

TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD (TDAH) EN ADULTOS

CORAL MOURIÑO RODRÍGUEZ

Enfermera de investigación en reumatología.
Hospital do Meixoeiro. Vigo (Pontevedra).

Una de las mayores dificultades con las que nos encontramos los profesionales es la falta de tiempo para acceder a la información y estar al día de los avances en cuidados, los abordajes clínico-terapéuticos y las líneas de investigación, así como de los resultados derivados de las investigaciones biomédicas. Esta limitación cobra especial relevancia en el caso del trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en adultos, un campo que ha despertado creciente interés en las últimas décadas, pero que aún presenta importantes desafíos en términos de diagnóstico, tratamiento y comprensión integral.

Tradicionalmente considerado un trastorno del neurodesarrollo propio de la infancia, hoy se reconoce que el TDAH puede persistir hasta la edad adulta en un porcentaje significativo de casos, manifestándose con síntomas que afectan a la vida cotidiana, el funcionamiento laboral, las relaciones sociales y la salud mental general. No obstante, el subdiagnóstico en adultos es frecuente, en parte, debido a la variabilidad clínica del trastorno, la superposición con otros cuadros psiquiátricos y la limitada formación específica de los profesionales en este ámbito.

En este contexto, resulta fundamental revisar y sintetizar la evidencia científica más reciente que aborde el TDAH en la población adulta desde una perspectiva multidimensional. Esta revisión bibliográfica se propone identificar los principales hallazgos en torno a su diagnóstico, comorbilidad, tratamientos farmacológicos y no farmacológicos, así como los determinantes sociales y ambientales que influyen en su evolución. Además, se exploran las implicaciones clínicas y los retos a los que se enfrenta el sistema de salud para ofrecer una atención oportuna y eficaz a esta población.

La actualización y difusión del conocimiento sobre el TDAH en adultos es una tarea prioritaria para los profesionales de la salud mental, quienes deben estar preparados para responder a las necesidades de un grupo de pacientes históricamente invisibilizado y frecuentemente mal comprendido.

PREVALENCIA Y COMORBILIDAD DEL TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD

Prevalencia del trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en adultos: revisión sistemática global y metanálisis. Este artículo presenta una revisión sistemática y un metanálisis cuyo objetivo fue estimar la prevalencia global del TDAH en adultos, un tema que ha despertado interés recientemente, pero del cual aún no se contaba con cifras actualizadas. Para ello, los autores analizaron estudios poblacionales publicados desde el año 2000 en bases de datos como PubMed, Medline, Embase y PsycINFO, seleccionando aquellos realizados en adultos y que midieran la prevalencia del TDAH.

Los resultados revelan que tanto el TDAH persistente (es decir, aquel que comienza en la infancia y se mantiene en la adultez) como el TDAH sintomático en adultos (que puede o no tener antecedentes en la infancia) tienden a disminuir con la edad. Al ajustar los datos a la estructura demográfica mundial de 2020, se estimó que el 2,58 % de los adultos presentaban TDAH persistente, mientras que el 6,76 % presentaban TDAH sintomático. Estas cifras se traducen en, aproximadamente, 140 millones y 366 millones de adultos afectados en todo el mundo, respectivamente.

Los autores concluyen que es necesario contar con estrategias diagnósticas más claras y estandarizadas para el TDAH en adultos, así como impulsar estudios a gran escala que permitan comprender mejor su distribución y características a nivel global.

J Glob Health. 2021;11:04009.

Prevalencia de comorbilidad psiquiátrica en adultos con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en comparación con poblaciones sin TDAH: revisión sistemática de la literatura.

Los trastornos mentales que coexisten con el TDAH en adultos son importantes, porque pueden dificultar su detección y empeorar su evolución clínica. Esta revisión examinó 32 estudios previos a agosto de 2022 para comparar lo comunes que son estos trastornos en adultos con y sin TDAH. Los resultados mostraron que los adultos con TDAH presentan con mayor frecuencia trastornos por consumo de sustancias, del estado de ánimo, de ansiedad y de personalidad. Esta comorbilidad fue más prevalente incluso en ausencia de otros diagnósticos. La amplia variedad de métodos usados para diagnosticar TDAH podría haber influido en los resultados, por lo que se sugiere unificar los criterios diagnósticos en el futuro.

