El TDAH. Definición y principales teorías.....	8
4.2. Principales metodologías para alumnos con TDAH.....	11
4.3. El concepto de innovación docente en la educación superior de hoy...	13
4.4. TDAH y universitarios.....	15
4.5. Relación del tema con los Objetivos de Desarrollo Sostenible.....	16
5. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DEL TEMA.....	19
5.1. Actuación universitaria actual respecto a la diversidad.....	19
5.2. Adaptaciones y protocolo para alumnos con TDAH en la universidad..	23
5.3. Tratamiento del TDAH en universitarios.....	27
6. RECOMENDACIONES PSICOPEDAGÓGICAS.....	32
6.1. Recomendaciones psicopedagógicas para alumnos con TDAH.....	32
6.2. Recomendaciones psicopedagógicas para el profesorado.....	38
7. CONCLUSIONES.....	42
8. LIMITACIONES Y LÍNEAS FUTURAS DE TRABAJO.....	44
9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	45
9.1. Bibliografía.....	45
9.2. Listas	

Índice de figuras

Figura 1. Características y necesidades de los alumnos con TDAH en el proceso de aprendizaje de las matemáticas.....	10
Figura 2. Síntomas de los alumnos con TDAH en la etapa escolar y en la universitaria.....	11
Figura 3. Objetivos de Desarrollo Sostenible presentes en este trabajo.....	17
Figura 4. Apartado específico para alumnado con TDAH de la Guía de adaptaciones en la universidad.....	22
Figura 5. Tratamiento recibido por los pacientes con trastornos por déficit de atención e hiperactividad.....	29
Figura 6. La Universidad española respecto a los alumnos con TDAH.....	41

Índice de tablas

Tabla 1. Actuaciones de apoyo a la inclusión del alumnado con TDA/H.....	12
Tabla 2. Principales quejas de los adultos con TDAH y sintomatología reportada.....	21
Tabla 3. Tratamiento farmacológico en adultos con TDAH.....	29
Tabla 4. Recomendaciones para el alumno universitario con TDAH.....	37

1. RESUMEN

El objetivo de esta investigación es abordar la problemática en la que se encuentran los estudiantes universitarios con trastorno de déficit de atención e hiperactividad, TDAH. Este proyecto se ha llevado a cabo mediante una metodología de tipo teórica y mediante un estudio de investigación. En primer lugar, se hizo un trabajo de recerca sobre los conceptos clave de búsqueda: atención, hiperactividad, metodologías de aprendizaje en aulas universitarias o innovación en el aula con la entrada de las nuevas tecnologías, explorando que hoy en día hay muchos casos de hiperactividad en las aulas, sobre todo en edades escolares, quienes serán los futuros alumnos universitarios. También se investigó en la relación de este trabajo con los Objetivos de Desarrollo Sostenible. A continuación, en el marco normativo, se diseñaron los instrumentos y procedimientos de la recerca, buscando también cómo se posiciona la universidad actualmente respecto a sus alumnos con necesidades, los protocolos que se siguen a las universidades en los casos de alumnos con necesidades específicas y adaptaciones y protocolos para realizar en alumnos con TDAH en la universidad, junto con sus posibles tratamientos dentro y fuera de las aulas universitarias. Además, se investigó para encontrar unas recomendaciones psicopedagógicas tanto para los estudiantes como para los docentes universitarios. Todo seguido, se recogieron los datos y se analizó toda la información. Por último, se redactaron las conclusiones finales con el propósito de comprobar si se habían cumplido o no tanto la pregunta de investigación como sus objetivos iniciales, tanto los generales como los específicos.

Palabras clave: Atención, Hiperactividad, Aula Universitaria, TDAH.

2. ABSTRACT

The objective of this research is to address the problems faced by university students with attention deficit hyperactivity disorder, ADHD. This project has been carried out using a theoretical methodology and through a research study. Firstly, research work was done on the key search concepts: attention, hyperactivity, learning methodologies in university classrooms or innovation in the classroom with the entry of new technologies, exploring that today there are many cases of hyperactivity in the classrooms, especially at school ages, who will be the future university students. It was also investigated the relationship of this work with the Sustainable Development Goals was also investigated. Next, within the regulatory framework, the research instruments and procedures were designed, also seeking how the university currently positions itself with respect to its students with needs, the protocols that universities follow in cases of students with specific needs and adaptations and protocols to be carried out on students with ADHD at the university, along with their possible treatments inside and outside the university classrooms. In addition, research was carried out to find psycho-pedagogical recommendations for both students and university teachers. Everything followed, the data was collected and all the information was analysed. Finally, the final conclusions were drawn up with the purpose of checking whether or not both the research question and its initial objectives, both general and specific, had been met.

Keywords: Attention, Hyperactivity, University Classroom, ADHD.

3. INTRODUCCIÓN

Esta investigación tiene como objetivo el estudio de las diferentes metodologías que podemos utilizar con nuestros alumnos universitarios con trastorno de déficit de atención e hiperactividad, TDAH, o con alumnos con autismo. Así pues, también tiene como objetivo determinar las posibles relaciones entre el TDAH en adultos y las competencias de un estudiante universitario. Para ello, buscaremos intervenir mediante metodologías innovadoras para favorecer el proceso de enseñanza-aprendizaje en el aula universitaria.

Además, el TDAH es uno de los trastornos del neurodesarrollo más común y se caracteriza por una alteración en las funciones que están vinculadas al desarrollo del sistema nervioso central, pero esta es únicamente una definición; la realidad es que se sabe bien poco sobre lo que este trastorno implica en la vida de los estudiantes, padres, maestros y todo el contexto que los rodea. Muchas personas pueden llegar a confundir esta condición señalando a los alumnos como inquietos, desobedientes, mal educados, rebeldes... como consecuencia de la desinformación que existe a nivel global sobre el TDAH. En el sector educativo este trastorno está considerado una de las Necesidades Educativas Especiales (NEE); definido como una deficiencia de tipo físico, sensorial, intelectual, emocional y social, que afectan al aprendizaje (Brennan, 1988).

En un estudio de Blanco (2021), podemos ver como cuando le preguntan a los docentes si conocen las características de un alumno diagnosticado con TDAH, un 70% ha oído hablar de ellas, lo que nos indica que no están seguras de conocerlas con seguridad. Un 20% que aseguran saber cuáles son y, por último, un 10% afirma no conocer las características que estos alumnos pueden manifestar. Este es uno de los motivos de la investigación de este trabajo, ya que pensamos que los estudiantes con TDAH pueden tener dificultades en sus estudios universitarios debido a que los docentes no adaptan sus enseñanzas a las necesidades de ellos; ya sea por desconocimiento de ellas o por desconocimiento de técnicas para poder trabajar correctamente y atender las necesidades de todos.

Por último, hablar de que, a nivel de estructura, el proyecto ha sido elaborado mediante una metodología de tipo cualitativo teórico. En primer lugar, se ha hecho una búsqueda de fuentes de información sobre los conceptos clave del trabajo:

hiperactividad, falta de atención o autismo; para luego establecer metodologías innovadoras para trabajar en el aula universitaria.

3.1 Justificación

El motivo por el que hemos elaborado este trabajo es debido a que pensamos que los alumnos con TDAH se suelen tener muy poco en cuenta a la hora de planificar actividades e impartir clases en el aula universitaria, ya que tienen dificultad a la hora de conseguir su atención. La educación es esencial para el éxito personal, y existen obstáculos que dificultan el aprendizaje y, por tanto, el éxito. En el aula, los docentes se enfrentan a estudiantes que son muy inquietos, que tienen poca concentración y que se distraen con facilidad (Kewley, 2011). La falta de una adecuada atención implica una disminución en los méritos académicos. En el caso de los profesores que realizan intervenciones para estudiantes diagnosticados con TDAH, puede ser frustrante entender como han de tener un mejor acostamiento con ellos (Garner, 2016). La prevalencia en adultos es de 4.4%, y ésta debe considerarse como un signo de alerta para el diagnóstico y tratamiento en esta población. En el caso de los universitarios y adultos con TDAH las dificultades que presentan no sólo se centran en los síntomas cardinales del trastorno sino en otros déficits asociados a la función ejecutiva como planeación, organización, déficit en el control inhibitorio, pobre manejo del tiempo y postergación de las actividades que pueden afectar las áreas académicas, laborales, relaciones sociales, familiares y actividades cotidianas, lo que disminuye la calidad de vida de las personas. El incremento de accidentes, conductas delictivas, dificultades para el manejo de las finanzas personales y de relaciones interpersonales impactan el funcionamiento psicosocial de los jóvenes. Se ha considerado importante identificar y diagnosticar no solo al TDAH, sino también la comorbilidad de trastornos de ansiedad, episodio depresivo mayor, y uso y abuso de alcohol y sustancias. (Ortiz & Jaimes, 2016).

Además, puede decirse que este trastorno se identifica regularmente en la adolescencia o en la edad adulta, el cual debe ser un signo de alerta ya que los alumnos universitarios no solo pueden presentar síntomas cardinales del trastorno sino muchos otros, asociados a una función ejecutiva como planeación, organización, mal manejo de tiempo y postergación de actividades, que pueden afectarlos tanto académicamente como en actividades cotidianas, disminuyendo su calidad de vida.

Por ello, los investigadores recomiendan realizar evaluaciones, estudios y metodologías didácticas basadas en la neuroeducación y en la psicología positiva (Buitrago, et al., 2022).

3.2 Pregunta de investigación

Este trabajo nace de la pregunta siguiente:

- ¿Como se puede mejorar el aprendizaje en los estudiantes universitarios diagnosticados con TDAH u otros problemas de atención?

Mediante la resolución de esta pregunta queremos investigar todo lo relacionado con el aprendizaje de los estudiantes con problemas de atención que se encuentran en la etapa de Educación Universitaria.

3.3 Objetivos

En este trabajo, tenemos como objetivo general el siguiente:

- Analizar la actualidad en cuanto a la enseñanza universitaria en alumnos con TDAH.

Además, tenemos los siguientes objetivos específicos:

- Explorar el potencial de las nuevas metodologías para fomentar la atención y aprendizaje de los alumnos en la etapa de Educación Universitaria.
- Comprobar si en la actualidad se tiene en cuenta a los alumnos con TDAH u otros problemas de atención en las aulas universitarias.
- Verificar si se sigue algún protocolo o actuación en los alumnos diagnosticados con TDAH.

