**¿Cómo detectar el déficit de atención en mi niño?**

Para los padres puede ser común decir que su niño no atiende y padece de problemas de atención, en realidad el déficit de atención es un trastorno orgánico que se padece desde la infancia, existen algunos indicadores, como el distraerse, tener la mirada perdida, y otros que forman parte de un diagnostico que lo realiza un especialista en el tema.

Un niño que no toma atención en sus actividades, no se concentra y no sigue instrucciones, será un niño que difícilmente podrá escuchar una clase y prestar atención de la misma forma que lo hacen sus demás compañeros, por ello es importante que desde los primeros años se estimule al niño de acuerdo a su edad y a su tiempo de atención y que se detecte oportunamente aquellos síntomas que pueden significar un trastorno. Prevenir o intervenir a edad temprana ayudará a un mejor pronóstico y el mejor desarrollo del menor.

**¿Cuáles son los síntomas o indicadores de un problema de atención?**

Se dice propiamente que es un déficit de atención desde los 4 años de edad.

A menudo no puede acabar las cosas que empieza.

Parece no escuchar cuando no se le habla directamente.

No termina sus tareas y no organiza sus actividades.

Se distrae con facilidad.

Tiene dificultades para concentrarse en el trabajo escolar o en tareas que exigen una atención sostenida.

En ocasiones, existen problemas de impulsividad e hiperactividad.

Tienen problemas para procesar la información y recordar lo aprendido.

Dificultad para esperar turnos.

Dificultad por acatar reglas.

Pierden las cosas con frecuencia.

Evita actividades que requieren concentración y esfuerzo mental.

**¿Qué pueden hacer los padres y educadores?**

**Estimularlos desde pequeños:**

**A los bebés:**

Hacer ejercicios de estimulación visual que provoquen la atención de los niños. En promedio 10 segundos de atención.

Realizar ejercicios de seguimiento de instrucciones: Toma, dame, ven.

**A los niños mayores de 1 año:**

Realizar con ellos actividades de juego de 5 a 10 minutos.

**A los niños mayores de 3 años, actividades de 30 a 45 minutos, intercalando dentro de ese lapso de tiempo diferentes actividades**.

Darle tareas y hacerlas que las terminen, no dejar las tareas a medias.

Enseñarles que todo tiene un lugar como un momento. Por ejemplo la hora de almorzar, la hora de juego, la hora de actividades en mesa, etc.

Organizar las actividades del niño, un ambiente desordenado desorganiza al niño.

Hacer que jueguen, y que ordenen y guarden sus juguetes.

Asistir a un especialista en modificación de conducta para guiar adecuadamente las conductas del niño y mejorar los niveles de atención.

Es conveniente descarte neurológico ya que en algunos casos se requiere de medicación.

Estas recomendaciones son generales, siempre es mejor la evaluación de un especialista, ya que cada niño necesita una atención personalizada.