PLoS One. 2022;17(11):e0277175.

Comorbilidad del trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) y el trastorno bipolar en adultos: revisión sistemática y metanálisis.

Este estudio abordó por primera vez de manera sistemática y cuantitativa la relación entre el TDAH y el trastorno bipolar en adultos. A través de un metanálisis de 71 estudios que incluyeron a más de 646 000 personas en 18 países, se encontró que la coexistencia de ambos trastornos es mucho más frecuente de lo que se esperaría por azar. Aproximadamente, el 8 % de los adultos con TDAH también presentaba trastorno bipolar, y alrededor del 17 % de quienes tenían trastorno bipolar cumplían criterios para TDAH.

Los resultados mostraron una alta variabilidad en las tasas de comorbilidad, influida por factores como el tipo de sistema diagnóstico utilizado —el *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales* (DSM; del inglés, *Diagnostic and Statistical*

Manual of Mental Disorders) de la American Psychiatric Association (APA) o la *Clasificación Internacional de las Enfermedades* (CIE) de la Organización Mundial de la Salud (OMS)—, el tamaño de las muestras y la ubicación geográfica de los estudios. Uno de los hallazgos más relevantes fue que el trastorno bipolar se manifestaba a una edad más temprana (casi cuatro años antes) en pacientes que también tenían TDAH. Esta diferencia sugiere que la presencia de TDAH podría modificar la trayectoria clínica del trastorno bipolar.

El estudio concluye que la alta tasa de comorbilidad entre TDAH y trastorno bipolar requiere mayor atención clínica, tanto para evitar diagnósticos erróneos como para diseñar tratamientos más adecuados. También subraya la necesidad de estandarizar criterios diagnósticos a nivel internacional, ya que las diferencias culturales y metodológicas afectan significativamente a los resultados.

Neurosci Biobehav Rev. 2021;124:100-23.

Predisposición genética del trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) y de los trastornos por consumo de sustancias en personas con TDAH. Este estudio analizó si una mayor carga genética para el TDAH, medida mediante puntuaciones de riesgo poligénico (PRS-ADHD; del inglés, *indexed by polygenic risk scores for attention-deficit/hyperactivity disorder*), se relaciona con el desarrollo de trastornos por consumo de sustancias (SUD; del inglés, *substance use disorders*) en personas con TDAH. Utilizando una cohorte poblacional de Dinamarca con más de 13 000 personas nacidas entre 1981 y 2003, se encontró que quienes estaban en el decil más alto de riesgo genético para TDAH tenían un 30 % más de probabilidades de desarrollar algún tipo de SUD en comparación con quienes estaban en el decil más bajo.

Esta asociación se mantuvo consistente para diferentes sustancias (alcohol, cánnabis y otras drogas)

y niveles de gravedad (consumo, abuso, adicción). Sin embargo, otros factores como el sexo masculino, un diagnóstico temprano de TDAH, problemas de conducta y antecedentes familiares (incluidos SUD, trastornos mentales y nivel socioeconómico) también se asociaron de manera significativa al riesgo de SUD y explicaron una mayor proporción de la varianza que los factores genéticos.

La asociación genética se redujo ligeramente al controlar por estos factores, y fue más pronunciada en mujeres que en hombres. En conclusión, tener una predisposición genética elevada al TDAH aumenta modestamente el riesgo de desarrollar SUD, aunque los factores individuales y familiares tienen un impacto más fuerte en este vínculo.

Addiction. 2020;115(7):1368-77.

TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD EN MUJERES ADULTAS

Diferencias entre sexos en el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH): revisión y prioridades para futuras investigaciones. Este artículo revisa las diferencias entre hombres y mujeres en el TDAH a lo largo de la vida. Aunque, durante la infancia, el TDAH se diagnostica con mucha más frecuencia en niños (de 3 a 16 veces más que en niñas), en la adultez, el número de diagnósticos entre hombres y mujeres se iguala. A pesar de esto, pocos estudios han explorado a fondo cómo influye el sexo en el diagnóstico y tratamiento del TDAH.