4 MARCO TEÓRICO

Por lo que respecta al marco teórico de esta investigación, vamos a abordar este punto con una investigación sobre el TDAH, su definición y otras definiciones de otros conceptos como la impulsividad, la hiperactividad o el déficit de atención y sus principales teorías.

Además, veremos las principales metodologías utilizadas en el aula que puedan favorecer a los estudiantes con TDAH en las universidades. También hablaremos sobre cómo está enfocado el concepto de innovación docente en la educación superior actualmente. A continuación, analizaremos la situación actual de los universitarios diagnosticados con TDAH. Por último, para cerrar este punto, relacionaremos nuestra temática con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).

4.1. El TDAH. Definición y principales teorías.

El TDAH es un trastorno que puede afectar a la calidad de vida y al desempeño de las personas en muchas áreas de su vida, tales como la académica, eje central de la presente investigación. En este sentido, se presentan cada una de las características del Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad definidas por Baquero y Hernández (2016) que son:

Hiperactividad

La hiperactividad, aunque menos presente en esta etapa de la vida, se puede evidenciar en:

- Una actividad constante
- Horarios sobrecargados
- Elegir trabajos que les requiera una mayor ocupación convirtiéndose en adictos al trabajo

Déficit de atención

El déficit de atención, más marcado en esta etapa de la vida, se manifiesta en:

- Problemas de atención y concentración
- Desorganización e incapacidad para organizar trabajos o tareas
- Dificultad para iniciar y finalizar proyectos

- Problemas de gestión del tiempo
- Facilidad para olvidarse de las cosas.

El déficit de atención se manifiesta principalmente en las actividades que requieren un mayor nivel de atención y concentración en el tiempo, y en general, les lleva a ser poco organizados e inconsistentes, por lo que pueden tener más problemas en el entorno laboral.

Impulsividad

En cuanto a la impulsividad en la edad adulta, se caracteriza frecuentemente de la forma siguiente:

- Terminar las relaciones prematuramente
- Cambiar de trabajo constantemente
- Carecer de paciencia para distintas actividades
- Perder el control
- Conducir de forma temeraria (con un mayor porcentaje de accidentes)
- Alto número de multas y probables retiradas de carné
- Consumo de tóxicos

Como hemos visto, el TDAH tiene diversos problemas como la falta de atención, la impulsividad y la hiperactividad, pero, por otra parte, podemos encontrar otras dificultades de tipo cognitivo, de desarrollo académico e incluso médicas o relacionadas con la salud (Rief, 2012). Además, la falta de atención dificulta procesos como el cálculo, la expresión oral, la escritura y la lectura. La actitud de los maestros y profesores en cuanto al TDAH está lejos de ser ideal, y los conocimientos son insuficientes; se enfrentan al dilema y la dificultad de tratar de enseñar a un estudiante con TDAH al mismo tiempo que a 25 estudiantes más sin TDAH o con alguna otra necesidad educativa, lo cual puede resultar un problema.

El TDAH supone un déficit en las funciones ejecutivas, esenciales para planificar, organizar y llevar a cabo actividades complejas durante largos períodos de tiempo. Es decir, en los estudiantes con TDAH la parte ejecutiva del cerebro, encargada de organizar y controlar la conducta, funciona de manera poco eficaz (Barkley, 2011); por este motivo, los estudiantes con TDAH experimentan dificultades académicas con las matemáticas, debido a los múltiples procesos y funciones cerebrales involucradas en la ejecución de problemas matemáticos como la poca memoria, falta de atención, problemas para seguir secuencias, poca organización espacial, motora, motricidad

Figura 2. Síntomas de los alumnos con TDAH en la etapa escolar y en la universitaria.



Extraído de: Fundación CADAH (2012).

4.2. Principales metodologías para alumnos con TDAH.

Según Martínez y Medina (2017), todavía existe poca experiencia en el contexto universitario en lo referente a la atención a estudiantes con TDAH, desde las unidades de Apoyo a Estudiantes con diversidad funcional se vienen desarrollando diversas medidas e intervenciones. La Universidad de Burgos, a través de la Unidad de Atención a la Diversidad, está llevando a cabo actuaciones en distintos momentos de la vida universitaria para facilitar, mejorar y dar los apoyos necesarios a aquellos

estudiantes que presentan un diagnóstico de TDAH y de este modo, facilitar su inclusión en el mundo universitario. Estas actuaciones comienzan incluso antes de la incorporación real del estudiante a la facultad o grado que va a cursar. se realizan una vez que el alumno se ha incorporado al entorno universitario, se mantienen a lo largo de la trayectoria universitaria e incluso se practican al final de los estudios, en el momento de hacer el tránsito al mundo laboral. En la siguiente tabla se recoge un resumen de los momentos, las actuaciones que se llevan a cabo y las personas a quienes van dirigidas estas actuaciones.

Tabla 1.

Actuaciones de apoyo a la inclusión del alumnado con TDA/H.

Momento	Actuaciones	A quién van dirigidas
<i>Transición a la universidad</i>	Coordinación con los responsables de los Departamentos de Orientación de los Centros Educativos	Departamentos de Orientación Centros de Bachillerato
	Apoyo en la realización de las Pruebas de Acceso a la Universidad (PAU) Orientación en la elección de estudios universitarios	Alumno/a
<i>Incorporación al entorno universitario</i>	Protocolo de acogida: Conocimiento del funcionamiento, organización y estructura universitaria Conocimiento de los planes de estudio y metodologías de enseñanza	Alumno/a
<i>Durante estancia en la universidad</i>	Planificación de apoyos Asesoramiento en cuanto a actividades extraacadémicas vinculadas a la universidad	Alumno/a
	Información y apoyo al profesorado Coordinación continua con los profesores tutores y con el resto de profesores	Docentes
	Sensibilización sobre el TDAH	Comunidad universitaria
<i>Finalización de los estudios universitarios</i>	Preparación de la transición a la vida laboral	Alumno/a

Extraído de: Rodríguez, A. (2017).

Como puede apreciarse, las actuaciones que se realizan para favorecer la inclusión de las personas con TDA/H en la universidad no solo están enfocadas al estudiante que presenta este trastorno sino también, a los agentes educativos que están implicados en su formación académica y personal, como son los docentes, compañeros y comunidad universitaria en general (Martínez y Medina, 2017).

4.3. El concepto de innovación docente en la educación superior de hoy.

La tarea de la educación superior se basa en “la formación de profesionales competentes, de individuos que resuelven creativamente, es decir, de manera novedosa, eficiente y eficaz, problemas sociales” (Ibáñez, 1994, p. 104).

Para Ortiz (2019), los espacios de educación superior tienen la misión de formar a aquellos jóvenes que van a desarrollar su labor profesional en un futuro próximo. Y se debe dotar a los mismos de las capacidades suficientes y necesarias para el desarrollo de una innovación continua que les permita estar en vanguardia con lo que la sociedad actual demanda en cuanto a profesionales cualificados.

Es cierto que estamos en una sociedad de la información en la que la tecnología más puntera trata de abrirse camino en el campo de las ciencias sean del ámbito que sean, pero innovar implica aspectos más integrales que el que estamos mencionando, es decir, se hace imprescindible para tener un concepto de innovación (Ortiz, 2019). En la universidad de hoy saber su significado terminológico contempla, además de las tecnologías, aspectos como:

1. Intencionalidad o, lo que es lo mismo, cualquier innovación conlleva una intención explícita y diferente para tratar temas actuales.
2. Novedad y creatividad, en cuanto potencian la mejora del desarrollo formativo y la capacidad para poder definir los cambios y adaptarlos para alcanzar nuestras metas.
3. Cooperación, es decir, el empoderamiento colectivo de los grupos para llegar a potenciar un cambio necesario y nuevo.
4. Actual, la innovación tiene que responder y tener la capacidad de generar una solución a situaciones nuevas que se nos plantean como un problema o como una oportunidad.
5. Relevante y pertinente, cualquier innovación responde a una necesidad sea del tipo que sea.
6. Equitativa, integradora e inclusiva, es decir, no puede dejar fuera a nadie.
7. Viabilidad, en cuanto que tiene que ser posible una transferencia de esa innovación que permita una escalabilidad y desarrollo.

8. Sostenibilidad, esa innovación tiene que mantenerse de forma continua hasta que sea superada por otra de mayor calado o necesidad.
9. Impacto, debe lograr trascender el nivel de ámbito donde fue ideada con un coste de efectividad siempre positivo.

Podemos unir el concepto de innovación a tres grandes aspectos o ideas, que son: lo nuevo o creativo, la mejora y el cambio.

- a. Lo nuevo hace referencia a lo que antes no se conocía, no se había inventado, no se había hecho y se genera o viene a sustituir o a presentarse por primera vez.
- b. La mejora viene asociada al desarrollo de metodologías, de estrategias, de recursos didácticos, de maneras de organizarnos que se están usando con anterioridad y que se cambian de forma sustancial o se generan de una forma diferente para que se potencie su uso efectivo.
- c. El cambio viene asociado a la introducción de algo nuevo que produce, como hemos dicho, una mejora, pero para tomar al cambio como una innovación debe de tener una génesis planeada, deliberada y sistematizada.

Por último, Ortiz (2019) nos dice que el concepto de innovación educativa en la esfera de la educación superior va unido a cuatro grandes ámbitos:

1. Introducción de nuevos contenidos y nuevas áreas curriculares.
2. Uso de nuevas tecnologías y materiales.
3. Aplicación de nuevas estrategias y enfoques en el desarrollo de los procesos de enseñanza y aprendizaje.
4. Apuesta por el cambio en los presupuestos y creencias didáctico-pedagógicas de todos los actores educativos.

4.4. TDAH y universitarios

En cuanto al TDAH en las universidades, se encuentra gran variedad de estudios en población adulta con TDAH, aún así, no son muchos los que se han dedicado a

estudiar a los universitarios con este trastorno. Algunos autores señalan que muchos de ellos no logran concluir la formación media superior o incluso no consiguen ingresar en la universidad, dado el impacto que tiene el trastorno en el desempeño académico.

Algunos autores como Frazier, et al. (2007) mencionan que es difícil conocer con exactitud la prevalencia, debido a las diferencias metodológicas y criterios utilizados en la identificación del TDAH en los universitarios, así como por el reducido porcentaje que ingresa a este nivel.

Heiligenstein (1999) indica que la detección y diagnóstico de este trastorno en la universidad se realiza debido a que los mismos estudiantes solicitan ayuda al tener información sobre el mismo, y a que identifican los síntomas actuales y la persistencia de éstos a través de su infancia y adolescencia, así como la repercusión que ha tenido en su vida cotidiana.

En algunas universidades se han creado grupos de psicoeducación para alumnos con TDAH, en los que se trabajan las habilidades sociales, técnicas para resolver problemas, las relaciones con compañeros y el manejo del enojo. Durante estas sesiones se emplean diversas actividades de retroalimentación y reflexión para que el alumno mejore su forma de interactuar con los demás

Es necesaria la sensibilización de la comunidad académica, tanto a los alumnos como a los académicos y tutores, y la capacitación de los profesionales de salud que atienden a los universitarios, ya que persiste la idea de que el trastorno remite en la adolescencia. Los programas de salud en la universidad tienen una posición única y grandes oportunidades para proporcionar una atención óptima e integral a los estudiantes. Además, esta sensibilización lleva el objetivo de apoyar a los estudiantes, sobre todo a quienes presentan dificultades académicas y de desarrollo personal; lo que puede contribuir a que logren una eficiencia terminal e iniciar una vida profesional. Para alcanzar estas metas es recomendable diseñar programas para el tratamiento médico especializado y estrategias de cognitivos conductuales para este atender este trastorno.

4.5. Relación del tema con los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

En este apartado, trataremos de relacionar nuestro TFM con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). Para entender este concepto, hablaremos de que, en

2015, la ONU aprobó la Agenda 2030 sobre el Desarrollo Sostenible, una oportunidad para que los países y sus sociedades emprendieran un nuevo camino con el que mejorar la vida de todas las personas, sin dejar a nadie atrás. La Agenda cuenta con 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible, que establecen que la erradicación de la pobreza debe ir de la mano de estrategias que fomenten el crecimiento económico y aborden una serie de necesidades sociales como la educación, la sanidad, la protección social y las perspectivas de empleo, al tiempo que se combate el cambio climático y se protege el medio ambiente.

Para ello, encontramos que el ODS 4, referido la educación de calidad, es el que más relacionado está con nuestra temática, y habla de que quiere garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida de todos.

Además, en este ODS se añade que el progreso hacia una educación de calidad ya era más lento de lo requerido antes de la pandemia, pero la covid-19 ha tenido impactos devastadores en la educación, provocando pérdidas de aprendizaje en cuatro de cada cinco países de un total de 104 analizados.

Por ello, afirman que sin medidas adicionales, se estima que 84 millones de niños y jóvenes no asistirán a la escuela de aquí a 2030 y aproximadamente 300 millones de estudiantes carecerán de las habilidades básicas de aritmética y alfabetización necesarias para tener éxito en la vida.

Además de la educación primaria y secundaria gratuita para todos los niños y niñas de aquí a 2030, el objetivo es proporcionar igualdad de acceso a una formación profesional asequible, eliminar las disparidades de género y riqueza y lograr el acceso universal a una educación superior de calidad.

Como también añaden en el ODS 4, la educación ayuda a reducir las desigualdades y a alcanzar la igualdad de género. También ayuda a las personas de todo el mundo vivir una vida más saludable y sostenible. La educación también es importante para fomentar la tolerancia entre las personas y contribuye al desarrollo de sociedades más pacíficas. La educación es la clave que permitirá alcanzar muchos otros objetivos de desarrollo sostenible. Cuando las personas pueden obtener una educación de calidad, pueden romper el ciclo de la pobreza.

Por último, nos cuentan que para cumplir el objetivo 4, la financiación de la educación debe convertirse en una prioridad de inversión nacional. Además, medidas como hacer

que la educación sea gratuita y obligatoria, aumentar el número de docentes, mejorar la infraestructura escolar básica y adoptar la transformación digital son esenciales.

Por otra parte, podemos relacionar este trabajo con el ODS 10, que hace referencia a la reducción de las desigualdades. En el presente texto, hemos hablado en todo momento del TDAH, el cual está considerado una necesidad específica de apoyo escolar, por lo que hablamos de una discapacidad. Como nos cuentan el ODS 10, la desigualdad por razón de ingresos, sexo, edad, discapacidad, orientación sexual, raza, clase, etnia, religión, así como la desigualdad de oportunidades, sigue persistiendo en todo el mundo. La desigualdad amenaza el desarrollo social y económico a largo plazo, frena la reducción de la pobreza y destruye el sentido de realización y autoestima de las personas. Esto, a su vez, puede resultar en delincuencia, enfermedades y degradación ambiental. Es imposible lograr un desarrollo sostenible y mejorar el planeta si se priva a la gente de la oportunidad de tener una vida mejor.

Figura 3. Objetivos de Desarrollo Sostenible presentes en este trabajo.



Extraído de: Almagro (2019).

5 ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DEL TEMA.

En cuanto al análisis y la discusión del tema del presente documento, se analizará la actual actuación universitaria respecto a la diversidad y, de este modo, se recopilarán una serie de adaptaciones y protocolos para alumnos con TDAH en la universidad. Por último, cerraremos este apartado hablando del tratamiento del TDAH en alumnos universitarios.

5.1 Actuación universitaria actual respecto a la diversidad.

El alto índice de reprobación, así como la educación fallida en los diferentes grados universitarios ha llevado a investigar las causas por las cuales esta problemática impide que muchos estudiantes concluyan su carrera profesional. De acuerdo con el Instituto Nacional de Salud Mental (2016) menciona que alrededor del 50% de los adolescentes que tienen problemas de aprendizaje también padecen TDAH. De esta población, la mitad muestra una dificultad específica de aprendizaje, lo que afecta la capacidad del alumno para comprender y/o usar los contenidos académicos de manera adecuada.

En otros casos como consecuencia de la repercusión de los síntomas nucleares del TDAH (Jensen et al., 2001, Brown, 2004), una de las complicaciones más alarmantes se sitúa en el uso de sustancias, ya que estas personas tienen un riesgo mayor de presentar un consumo más precoz y una adicción más intensa. Así como una alta tasa de accidentes que repercute sobre la dinámica de sus familias, mayor riesgo de fracaso escolar y otros problemas añadidos en la adolescencia. En el adulto se asocia a otras psicopatologías y trastornos, que representan del 30 al 50% de la población diagnosticada desde la infancia. Al ser tan alto el porcentaje de personas con TDAH también corresponde a los servicios educativos la detección en el ámbito escolar, así como la atención especializada a los universitarios, quien a causa de la interacción entre esta condición biológica y otros factores actitudinales y ambientales pudieran estar en riesgo de fracasar escolarmente y sufrir problemas de exclusión social (Gorráez, 2018).

Las exigencias académicas y los requerimientos propios de la vida universitaria son un reto difícil para estos estudiantes y más si no han sido detectados y por consecuencia,

diagnosticados y tratados. La principal problemática de los universitarios con TDAH afecta a dos cuestiones fundamentales:

A) El fracaso académico, que en estos casos es muy elevado.

B) El abandono de los estudios universitarios.

Según Barkley et al. (2002), tan sólo entre el 5%- 10% de los alumnos logran finalizar los estudios, aumentando la vulnerabilidad hacia el abandono en los dos primeros años, especialmente en el primer curso académico.

En la actualidad, según nos dice Gorráez (2018), muchos de estos estudiantes reciben el calificativo de jóvenes desmotivados, pues no muestran interés por el aprendizaje, son indisciplinados, transgresores de normas, a veces como resultado de una mala educación familiar y su tratamiento psicoeducativo se centra en dos puntos focales:

1) Aislamiento en el aula

2) Expedientes disciplinarios orientados a la expulsión de las escuelas.

En la preparatoria y en la facultad se encuentran con frecuencia como motivos de reprobación: la inasistencia, dificultades en la planificación de tareas, trabajos de clase inconclusos, bajas notas en los exámenes y un entorno académico poco estructurado. No les funciona adecuadamente la habilidad de anticipación y la capacidad de juicio, aunado a las faltas de concentración, atención y memoria. Gorráez (2018) además añade que en estas situaciones también se ven afectadas las habilidades sociales y tienden a auto maltratarse, aumentando los problemas de baja autoestima. Es frecuente encontrar que hablan consigo mismo insultándose, auto descalificándose y advirtiéndose un inminente fracaso, con una hipersensibilidad a situaciones de rechazo y una desconfianza elevada. Los estudiantes con TDAH tienen mayor dificultad con sus habilidades académicas, incluyendo su conocimiento en cómo prepararse y tomar un examen, investigar textos académicos para encontrar respuestas a preguntas específicas, monitorear errores en material escrito, tomar notas en lecturas de clase, escuchar y comprender un texto, manejar la ansiedad, procesar información y en autoevaluarse.

Por otra parte, en este nivel académico es más difícil la detección, ya que el sistema escolar universitario es más abierto, es decir, los maestros no dan un seguimiento puntual de los educandos como en los niveles básicos. Por lo tanto, se recomienda integrar equipos de observación para identificar conductas disruptivas tales como

hablar continuamente en el aula, interrumpir, entrar y salir del salón en más ocasiones que el resto del grupo, ser impuntual, desorganizado o retar a la autoridad debido a su impulsividad.

En estos casos y de acuerdo con el Manual de Diagnóstico y Tratamiento del TDAH, en el cerebro se observa la disminución del metabolismo sináptico de los neurotransmisores que produce las siguientes consecuencias:

- a) Disminuye la atención, disminuye la capacidad de iniciar y continuar actividades, dificulta la memoria de trabajo (o memoria a corto plazo)
- b) Dificulta la neutralización de estímulos irrelevantes, dificulta la capacidad para bloquear respuestas inadecuadas
- c) Dificulta la planificación de actividades complejas, dificulta la organización
- d) Incrementa la actividad física e incrementa la impulsividad.

Tabla 2.

Principales quejas de los adultos con TDAH y sintomatología reportada.

Quejas de los adultos con TDAH	Síntomas de los adultos con TDAH*	
<ul style="list-style-type: none"> • Se me olvida todo • Dicen que soy nervioso • Irritable • Impaciente • Impulsivo • Inconsistente • Desorganizado • Logros por debajo de su capacidad • Siempre se le hace tarde 	Dificultades para mantener la concentración en la preparación de clases o trabajos	Fallas en la memoria
	Problemas para iniciar proyectos	Distracción fácil con pensamientos irrelevantes
	No escucha ni lee las instrucciones	Toma de decisiones impulsivas
	Dificultad para mantenerse alerta o despierto en situaciones aburridas	Impaciencia, dificultad para tolerar la espera

Extraído de: Rodríguez, González y Arroba (2017).