Los estudios recientes, tanto transversales como longitudinales, han mostrado que el TDAH causa dificultades importantes en ambos sexos a lo largo de la vida. Aunque se han observado algunas diferencias entre hombres y mujeres, estas tienden a ser de magnitud modesta. Aun así, se subraya la necesidad de seguir investigando para entender

mejor cómo varía el TDAH entre hombres y mujeres, diferenciando los efectos del sexo biológico y del género, y enfocándose en cómo estas diferencias afectan al diagnóstico, los síntomas y el tratamiento.

Curr Psychiatry Rep. 2024;26(4):151-6.

Deterioros funcionales asociados al trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en la edad adulta y el impacto del tratamiento farmacológico. Este artículo revisa las principales dificultades funcionales a las que se enfrentan los adultos con TDAH no tratado. Estas dificultades abarcan problemas sociales, educativos y laborales, además de un mayor riesgo de accidentes y mortalidad y una menor calidad de vida. La revisión se centra en cómo el tratamiento farmacológico puede influir positivamente en estos aspectos.

Para ello, se seleccionaron 179 estudios relevantes usando criterios como la solidez de la evidencia, su actualidad y su impacto en la comprensión del TDAH en adultos. Los resultados muestran que el uso de medicación no solo reduce los síntomas del TDAH, sino que también mejora significativamente el funcionamiento diario de las personas afectadas.

En conclusión, el tratamiento farmacológico en adultos con TDAH tiene el potencial de disminuir tanto los síntomas clínicos como los efectos negativos acumulativos que este trastorno tiene sobre la vida cotidiana.

J Atten Disord. 2023;27(7):669-97.

Exploración de las experiencias de las estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) y su impacto en el funcionamiento social, académico y psicológico. Este estudio busca profundizar en la comprensión del TDAH en mujeres adultas, explorando las experiencias personales de estudiantes universitarias en el Reino Unido que han sido diagnosticadas durante la adultez. Para

ello, se realizaron entrevistas semiestructuradas a ocho mujeres con diagnóstico clínico de TDAH.

Los testimonios revelaron que muchas mujeres con TDAH se enfrentan a estigmatización y discriminación social, además de afrontar diversos desafíos en su vida social, académica y psicológica.

El estudio concluye que es urgente mejorar el conocimiento y la sensibilidad sobre el TDAH en mujeres, especialmente, entre los profesionales de la salud, para ofrecer un apoyo más adecuado y efectivo.

J Atten Disord. 2023;27(10):1129-55.

Infradiagnóstico en niñas: revisión sistemática del trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en mujeres adultas. Esta revisión sistemática examinó el impacto que tiene en las mujeres vivir con TDAH sin diagnosticar en la infancia y recibir un diagnóstico en la edad adulta. A través de la búsqueda en tres bases de datos, se seleccionaron ocho artículos que cumplieron con criterios estrictos de inclusión y se analizaron mediante un enfoque temático.

Del análisis, surgieron cuatro temas principales: efectos en el bienestar socioemocional, dificultades en las relaciones personales, sensación de falta de control y proceso de autoaceptación tras el diagnóstico.

Los resultados aportan un mejor entendimiento del TDAH en mujeres adultas y destacan las consecuencias que puede tener un diagnóstico tardío, enfatizando la importancia de una detección oportuna para mejorar su calidad de vida.

J Atten Disord. 2023;27(7):645-57.

Diferencias según el sexo en la prevalencia y los efectos del trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en adultos: revisión sistemática. El TDAH es un trastorno del neurodesarrollo que comienza en la infancia y persiste hasta la adultez. Aunque tradicionalmente se consideraba un trastorno predominante en hombres, las investigaciones recientes destacan que el TDAH afecta a las mujeres de manera similar. A pesar del creciente interés en las diferencias por sexos, aún se sabe poco sobre cómo varían la prevalencia y los efectos del TDAH entre hombres y mujeres adultos, y hay pocas revisiones que permitan extraer conclusiones definitivas.