La Ley de Universidades es muy clara, en su artículo 42, indica que el estudio en la Universidad es un derecho de todas las personas. Para garantizar esta igualdad de oportunidades, las universidades han puesto en marcha una serie de recursos institucionales que dan respuesta a la diversidad que está presente en las aulas desde mecanismos implementados en las propias políticas universitarias.

Todas las universidades públicas españolas tienen servicios de atención al alumnado, específicos o no para estudiantes con necesidades educativas, donde cualquier

estudiante puede informarse de los recursos de los que dispone su universidad a la hora de dar respuesta a sus necesidades específicas. Estos servicios adaptan el contexto universitario a las necesidades específicas de cada persona.

Existe una red de servicios de apoyo a personas con discapacidad (Red SAPDU) que aglutina a los servicios de estas características de la mayoría de universidades españolas y que, a pesar de que en su denominación se refiere a “discapacidad” también suelen dar servicio a estudiantes con necesidades educativas como es el caso del alumnado con TDAH. De hecho, en la Guía de adaptaciones en la universidad (2017) nacida del trabajo realizado por esta red se recoge un apartado específico para alumnado con TDAH con las recomendaciones básicas a la hora de adaptar los procesos de enseñanza y aprendizaje.

Figura 4. Apartado específico para alumnado con TDAH de la Guía de adaptaciones en la universidad.



Extraído de: Universidad Politécnica de Cartagena (2020).

Estos servicios son, por lo tanto, el punto de partida de las adaptaciones que se realizan dentro de la universidad y sirven también como un nexo entre la persona y la

comunidad universitaria ya que funcionan de forma similar a los departamentos de orientación de los centros de etapas educativas anteriores. Además, adaptan el contexto universitario, más allá del diagnóstico, a la persona en concreto y sus necesidades específicas, ya que, al tratar con alumnado adulto, la historia de vida y los recursos que previamente haya utilizado la persona, marcan de manera determinante las necesidades que puede tener.

5.2 Adaptaciones y protocolo para alumnos con TDAH en la universidad.

Desde hace años existe el debate sobre si se tienen que hacer adaptaciones a alumnos en las clases universitarias. La propuesta de iniciativas y ayudas específicas a estos alumnos está precedida por otro debate sobre los métodos de instrucción en la enseñanza universitaria. Se discute, por ejemplo, el hecho de tomar apuntes como estrategia para focalizar la atención en la materia o si, por el contrario, entregar material previamente estructurado por el profesor puede ayudar al alumno con este tipo de problemática y optimizar su rendimiento (Maydosz y Raver, 2010). Más tarde, las iniciativas y adaptaciones recomendadas para estos estudiantes en el contexto universitario se centraron en tres aspectos (Ortiz y Jaimes, 2007; Moreno, 2011):

- Definición de la figura del tutor académico encargado de guiar y asesorar al estudiante respecto a las materias ofertadas, supervisar sus habilidades académicas imprescindibles, etc.
- Organización de seminarios y talleres específicos en los que, además de aspectos relacionados con técnicas de estudio, se haga hincapié en la adquisición de habilidades de solución de problemas y habilidades sociales.
- Adaptaciones académicas curriculares. Entre otras, se han propuesto las siguientes:
 - o Asignación del alumnado con TDAH a los grupos configurados en las distintas asignaturas considerando sus limitaciones atencionales y cognitivas.
 - o Estructuración y planificación de la docencia: precisión de los objetivos docentes, exposición del índice de contenidos temático, síntesis e introducción explicativa previa al inicio de las clases, etc.

- Adaptación de los exámenes: se propone identificar o destacar el texto y/o actividades relevantes para el desempeño del alumno en la evaluación y programar un tiempo de ejecución adicional.
- Tutorías presenciales encaminadas al seguimiento de hábitos y planificación de trabajo, organización de la materia, esfuerzo a medio y largo plazo, etc.

Por otra parte, la Universitat de València (2012) presentaba los siguientes consejos en cuanto a adaptaciones para alumnos con TDAH en las aulas universitarias:

El abordaje del TDAH es multidisciplinar, combinando un tratamiento farmacológico y un abordaje psicológico, cognitivo-comportamental y desde la labor docente hay una serie de acciones que se pueden emprender para equiparar sus oportunidades con el resto de compañeros:

- Conocer bien el problema: cómo funciona, qué lo produce, cuáles son sus síntomas...; para ajustar la percepción que tenemos de ese estudiante.
- Control de estímulos: Su objetivo es eliminar al máximo los estímulos irrelevantes y distractores del medio para reducir las distracciones.
- Dar instrucciones mirándolo y pedirle feedback de lo que se ha dicho.
- Promover la participación activa del estudiante, dándole feedback frecuente y motivador.
- Seguir las directrices sugeridas por la UPD en cada caso.

Además, la Universitat de València (2016) presenta el siguiente caso real: “Con mucho esfuerzo y ayuda tanto por parte de sus padres como de algunos compañeros y a pesar de haber repetido algunos cursos, consiguió llegar a la universidad, donde siguió teniendo problemas parecidos a los que había tenido en épocas anteriores. Cuando llegó a la UPD para ser entrevistado, no podía permanecer quieto, cuando le hacíamos una pregunta la contestaba a medias enlazándola con otro asunto que le llegaba a la mente, siendo bastante complicado conseguir que se centrara. A través de la orientación que le dimos; le facilitamos la planificación de sus horarios, trabajos, tiempo de estudio y el abordaje de la titulación en su conjunto, actualmente está consiguiendo aprobar las asignaturas con una menor dosis de estrés. En ocasiones acude a la UPD para comentarnos algún problema o cuando nota que está teniendo dificultades para manejar algún obstáculo o situación. Actualmente está mejorando sus resultados, y los éxitos de las asignaturas le están cambiando la visión que tenía de sí

mismo, que cada vez es más positiva. Ya no tiene dudas de que conseguirá su meta; es decir la titulación en Ingeniería.”

Así pues, según nos indican en la Guía de buenas prácticas con alumnado con TDAH en la universidad (2019), aunque en cada una de las universidades se articula de una forma distinta, el plan de acción tutorial de cada titulación sirve para que el alumnado disponga de orientación en sus procesos de aprendizaje, en su transición hacia el mundo laboral y en su desarrollo profesional. Estas tutorías se diferencian de las tutorías de cada materia en su carácter transversal y en que intentan facilitar el proceso de adaptación del alumnado al contexto universitario, incluyendo la “configuración del itinerario curricular atendiendo también a las especificidades del alumnado con necesidades educativas especiales”. Así cada estudiante que se matricula en la universidad tiene la oportunidad de contar con una persona de referencia dentro del centro que puede asesorarle tanto la adaptación a sus necesidades, como en los recursos de los que dispone.

Como podemos observar en la Guía de buenas prácticas con alumnado con TDAH en la universidad (2019), en algunas universidades, como la UDC, la persona que ejerce esta labor de tutoría es única y específica para todos los estudiantes con diversidad dentro del centro y está en contacto directo con la Unidad de Atención a la Diversidad (ADI), creando una red de trabajo colaborativo para mejorar la inclusión del alumnado con alguna necesidad en las aulas. Dentro de esta red, similar a la existente en muchas universidades, la unidad se encarga de elaborar un informe con todas las adaptaciones que es necesario aplicar en los procesos de enseñanza-aprendizaje y se envía al tutor/a del centro, que a su vez traslada el informe al profesorado implicado en la docencia de la persona que ha solicitado las adaptaciones.

Para el alumnado con TDAH esta figura es muy importante, dado que sería la misma persona de referencia durante todos los años en los que estuviese cursando la titulación que haya elegido y esta estabilidad facilita la acogida y transición tanto al inicio como durante sus estudios. Al ser además una persona con conocimiento específico del centro, puede servir de apoyo al alumnado a la hora de establecer sus rutinas. También existe en algunas universidades la figura del “alumnado mentor” que, si bien no es exclusiva para el alumnado con necesidades específicas, sí puede ser muy útil en el caso de alumnado con TDAH. La mentoría, como su nombre indica, expresa una relación entre una persona con más experiencia y otra con menos, en este caso alumnado de últimos cursos con respecto al alumnado de reciente

incorporación en las titulaciones. Esta relación implica un procedimiento de orientación entre iguales que aporta información que no aporta la tutoría, sobre todo en el día a día del alumnado universitario, cómo organizan su trabajo y cuáles son las mejores estrategias para superar cada una de las asignaturas, como nos dicen en la Guía de buenas prácticas con alumnado con TDAH en la universidad (2019).

Por otra parte, también observamos en la Guía (2019) que los recursos de apoyo son uno de los pilares fuertes que puede ofrecer la universidad al alumnado con TDAH son, sobre todo, recursos tecnológicos, ya que ofrecen la adaptación a la singularidad de cada persona en mayor medida que cualquier otro recurso, especialmente en el alumnado que nos ocupa. Favorecen además la autonomía del alumnado, ya que permiten que sean artífices de sus propias sinergias de trabajo. En cuanto al apoyo durante el estudio se puede hablar de programas que suelen ofrecer desde las universidades, del tipo ClaroRead, DiTex o Balabolka, son programas que también se usan con alumnado con dislexia. Estos programas son programas denominados TTS (text-to-speech) y que leen los documentos en texto para facilitar la concentración del alumnado y la comprensión de la materia. Algunos, como el ClaroRead, ofrecen además la posibilidad de marcar por palabras, frases y párrafos para centrar más a la persona e incluso permiten extraer ideas previamente subrayadas sobre el texto para hacer resúmenes.

Otro tipo de apoyo en la universidad son las aulas virtuales. En ellas, el profesorado puede prestar especial atención a la accesibilidad de su materia para el alumnado con TDAH, ya que puede estructurar y fragmentarla de forma que sea comprensible más fácilmente y facilitar así el aprendizaje de la misma. Estas aulas, permiten también la interacción a través de foros y la generación de alertas para las actividades que, de alguna forma, pueden ayudar a gestionar mejor las tareas a realizar.

Por último, uno de los compromisos que están adquiriendo todas las universidades es la formación tanto de su profesorado, como del alumnado (en materia de aprendizaje transversal) sobre temas relacionados con la diversidad en las aulas. Este bagaje es importantísimo porque, como veremos en las recomendaciones del capítulo 3, el profesorado universitario no está obligado a disponer de formación pedagógica para desarrollar su carrera docente dentro de la universidad. A pesar de que esta tendencia está cambiando y las agencias que evalúan tanto al cuerpo docente universitario, como las titulaciones en sí, están empezando a dar importancia a la atención a la diversidad, todavía no es un requisito para ejercer esta docencia.

La formación apropiada del profesorado universitario, como señala Aranda (2014), implica desarrollar competencias que “coloquen al estudiante en situaciones de aprendizaje óptimas para el desarrollo de sus potencialidades” y esto sólo puede conseguirse a través de formación permanente del profesorado.

5.3 Tratamiento del TDAH en universitarios.

El modelo de tratamiento multimodal es efectivo para el TDAH en las distintas etapas del ciclo vital, que consiste en la prescripción farmacológica e intervención psicosocial. En los adultos, el tratamiento psicofarmacológico indicado son los estimulantes que inhiben la recaptura de dopamina (de acción corta, media y larga) y los no estimulantes que inhiben la recaptura selectiva de noradrenalina (atomoxetina). La intervención no farmacológica incluye la psicoeducación como un factor importante para el paciente y su familia, lo que facilita la adherencia al tratamiento, considerándose también psicoterapia individual y grupal, las intervenciones psicosociales, aprendizaje de habilidades sociales y estrategias cognitivas.

Hasta hace pocos años, el TDAH se ha considerado una enfermedad exclusiva de la edad pediátrica; sin embargo, en los últimos años se ha podido confirmar que perdura en la edad adulta en más de un 60 % de los niños y adolescentes diagnosticados. Esto implica que el TDAH puede ser también diagnosticado en la edad adulta por lo que debe ser tratado a cualquier edad si los síntomas interfieren en el funcionamiento cotidiano.

En el tratamiento del TDAH existe un consenso bastante generalizado de que la medicación logra los mejores resultados frente a cualquier otra intervención. No obstante, se recomienda en la mayoría de los casos, que se acompañe de un abordaje psicoterapéutico y psicoeducativo. La psicoeducación se encarga de explicar al paciente en qué consiste el TDAH, cuáles son los síntomas principales, qué dificultades puede conllevar, etc. Mientras que la psicoterapia ayuda al paciente estrategias para afrontar sus síntomas, mejorar su autoconcepto y autoestima, evitar la procrastinación de tareas y mejorar la planificación, entre otros.

Por la propia naturaleza del TDAH donde la persona tiende a tener dificultades en el compromiso y a los despistes, el tratamiento puede ser un reto. Es habitual tener que insistir en el cumplimiento de la medicación, para no olvidar tomas. Por este motivo,

entre otros, se recomienda emplear medicamentos de una única administración diaria, habitualmente por la mañana. Una buena ayuda es la de recurrir a alarmas o a aplicaciones del móvil que recuerdan la toma de la medicación. Igual de complicada puede ser la adherencia a las citas, ya que el paciente va a tender a olvidarlas o posponerlas en el último minuto en el momento que las recuerda o a llegar tarde por no haber calculado bien el tiempo.

El tratamiento del Trastorno por déficit de atención con hiperactividad tiene tres pilares básicos: la psicoeducación, la medicación para el TDAH y la psicoterapia. De los tres, posiblemente la medicación tenga una posición preferencial, aunque debe ir acompañada de medidas psicoeducativas y psicosociales como el tratamiento psicológico y los apoyos académicos.

El tratamiento más eficaz para el TDAH es el farmacológico. Hasta dos de cada tres pacientes con TDAH pueden beneficiarse de un tratamiento farmacológico. Al contrario de lo que la gente pueda creer u opinar, los tratamientos farmacológicos para el TDAH no solo son muy eficaces, sino que también son muy seguros.

Existen dos grupos de medicamentos para el TDAH: los estimulantes y los no estimulantes. Ambos grupos de medicamentos son adecuados y su elección va a depender de la edad del paciente, si predominan los síntomas de inatención o de hiperactividad, la respuesta previa a otros medicamentos, la presencia o no de otras enfermedades, las interacciones con otros fármacos y la elección personal del paciente.

- Como medicamentos estimulantes o psicoestimulantes para el TDAH encontramos que están aprobados en España los siguientes: Metilfenidato y Lisdexanfetamina, que analizaremos a continuación.
- Como medicamentos no estimulantes para el TDAH aprobados en España encontramos: Atomoxetina y Guanfacina. Aunque no tengan indicación en ficha técnica se utilizan también: Bupropion, Modafinilo y Reboxetina, en casos especiales. También hablaremos de la mayoría de ellos más adelante.

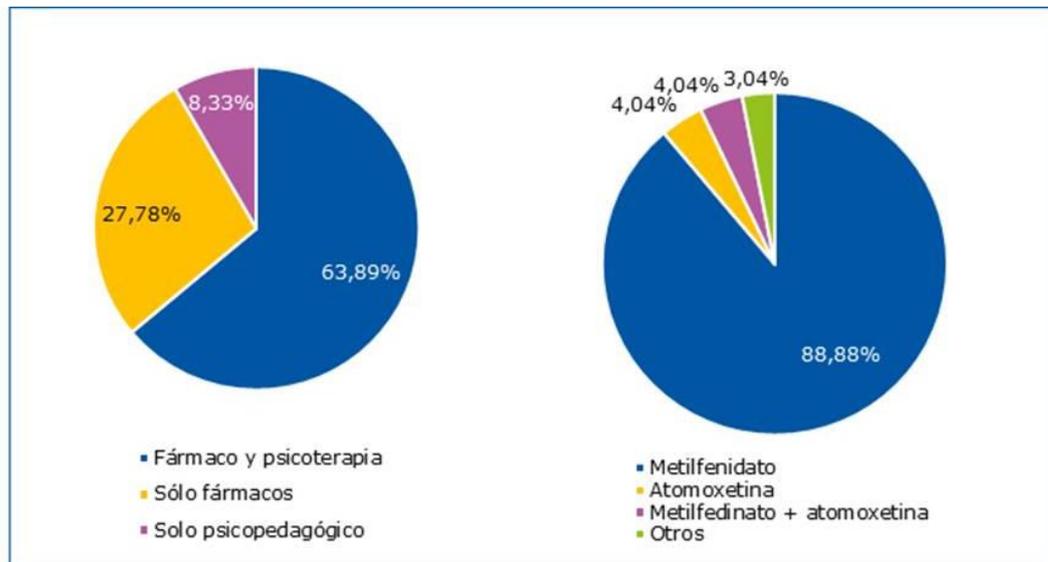
Tabla 3.

Tratamiento farmacológico en adultos con TDAH

FÁRMACOS ESTIMULANTES						
METILFENIDATO	ACCIÓN CORTA	RUBIFEN [®] MEDICEBRAN [®]	5-10-20 mg	4 h	1 mg/kg/día	Máx. 60 mg/kg/día
	ACCIÓN INTERMEDIA	MEDIKINET [®] 50:50 EQUASYM [®] 30:70	10,20,30,40 mg 10,20,30 mg	8h	1 mg/kg/día	Máx. 60 mg/kg/día
	ACCIÓN LARGA	CONCERTA OROS [®]	18,27,36,54 mg	12h	1 mg/kg/día	Máx. 72 mg/kg/día
LISDEXANFETAMINA	ACCIÓN LARGA	ELVANSE [®]	30,50, 70 mg	12-14h	30 mg/día	70 mg/día
FÁRMACOS NO ESTIMULANTES						
ATOMOXETINA		STRATTERA [®]	10,18,25,40,60, 80,100 mg	24h	1.2-1.8 mg/kg/día	Max 120 mg/día

Extraído de: Rodríguez, González y Arroba (2017).

Figura 5. Tratamiento recibido por los pacientes con trastornos por déficit de atención e hiperactividad.



Extraído de: Rodríguez, González y Arroba (2017).

A pesar de que el tratamiento de elección sea la medicación, esta no va a poder cubrir todo el espectro de síntomas y problemas asociados al TDAH. En todo paciente con TDAH, adulto o niño, es recomendable combinar la medicación con un tratamiento psicológico o psicosocial para el TDAH. A esta recomendación se suma que aproximadamente una de cada tres personas que reciben medicación para el TDAH continúan teniendo dificultades en el funcionamiento cotidiano. Este último grupo de personas se pueden beneficiar, aún más, de este abordaje psicológico.

La realización de un estudio neuropsicológico resulta de suma importancia para poder planificar el tratamiento individual. Conocer el estado cognitivo del paciente y su perfil de personalidad nos va a permitir perfilar mejor los objetivos del tratamiento. También nos va a mostrar cuáles pueden ser sus fortalezas y sus debilidades, para así adecuar las expectativas a sus capacidades y preferencias personales. Estas pruebas debe realizarlas un neuropsicólogo experto en este tipo de valoraciones.

Siguiendo con el tratamiento del TDAH, por una parte, tenemos la psicoeducación. El primer paso en toda enfermedad es el de saber qué te está pasando. Poner nombre a la enfermedad, saber que no eres el único que está pasando por esto, enumerar todos los síntomas y aprender a identificarlos, puede ayudarte a comprenderte mejor a ti mismo y a tu propia biografía. En el TDAH, este paso es fundamental porque las personas comprenden que no son vagas, sino que les cuesta mucho concentrarse, atender y organizarse. Esto es lo que conocemos como psicoeducación del Trastorno por déficit de atención e hiperactividad. En este paso, el terapeuta explica al paciente en qué consiste su trastorno, cuáles son los síntomas principales y le explica qué síntomas asociados puede tener de otros trastornos (como depresión o ansiedad) y cómo ha llegado hasta ellos. La mera comprensión de que uno padece una enfermedad, reconocida y tratable, puede ser terapéutico y puede mejorar el autoconcepto que el paciente tiene de sí mismo.

Por otra parte, tenemos la psicoterapia. La psicoterapia del Trastorno por déficit de atención e hiperactividad pasa, como todo tratamiento psicoterapéutico, en hacer una evaluación de los rasgos de personalidad del paciente, así como de sus fortalezas y debilidades, para poder estructurar los objetivos de la psicoterapia. Habitualmente, la medicación suele ayudar mucho en este proceso psicoterapéutico porque al mejorar los síntomas nucleares (inatención, hiperactividad, impulsividad y disfunción ejecutiva), el paciente va a rendir mejor durante las sesiones de psicoterapia.