Se realizó una revisión sistemática de la literatura médica disponible en inglés para evaluar estas diferencias entre sexos en adultos con TDAH. Los estudios muestran que, aunque la prevalencia es mayor en hombres, las mujeres también presentan una incidencia significativa del trastorno. Además, las mujeres tienden a experimentar un mayor impacto en áreas como la función social, la percepción del tiempo, el manejo del estrés y los trastornos del estado de ánimo. Por otro lado, los hombres presentan mayores dificultades en la memoria de trabajo y el rendimiento educativo.

La revisión aporta evidencia suficiente para afirmar que existen diferencias entre sexos en la prevalencia y los efectos del TDAH en adultos, y que no se debe asumir que ambos sexos presentan características iguales. Sin embargo, también señala que hay resultados contradictorios en muchas áreas, por lo que se requieren más estudios para aclarar las semejanzas y diferencias en el funcionamiento de hombres y mujeres con TDAH.

Asian J Psychiatr. 2022;75:103205.

Revisión anual de investigaciones: trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en niñas y mujeres: subrepresentación, procesos longitudinales y directrices claves. El TDAH, junto con sus dimensiones conductuales de falta de atención e hiperactividad-impulsividad, ha sido poco estudiado en mujeres. En esta revisión, se abordan aspectos conceptuales como la prevalencia, las prácticas diagnósticas, la diversidad, la comorbilidad, los factores causales y las barreras que limitan el reconocimiento del TDAH en mujeres. Tras analizar estudios transversales y longitudinales, se concluye que: (a) las niñas cumplen con los criterios diagnósticos en menos de la mitad de la tasa que los niños, pero esta diferencia se reduce considerablemente en la adultez; (b) las mujeres con TDAH presentan mayor predominio de síntomas de falta de atención y problemas de interiorización, mientras que los hombres muestran más síntomas hiperactivos-impulsivos y problemas de exteriorización; (c) las diferencias entre sexos dependen mucho de si las muestras son clínicas o de pacientes no derivados a asistencia clínica; (d) las mujeres con TDAH sufren dificultades significativas, con mayor riesgo de problemas en las relaciones cercanas y de conductas autolesivas; (e) los clínicos pueden pasar por alto síntomas en las mujeres debido a manifestaciones menos evidentes y a sus estrategias compensatorias.

La revisión también señala que en mujeres con TDAH infantil pueden existir trayectorias continuas hacia la adultez y progresiones hacia conductas de autolesión, violencia de pareja, embarazos no planificados y comorbilidad psiquiátrica. Por ello, enfatiza la importancia de enfocar la atención en el TDAH femenino para entender mejor sus causas y desarrollar intervenciones adecuadas, destacando al final una serie de implicaciones clínicas y prioridades de investigación.

J Child Psychol Psychiatry. 2022;63(4):484-96.

Mujeres con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH): declaración de consenso de expertos que adopta un enfoque a lo largo de la vida y ofrece orientación para la identificación y el tratamiento del TDAH en niñas y mujeres.

Existe evidencia que sugiere que la gran diferencia en la proporción de diagnóstico de TDAH entre hombres y mujeres se debe —al menos, en parte— a la falta de reconocimiento y sesgos en la derivación de mujeres. Los estudios indican que las mujeres con TDAH presentan un perfil distinto de síntomas, comorbilidad y funcionamiento asociado en comparación con los hombres. Este consenso busca mejorar la comprensión del TDAH en mujeres para optimizar su detección y derivación, con la esperanza de que una evaluación integral y un tratamiento adecuado mejoren los resultados clínicos y el bienestar a largo plazo.

El United Kingdom ADHD Partnership (UKAP) reunió a expertos para discutir la presentación de síntomas, los motivos de derivación, la evaluación, el tratamiento y la coordinación interinstitucional para mujeres con TDAH a lo largo de la vida. Se alcanzó un consenso con recomendaciones prácticas para profesionales de la salud, identificando desafíos específicos, como las diferencias en síntomas, sesgos de género, comorbilidad y estrategias compensatorias que pueden ocultar los síntomas subyacentes.