Son muchas las áreas en las que se puede trabajar a nivel psicoterapéutico con un paciente con TDAH, a continuación, vamos a enumerar las que consideramos más importantes que se pueden trabajar:

- La regulación emocional y la inteligencia emocional.
- Estrategias para conseguir mantener el orden: clasificar, tirar cosas acumuladas, tener un sitio para cada cosa.
- La organización y planificación del tiempo.
- Aprender a mirar el reloj y tener conciencia de la hora que es y el tiempo que h llevado realizar una tarea.
- Evitar distracciones y aprender a reconocer cuando se está distraído.

La psicoterapia debe realizarse por expertos en la materia, como puede ser un psiquiatra psicoterapeuta o un psicólogo clínico, ya que este trastorno tiene una gran complejidad y es posible que aparezcan otras comorbilidades.

Por último, podemos encontrar el tratamiento psicosocial, que tiene como objetivo principal ayudar a los estudiantes universitarios con TDAH a tener las mismas o similares oportunidades que los demás. En este sentido, podemos encontrar como a estos alumnos les facilitan tiempo adicional en los exámenes.

6. RECOMENDACIONES PSICOPEDAGÓGICAS

En este apartado, abordaremos la problemática analizada anteriormente durante la realización del documento, ofreciendo una serie de recomendaciones psicopedagógicas tanto para el estudiante con TDAH como para los docentes universitarios. Ya que es muy importante que los propios estudiantes conozcan correctamente su trastorno y sepan como manejarlo correctamente para minimizar sus problemas. De este modo, las recomendaciones para los profesores son importantes ya que, si conocen bien el trastorno de sus alumnos, pueden entender muchas de sus conductas, dificultades y adaptar estas para mejorar y garantizar una educación de calidad como a todos sus compañeros.

6.1. Recomendaciones psicopedagógicas para el estudiante con TDAH.

Como podemos observar en la Guía de buenas prácticas con alumnado con TDAH en la universidad (2019), de la Universidad de la Coruña, de entre las múltiples y diversas exigencias que debe afrontar el alumnado universitario, la capacidad de regular su propio aprendizaje constituye una de las más relevantes. En efecto, la adaptación exitosa a esta etapa requiere, entre otros aspectos, que el alumnado logre planificar y organizar autónomamente su propio proceso de estudio, persistir y sostener su esfuerzo e implicación durante largos períodos, gestionar múltiples tareas simultáneamente y trabajar en equipo.

Además, se añade que la impulsividad y las dificultades atencionales que suele presentar el estudiantado con TDAH, sin embargo, constituyen a menudo un importante obstáculo para el desarrollo de estas competencias autorregulatorias. En no pocas ocasiones, dichas dificultades derivan en un pobre rendimiento, sentimientos de frustración, rabia e inutilidad, problemas interpersonales y pensamientos de auto culpabilización.

Para empezar con las recomendaciones, organizaremos 4 bloques sobre las principales necesidades que suelen tener los alumnos con TDAH en las aulas universitarias:

- Gestión del proceso de estudio: estos alumnos suelen mostrar dificultades a la hora de planificar su estudio eficazmente.
 - Escasa planificación de las tareas a realizar, lo que conlleva un exceso de improvisación.
 - Tendencia a iniciar actividades y dejarlas sin concluir. Les cuesta mucho perseverar, y no suelen calibrar las consecuencias de ello.
 - Frecuentes despistes, olvidan instrucciones y directrices, no se fijan en los detalles de los enunciados de las tareas, no revisan lo que han hecho.
 - Se distraen con mucha facilidad ante cualquier estímulo, externo (un ruido, un mensaje de WhatsApp, etc.) o interno (su mente tiende a divagar); les cuesta mantener la atención de forma continuada en la misma tarea.
 - Especial dificultad con materias, tareas y exámenes que exigen una gran capacidad de organización y selección de información (por ejemplo, el Trabajo Fin de Grado, la preparación de exámenes de desarrollo). Les suele costar mucho priorizar.
 - A menudo procrastinan, ya sea porque se implican en otras actividades más estimulantes o porque la tarea académica les genera estados emocionales desagradables (ansiedad, frustración, rabia).
 - Suelen desperdiciar mucho tiempo, muchas veces sin ser conscientes de ello, lo que les dificulta entregar los trabajos en la fecha marcada por el profesorado, preparar todos los contenidos que serán objeto de evaluación o responder a todas las cuestiones que se formulan en un examen.
 - Normalmente, se sienten más responsables de sus fracasos que de sus éxitos académicos (aunque, paradójicamente, suelen culpabilizar a los demás de sus errores).
- Regulación emocional: es una de las áreas que más se ven afectadas en alumnos con TDAH.
 - Alta tendencia a responder con impulsividad ante los problemas y el estrés, sin pararse a pensar en las consecuencias de sus actos. Sus reacciones acostumbran a ser más emocionales que lógicas.

- A menudo se entusiasman con algo o con alguien para desmotivarse y decepcionarse rápidamente. Con frecuencia experimentan cambios emocionales bruscos.
- Se frustran con facilidad y suele costarles el manejo de algunas emociones como la ira, la rabia, la ansiedad, la tristeza, la vergüenza, la culpa y el miedo.
- Dificultad para mantener o recuperar la calma. Suelen exhibir un alto grado de activación emocional, especialmente cuando las cosas no salen como quieren.
- Tienden a desarrollar pensamientos de inutilidad y escasa valía personal. Suelen ser muy críticos y duros consigo mismos, auto culpabilizándose de su pobre rendimiento académico o de sus problemas en las relaciones interpersonales.
- Habilidades sociales: sus conductas de desatención, hiperactividad e impulsividad pueden generarles conflictos interpersonales.
 - Les cuesta mantener el hilo de una conversación, cambian de tema repentinamente, se distraen, desconectan sin darse cuenta.
 - Tienden a interrumpir de manera brusca a sus interlocutores, no respetan el turno de palabra y se inmiscuyen en conversaciones ajenas.
 - Tienen muchas dificultades para reprimir lo que están pensando en ese momento, lo que puede generar incomodidad, malestar o enfado en los interlocutores.
 - Su exceso de impulsividad a menudo les hace responder de manera muy agresiva ante sus interlocutores cuando se sienten frustrados o enfadados.
 - Suelen hablar de manera muy acelerada, atropellada y desorganizada, como si las ideas se agolpasen entre sí, transmitiendo un aparente estado de nerviosismo y ansiedad.
 - En algunos casos, el tono es más alto de lo socialmente convencional, lo que hace que llamen excesivamente la atención, restando privacidad a la conversación que mantienen o, por el contrario, tienden a mostrar un tono de voz excesivamente bajo, a menudo unido a un ritmo lento y vacilante, transmitiendo una sensación de desgana o de inseguridad.
 - Son muy impacientes y no toleran que les hagan esperar a la hora de recibir la ayuda que demandan.

- Son muy sensibles al rechazo, por lo que no aceptan bien las críticas.
- Fortalezas personales: además de sus limitaciones o necesidades, debemos olvidar que el estudiantado con TDAH posee enormes talentos, cualidades y potencialidades que pueden resultarles de gran utilidad en su vida académica y personal.
 - Son ingeniosos, creativos e innovadores en sus ideas y suelen encontrar nuevas vías para superar obstáculos y dificultades.
 - Son enérgicos y suelen mostrar gran iniciativa y entusiasmo.
 - Les gusta aprender y descubrir cosas nuevas.
 - Son trabajadores incansables en aquello que les entusiasma.
 - Tienen capacidad para gestionar varias tareas simultáneamente.
 - Suelen ser cariñosos, amables, sensibles y con gran corazón.
 - Muestran un amplio repertorio de temas de conversación.
 - No son rencorosos, perdonan fácilmente.

A continuación, podemos observar unas orientaciones extraídas de la Guía de buenas prácticas con alumnado con TDAH en la universidad (2019), de la Universidad de la Coruña, para el estudiante universitario con TDAH.

En primer lugar, hablaremos sobre la gestión del estudio. El estudio es una actividad que requiere una gran capacidad de autorregulación. Planificar, saber priorizar entre distintas tareas, gestionar bien el tiempo, evitar distracciones, etc., son habilidades esenciales para tener éxito académico que se aprenden y desarrollan con la práctica.

Para ello, la Guía de buenas prácticas con alumnado con TDAH en la universidad (2019), nos ofrece los siguientes aspectos a tener en cuenta antes de ponerte a estudiar, hacer un trabajo académico o preparar unos exámenes:

- Consultar las guías docentes de cada asignatura, fijándote especialmente en la evaluación planteada por el profesorado.
- Asistir con regularidad a las clases, prestando atención a las pistas que te proporciona el profesorado (comentarios del tipo “esto es muy importante”).
- Empezar a estudiar desde el principio de curso y hacerlo regularmente. Igualmente, no dejar la realización de los trabajos para el último momento.
- Anotar en tu agenda personal todas las tareas que tienes que realizar, ya sean académicas (trabajos, presentaciones, preparación de exámenes) o extraacadémicas (cita médica, reunión con amigos, etc.) y revisarlas cada día.

- Elaborar un calendario de estudio para cada día de la semana y tratar de cumplirlo. Priorizar las tareas en función de su grado de urgencia e importancia.
- Hacer una planificación del tiempo diario que dedicar a cada asignatura y tratar de ceñirse a ella. Es importante que esta planificación sea realista, de manera que hay que intentar hacer más cosas de las que realmente se puede.
- Planificar algunos breves descansos mientras se estudia o se realiza un trabajo. Ayudará a relajarte y retomar el estudio con más energía.
- Marcar objetivos de estudio pequeños y a corto plazo. Resultará más fácil alcanzarlos y motivará a continuar esforzándose.
- Tomar conciencia de los múltiples distractores que pueden hacerte perder mucho tiempo e impedirte estudiar o hacer el trabajo que habías planificado.
- Seleccionar el lugar más apropiado para realizar el estudio.
- Asistir a las tutorías con el profesorado para aclarar las dudas que tengas.
- Tratar de hacer algo de ejercicio físico o de practicar técnicas de relajación para aplacar el exceso de ansiedad.
- Planificar algo de tiempo libre y de ocio para tu descanso y disfrute.

Además de estos, también nos indican aspectos a tener en cuenta mientras el alumnado universitario con TDAH está estudiando, elaborando un trabajo académico o realizando un examen:

- Cada cierto tiempo analizar si se está cumpliendo con los objetivos marcados y el tiempo previsto para cada tarea.
- Al entrar en el aula de examen, procurar sentarse en un lugar alejado de ruidos y distracciones.
- Antes de empezar el examen, colocar tu reloj encima de la mesa, en un lugar en el que se pueda ver en todo momento el tiempo de que dispones para escribir.
- Empezar respondiendo a las preguntas que consideres más fáciles.
- Al finalizar el examen, repasar las respuestas que se han escrito en cada pregunta.

Por último, en esta Guía de buenas prácticas también ofrecen los siguientes aspectos a tener en cuenta después de estudiar, realizar un trabajo académico o entregar un examen:

- Al concluir el tiempo dedicado al estudio o a la realización de un trabajo, reflexionar acerca de en qué medida se ha logrado hacer todo lo propuesto. Analizar las causas de ello y pensar en qué hacer para mejorar tu planificación de cara a los días sucesivos.
- Tratar de relajarte y no pensar en el examen o en el trabajo que se ha entregado hasta que el profesor/a comunique las notas.
- Después de saber la nota que de un examen o de un trabajo académico, reflexionar sobre las causas que te han llevado a obtener ese resultado.
- Asistir a la revisión de exámenes y trabajos marcada por el profesor/a si no se tiene claro en qué has fallado o cómo puedes mejorar.
- Reflexionar sobre la conveniencia de hacer cambios en tu forma de preparar los exámenes o de enfocar la realización de trabajos para poder obtener mejores resultados en el futuro.

Tabla 4

Recomendaciones para el alumno universitario con TDAH.

DÍA	ÍTEM	SÍ/NO	OBSERVACIONES / COMENTARIOS
LUNES	ORGANIZACIÓN		
	• He repasado los apuntes de la clase de hoy		
	• He revisado las tareas pendientes para hoy		
	• He anotado en mi agenda/calendario/ teléfono las fechas de exámenes/trabajos nuevos		
	• He realizado las tareas de hoy en el espacio designado (ej. escritorio de la habitación)		
	• He comido a las 14:30h		
	• Me he ido a dormir a las 00:00h		
	ASISTENCIA A CLASES		
	• He asistido a clase de "X"		
	• He tomado apuntes durante la clase		
	• He estado atento durante la clase de "X"		

Extraído de: Universidad de la Coruña (2019).

Para terminar estas recomendaciones psicopedagógicas, en la Guía de la que hemos hablado, añaden que hay que tener en cuenta otros factores como la regulación emocional, ya que hay que saber gestionar de manera adecuada los problemas y las emociones difíciles; las habilidades sociales, ya que establecer relaciones positivas con familiares, amistades, compañeros/as de clase o trabajo, etc., contribuye en gran medida a nuestro bienestar; y las fortalezas personales, ya que las virtudes y talentos nos permiten superar cada obstáculo que se presenta en la vida y alcanzar las metas que nos proponemos.

6.2. Recomendaciones psicopedagógicas para el profesorado.

Aunque es una evidencia que la profesión docente universitaria ha ido evolucionando en las últimas décadas, sobre todo en cuanto a la adaptación de la docencia al nuevo contexto marcado por el Espacio Europeo de Enseñanza Superior (EES), la realidad es que muchos de los profesores que imparten su docencia en el ámbito universitario carecen de formación pedagógica específica. Esto es contradictorio a la realidad que hay hoy en día en las aulas, ya que cada vez son más diversas y requieren de una puesta en marcha mediante estrategias específicas para garantizar la inclusión de alumnado con necesidades en las aulas universitarias.

Mediante la afirmación de la Guía de buenas prácticas en estudiantes universitarios con TDAH (2019) podemos decir que el alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo puede pasar desapercibido dentro de un aula si no se tiene conocimiento previo sobre su situación y se puede calificar a estos alumnos como “pasota”, “indiferente”, “vago/a”, o simplemente “que no tiene nivel”. En el caso del TDAH, al tratarse de una necesidad no visible, es posible que pasen desapercibidas en un entorno tan complejo como el universitario, ya que el profesorado suele organizar sus materias por cuatrimestres y no hacen un seguimiento tan directo a cada estudiante. Por otra parte, en los niveles anteriores de educación, las adaptaciones necesarias son marcadas por el ministerio y las comunidades autónomas de una forma más reglada, mientras que en las universidades no existe normativa específica al respecto, exceptuando algunos casos concretos. Aún así, el derecho a la educación con igualdad de condiciones no se debería ver obstruido por la visibilidad o no de la diversidad funcional de las personas.

Una buena opción podría ser la de realizar adaptaciones que tengan más que ver con el acompañamiento del alumnado, la manera en la que adquieren el conocimiento e incluso la manera en la que pueden ponerlo en práctica en los procesos evaluativos. Este acompañamiento podría ser dado mediante la asignación de un tutor personal de referencia, especializado o formado para tratar con alumnos con necesidades, para estos alumnos, al que dirigirse siempre que tengan algún problema derivado de sus necesidades. Además, con una formación docente, podríamos conseguir que los profesores sean capaces de identificar las necesidades y también las fortalezas de estos alumnos, como ya hemos hablado anteriormente, y utilizarlas para poderlos incluir de forma más significativa en las explicaciones de aula, consiguiendo así captar más su atención.

Así pues, en la Guía de buenas prácticas para estudiantes universitarios con TDAH (2019), podemos observar diferentes recomendaciones para las personas que tutorizan a alumnado con TDAH:

- Mantener una entrevista al inicio del curso con la persona para asegurarse de que ha recibido toda la información que necesita para que el proceso de transición bachillerato-universidad se realice en las mejores condiciones
- Contactar con todo el profesorado implicado en la docencia para asegurarse de que disponen de la información sobre las adaptaciones que han de realizar en sus materias y derivarlos al servicio correspondiente en caso de que necesiten apoyo para realizarlas.
- Realizar un seguimiento de la persona con TDAH y una reunión final de curso con el profesorado para recoger en un informe los avances de la persona, especialmente en el primer año, donde existe una tasa de abandono mayor.
- La orientación del alumnado con TDAH requiere de empatía y comprensión de las dificultades que presenta, no siempre visibles, así que es necesario siempre establecer canales de comunicación estables y regulares para que se sientan apoyados y tengan una figura de referencia en caso de necesitar orientación.
- Es importante apoyar a este alumnado a participar de la vida universitaria más allá de lo estrictamente académico.

A continuación, y tomando como base la Guía de adaptaciones en la Universidad (2016) publicada gracias al trabajo del personal técnico que conforma la Red SAPDU, obtenemos estas recomendaciones para el profesorado universitario a la hora de adaptar su actividad docente:

- Evitar en todo momento comportamientos sobre protectores y evidenciar las diferencias del alumnado con TDAH. Es importante respetar los ritmos de la persona y sus decisiones con respecto a la visibilidad de sus adaptaciones.
- Todos los avisos e instrucciones han de ser concisos y claros y establecer contacto visual con la persona para comprobar si lo ha entendido. Cuanto más estructuradas y claras sean las instrucciones, mejor será la respuesta de la persona con TDAH ya que el contexto le resultará más reconocible, sobre todo si las estructuras se repiten.
- Utilizar un lenguaje sencillo y directo durante la docencia, con pausas para retomar la atención y enlazando el contenido con los conocimientos previos. Es importante utilizar esquemas iniciales de referencia, señales de transición dentro de la estructura del contenido y revisiones intermedias o finales (Paricio, et al., 2019) que ayuden al estudiante con TDAH a crear su propio esquema de lo que debe aprender.
- Intentar que la persona se sienta en un sitio en clase donde exista un contacto visual lo más directo posible con el profesorado, así podrán comprobar el seguimiento que está haciendo la persona de las explicaciones.
- Buscar estrategias que favorezcan la atención (fragmentación de tareas, listas de control de pasos, hacer siempre un resumen de la última clase para enlazar contenidos, usar siempre las mismas rutinas dentro de la clase, no interrumpir la docencia para tratar temas que no tienen que ver con ella).
- Fomentar la participación del grupo clase, no sólo en las actividades académicas, sino en la inclusión real. De ser posible, buscar grupos reducidos para el trabajo en grupo, mejor incluso por parejas, ya que el alumnado con TDAH trabaja mejor en estos contextos más individualizados.
- Realizar un seguimiento de la persona para comprobar su evolución dentro de la materia y fomentar su motivación hacia el estudio remarcando aquellas tareas que va superando correctamente. Poner en valor los aciertos y no sólo lo que necesita trabajar más.
- Facilitar estrategias y recursos para la organización y planificación del estudio y de las tareas universitarias, por ejemplo, en el uso de entornos virtuales tipo Moodle. Mantener una estructura clara de los contenidos y diferenciar bien cada parte para que el seguimiento por parte del alumnado sea más sencillo.
- En las tareas evaluativas y exámenes, intentar utilizar enunciados sencillos, cortos y directos (marcar con negrita las partes importantes) e insistir en que

todo el alumnado (para no evidenciar a la persona) lea varias veces y se asegure de que ha entendido lo que se le pregunta.

- Entregar a la persona las preguntas en hojas separadas para que puedan centrarse en cada una en cada momento.
- Intentar que no coincidan más de un examen por día.
- Intentar colocar al alumnado en zonas alejadas de distracciones y de posibles rupturas de concentración (puertas, ventanas, zonas de ruidos).
- Aumentar un 25% los tiempos de entrega y los exámenes.
- Evaluar las pruebas ateniéndose a los contenidos y no a la forma de expresarlos.

Aun así, estas recomendaciones vendrán dadas por la oficina de apoyo correspondiente de la universidad, siempre y cuando la persona haya solicitado estas adaptaciones.

Figura 6. La Universidad española respecto a los alumnos con TDAH.

DESTACAMOS

- **La Universidad española se sustenta en la igualdad de oportunidades para todo el estudiantado.**
- **La Universidad se relaciona principalmente con el área de educación. Pero no debemos olvidar que la vida universitaria es el resultado de la fusión de numerosas actividades como educación, trabajo/voluntariado, ocio y tiempo libre, participación social y descanso.**
- **El alcance de los objetivos académicos depende de cómo organicemos nuestra vida para poder participar de manera equilibrada en actividades productivas, de ocio y tiempo libre y descanso.**

Extraído de: Universidad de la Coruña (2019).