El enfoque propone dejar atrás la visión común que considera al TDAH solo como un trastorno conductual y prestar atención a manifestaciones más sutiles o interiorizadas frecuentes en mujeres. Se subraya la necesidad de un modelo de atención que acompañe a las mujeres a lo largo de su vida, considerando los cambios en su presentación clínica y circunstancias sociales. Se espera que el tratamiento farmacológico y psicológico tenga un impacto positivo, aumentando la productividad, reduciendo el uso de recursos y mejorando los

resultados a largo plazo para niñas y mujeres con TDAH.

BMC Psychiatry. 2020;20(1):404.

ESTRATEGIAS TERAPÉUTICAS Y ABORDAJE CLÍNICO EN EL TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD

Psicoeducación para el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en adultos: revisión exploratoria sobre las características, la participación del paciente y el contenido. Las intervenciones psicosociales, como la psicoeducación, se utilizan cada vez más para tratar el TDAH en adultos, ya sea como alternativa o como complemento a la farmacoterapia. Sin embargo, no existe una revisión exhaustiva sobre la psicoeducación para adultos con TDAH. Este estudio tuvo como objetivos identificar las características de estas intervenciones, analizar cómo se considera la experiencia del paciente en su desarrollo e implementación, determinar los temas comunes abordados y explorar cómo se define la psicoeducación en estos programas.

Se realizó una búsqueda amplia en varias bases de datos, identificando inicialmente 2121 registros. Tras un riguroso proceso de selección, se incluyeron diez estudios para el análisis final, en su mayoría, europeos y con formato grupal. Se identificaron siete temas principales: información sobre el diagnóstico, opciones de tratamiento, salud somática y TDAH, perspectiva interna, vida social, habilidades de afrontamiento y aspectos laborales. Sin embargo, temas actuales como la sexualidad y cuestiones específicas de género no fueron abordados. Solo un programa involucró a pacientes en su diseño y ejecución, y dos incluyeron a familiares. Además, existió variabilidad en cómo se definió la psicoeducación.

Se concluye que la literatura sobre psicoeducación en adultos con TDAH aún no permite estimar sistemáticamente su efectividad. Para avanzar, es necesario un consenso claro sobre qué es la psicoeducación y promover la participación activa de los usuarios en el desarrollo de estas intervenciones, algo que actualmente es poco común.

BMC Psychiatry. 2024;24(1):73.

Revisión sistemática de los métodos de estimulación de la función ejecutiva en la población con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH). El TDAH es un trastorno del neurodesarrollo caracterizado por hiperactividad motora, impulsividad y déficit de atención, que afecta, aproximadamente, al 5 % de la población. Las funciones ejecutivas desempeñan un papel fundamental para comprender los síntomas del TDAH y para definir las principales estrategias de tratamiento. Esta revisión sistemática tuvo como objetivo identificar los métodos desarrollados para apoyar las funciones ejecutivas en personas con TDAH.

Se analizaron artículos en las bases de datos Scopus, PubMed y ScienceDirect, encontrando inicialmente 739 estudios. Tras aplicar criterios de inclusión y exclusión, se seleccionaron 30 artículos para el análisis final. Entre los tratamientos identificados, 14 estudios proponen entrenamiento psicológico para mejorar las funciones ejecutivas, nueve recomiendan medicación, cinco sugieren intervenciones digitales y uno destaca el deporte como beneficio para estas funciones.

Las conclusiones resaltan la necesidad de desarrollar nuevas estrategias que potencien las funciones ejecutivas en individuos con TDAH, con el fin de mejorar su desempeño en ámbitos educativos, personales, sociales y familiares afectados por el trastorno.

J Clin Med. 2024;13(14):4208.

Costes y beneficios autoevaluados de los tratamientos convencionales y alternativos para el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en adultos. Los tratamientos convencionales que ofrecen los profesionales de la salud para el TDAH en adultos incluyen enfoques farmacológicos y no farmacológicos, o una combinación de ambos. Estos tratamientos pueden presentar desventajas, como efectos secundarios o baja eficacia, lo que puede generar insatisfacción en los pacientes. Además, muchos adultos con TDAH recurren por iniciativa propia a medicinas complementarias y/o alternativas (MCA), que incluyen desde suplementos dietéticos hasta actividades como el ejercicio físico. Esta encuesta tuvo como objetivo analizar qué tipos de tratamientos convencionales y MCA utilizan los adultos con TDAH, así como la efectividad que ellos mismos perciben. También se exploraron las experiencias de efectos negativos a lo largo de la vida en todos los tipos de tratamiento y las razones para usar MCA.