7. CONCLUSIONES

Esta investigación surge de preguntarnos la siguiente hipótesis inicial:

- ¿Como se puede mejorar el aprendizaje en los estudiantes universitarios diagnosticados con TDAH u otros problemas de atención?

Así pues, hemos detectado en nuestro estudio que para conseguir una mejora en el aprendizaje en los estudiantes universitarios diagnosticados con TDAH u otros problemas de atención, se deben realizar unas adaptaciones correctas para este alumnado, tanto por parte de la propia universidad como por parte del propio alumnado aprendiendo ciertas recomendaciones psicopedagógicas que hemos nombrado anteriormente.

En conjunto, toda la información explorada, analizada y recogida a lo largo de las diferentes partes de nuestro Trabajo de Fin de Máster, tanto en el marco teórico como en el normativo, sobre la mejora de la atención de los alumnos, sus adaptaciones y las recomendaciones psicopedagógicas para ellos mismos y para sus profesores, hemos podido verificarla comparándola con todos los libros de investigación encontrados y algunos casos prácticos, ya realizados, que han sido estudiados. Por tanto, podemos concluir que hemos resuelto nuestra hipótesis inicial de partida.

Por otra parte, por lo que se refiere a nuestros objetivos del proyecto, remarcaremos que:

- En cuanto al objetivo general de esta investigación:

Analizar la actualidad en cuanto a la enseñanza universitaria en alumnos con TDAH. En este punto hemos visto como en las aulas universitarias hay muy poca información acerca de los estudiantes con TDAH, comparado con otros niveles académicos.

- Respecto al primer objetivo específico:

Explorar el potencial de las nuevas metodologías para fomentar la atención y aprendizaje de los alumnos en la etapa de Educación Universitaria. Hemos podido observar que existen algunas metodologías que, si se adaptan correctamente en alumnos con TDAH, pueden ayudar a fomentar la atención y mejorar su aprendizaje.

- Pasando al segundo objetivo específico:

Comprobar si en la actualidad se tiene en cuenta a los alumnos con TDAH u otros problemas de atención en las aulas universitarias. Aquí hemos visto como algunas universidades si que se han puesto a trabajar en estos alumnos, pero aún falta mucho trabajo y mucha información por aprender en las universidades en cuanto a inclusión se refiere.

- Por último, el tercer objetivo específico:

Verificar si se sigue algún protocolo o actuación en los alumnos diagnosticados con TDAH. De este objetivo podemos decir que es muy poco lo que se realiza en las universidades por la desinformación que existe y la falta de formación en cuanto a trastornos. Por este motivo, hemos buscado una serie de recomendaciones a realizar en las aulas tanto para los alumnos como para profesores y la propia universidad.

Para finalizar, apuntar que, aunque se haya hablado de recomendaciones y propuestas en las aulas universitarias, es evidente que hay una gran falta de formación en las aulas universitarias en cuanto a metodologías y estrategias para trabajar con alumnos con necesidades específicas de apoyo. Muchas universidades no están preparadas para orientar y trabajar con estos alumnos, por lo que muchas veces no se puede garantizar la educación igualitaria para todos en este ámbito educativo.

Con esto, queremos cerrar este documento añadiendo que es muy importante incluir algún tipo de formación docente en las universidades para conocer y poder abordar correctamente la docencia en este tipo de alumnos, así como para conocer sus dificultades y poder realizar algún tipo de adaptación.

8. LIMITACIONES Y LÍNEAS FUTURAS DE TRABAJO.

como limitaciones hemos encontrado que no existe la formación suficiente ni los apoyos y recursos necesarios para poder ayudar correctamente a estos alumnos, ya sea por falta de personal de apoyo universitario como por falta de formación y sensibilización en las necesidades educativas en esta etapa.

Así pues, podemos afirmar que hemos conseguido validar nuestra pregunta inicial de partida, así como cumplir la mayoría de nuestros objetivos que nos habíamos marcado al principio de la investigación, basados en la exploración del potencial de las metodologías y adaptaciones pedagógicas para fomentar la atención en alumnos universitarios con TDAH.

De cara al futuro, sería interesante que esta pequeña guía de recomendaciones llegue cada vez a más docentes y así puedan beneficiarse más alumnos con este tipo de trastorno que tanto abunda en nuestra sociedad y que tantas dificultades arrastra. También sería interesante añadir una pequeña formación básica en cuanto a necesidades específicas dentro de las aulas universitarias y más apoyo docente para acompañar a estos alumnos con dificultades.

9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

9.1. Bibliografía

- Baquero Moya, S. P., & Hernández Hernández, D. Y. (2016). TDAH en adultos y sus posibles incidencias en las competencias de un estudiante universitario.
- Barkley, R. A. (2011). Attention-Deficit Hyperactivity Disorder: A Handbook for Diagnosis and Treatment (3rd Ed.): The Guilford Press.
- Barkley, R., Cook, E., Diamond, A., Zametkin, A., Thapar, A., Teeter, A., et al., (2002). International consensus statement on ADHD. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 5(2), 89-111.
- Blanco Montañez, G. (2021). Alumnos universitarios con diagnóstico de TDAH: características y adaptaciones desde la perspectiva docente. Alumnos universitarios con diagnóstico de TDAH: características y adaptaciones desde la perspectiva docente, 643-654.
- Brennan, W. K. (1988). El currículo para niños con necesidades especiales. Centro de Publicaciones del Ministerio de Educación y Ciencia. Madrid: Siglo XXI de España
- Buitrago-Duque, E. D., Grisales-Pulgarín, J. A., Herrada-Castañeda, M. D., & Salazar-García, J. S. (2022). 07. Trastorno de déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en alumnos universitarios. *Coloquio de Investigación Formativa*, 35.
- Caicedo de Ortega, E., & Jiménez Cortés, R. (2021). Formación universitaria basada en la neuroeducación y la psicología positiva: percepciones de jóvenes con y sin TDAH. *MLS Educational Research*, 5 (1), 36-51.
- Guía, G. D. T. (2019). El alumnado con TDAH en la universidad. Guía de buenas prácticas.
- Frazier TW, Youngstrom EA, Glutting JJ, Watkins MW. (2007). ADHD and Achievement: Meta-Analysis of the Child, Adolescent, and Adult Literatures and a Concomitant Study with College Students. *Journal of Learning Disabil.*;40:49-65.

- Gargallo, B., Morera, I., & García, E. (2015). Metodología innovadora en la universidad: sus efectos sobre los procesos de aprendizaje de los estudiantes universitarios. *Anales de psicología*, 31(3), 901-915.
- Garner, T. M. (2016). A phenomenological study of teachers' lived experiences providing interventions for students diagnosed with ADHD [Liberty University]. En ProQuest Dissertations and Theses.
- Gorraéz, M. E. C. (2018). Reprobación en la universidad por TDAH: El TDAH como factor incidental en el fracaso en la educación universitaria. *Revista de Investigación educativa*, (4), 39-45.
- Heiligenstein E, Guenther G, Levy A, Savino F, Fulwiler J. (1999). Psychological and academic functioning in college students with attention deficit hyperactivity disorder. *Journal of American College Health*. 47:181-5.
- Huashuayo Sapaico, F. S., & Davila, J. (2022). Diseño de un aplicativo para la mejora del rendimiento académico de estudiantes universitarios con TDAH Inatento, Lima metropolitana 2022.
- Ibáñez, B. C. (1994). Pedagogía y psicología interconductual. *Revista Mexicana de Análisis de la Conducta*, 20, 99-112
- Kewley, G. (2011). Attention Deficit Hyperactivity Disorder. What can teachers do? (D. Fulton (Ed.); 3rd Ed). Nasen Helping Everyone Achieve.
- Léon, S. O., & Medrano, A. L. J. (2007). El trastorno por déficit de atención e hiperactividad en estudiantes universitarios. *Revista de la Facultad de Medicina UNAM*, 50(3), 125-127.
- Martínez Martín, M. Á., & Medina Gómez, M. B. (2017). Universitarios con trastorno por déficit de atención con y sin hiperactividad: actuaciones para la inclusión. *Prácticas innovadoras inclusivas: retos y oportunidades*.
- Maydosz, A. y Raver, A. S. (2010). Note taking and university students with learning difficulties: What supports are handed?. *Journal of Diversity in Higher Education*, 3(3), 177-186.
- Montáñez, G. B. (2021). Beneficios de la tutoría entre iguales como estrategia para alumnos universitarios con TDAH durante la Covid-19. In *Actas del III Congreso Internacional de Innovación Docente e Investigación en Educación Superior*:

cambios en el proceso de enseñanza-aprendizaje de las Áreas del Conocimiento. 15-20 de noviembre de 2021 (p. 191). Asociación Universitaria de Educación y Psicología (ASUNIVEP).

Montáñez, G. B. (2021). El alumno universitario con diagnóstico de TDAH desde la perspectiva docente: recursos y adaptaciones para asegurar el éxito académico. In Actas del III Congreso Internacional de Innovación Docente e Investigación en Educación Superior: cambios en el proceso de enseñanza-aprendizaje de las Áreas del Conocimiento. 15-20 de noviembre de 2021 (p. 221). Asociación Universitaria de Educación y Psicología (ASUNIVEP).

Moreno, I. (2011). Perspectivas actuales del alumnado universitario con TDAH. Conferencia no publicada. Universidad de Córdoba.

Narciso Linares, P., Narciso, J., & Molina Jordá, J. M. (2014). TICs como herramientas de apoyo para estudiantes con TDAH.

Ortiz, F. (2019). Los retos de las innovaciones educativas hoy: los docentes, las escuelas y los centros de innovación. *Educación y Ciudad*, 37, 91-101.

Ortiz, L. S y Jaimes, M. A. L. (2007). El trastorno por déficit de atención e hiperactividad en estudiantes universitarios. *Revista de la Facultad de Medicina UNAM*, 50(3), 125-127.

Ortiz León, S., y Jaimes Medrano, A. L. (2016). Trastorno por déficit de atención en la edad adulta y en universitarios. *Revista de la Facultad de Medicina*, 59(5), 6-14. <https://www.scielo.org.mx/pdf/facmed/v59n5/2448-4865-facmed-59-05-6.pdf>

Rief, S. F. (2012). *How to reach and teach children with ADD/ADHD : practical techniques, strategies, and interventions* (3a ed.). John Wiley & Sons.