Participaron 227 adultos diagnosticados de TDAH o con síntomas clínicamente elevados sin diagnóstico oficial. El uso y la experiencia de efectos negativos fueron más frecuentes en los tratamientos farmacológicos convencionales, seguidos por actividades de MCA, sustancias de MCA y tratamientos no farmacológicos convencionales. La principal motivación para usar MCA fue el bienestar general. Los tratamientos convencionales fueron valorados como más efectivos para mejorar la cognición en comparación con las MCA, aunque, en otros aspectos, la efectividad percibida fue similar. Dentro de las MCA, las actividades fueron consideradas más efectivas que las sustancias en todas las áreas evaluadas.

Este estudio resalta el alto uso de tratamientos alternativos y complementarios entre adultos con TDAH, lo que sugiere que algunos pacientes encuentran beneficios en estas opciones. Se recomienda que futuras investigaciones exploren estos

tratamientos, tanto de manera independiente como combinados con los convencionales.

Sci Rep. 2024;14(1):28046.

Eficacia de la terapia cognitivo-conductual combinada con farmacoterapia frente a la farmacoterapia sola en el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en adultos: revisión sistemática y metanálisis. Las tasas de diagnóstico de TDAH están en aumento; sin embargo, aún no se ha establecido un método de tratamiento efectivo definitivo. Este estudio comparó la eficacia de la terapia cognitivo-conductual combinada con medicación (TCC + M) frente a la medicación en monoterapia (M) en adultos con TDAH. Se realizó una búsqueda en las bases de datos PubMed, Embase, Web of Science y Cochrane Library hasta el 29 de julio de 2023. Se llevó a cabo una selección de literatura y análisis de datos. Se incluyeron seis estudios controlados aleatorizados. El metanálisis mostró que la combinación de TCC + M fue más efectiva que la M para mejorar los síntomas del TDAH. El análisis por subgrupos indicó que esta mejora fue significativa en países desarrollados. A los tres meses, la combinación TCC + M superó a la M, pero, a los seis y los nueve meses, no se observaron diferencias estadísticamente significativas. La combinación de TCC + M es más eficaz que la M para mejorar los síntomas del TDAH en adultos y mantiene una ventaja durante, al menos, tres meses. Se recomienda intensificar la TCC después de este período. Los resultados pueden variar según el país y la economía, por lo que se sugiere priorizar esta terapia combinada en países desarrollados.

J Atten Disord. 2024;28(3):279-92.

Evidencia de dificultades de procesamiento visual superpuestas en el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) y el estrés visual en adultos. Este estudio evaluó si los filtros espectrales pueden ser útiles como tratamiento comple-

mentario en adultos con TDAH y dificultades en el procesamiento visual. Se incluyeron 59 participantes entre 18 y 50 años diagnosticados con ambos trastornos. De ellos, 39 recibieron filtros espectrales personalizados y 20 no recibieron intervención, actuando como grupo de control.

Para medir los efectos a corto plazo, se utilizó una prueba de atención sostenida (MOXO™ d-CPT; del inglés, *continuous performance test*) computarizada antes y una hora después del uso de los filtros. Para evaluar el impacto a largo plazo, se aplicaron criterios de la 5.ª edición del *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales* (DSM-5; del inglés, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition*) antes del tratamiento y, nuevamente, entre tres y seis meses después.

Los resultados mostraron mejoras significativas en el grupo que usó los filtros, tanto a corto como a largo plazo. El 49% de los usuarios de filtros ya no cumplían criterios de TDAH después de un corto plazo de uso, y ese número aumentó al 64% tras varios meses. El grupo de control no presentó mejoras similares.

Estos hallazgos sugieren que los filtros espectrales pueden ser un tratamiento complementario efectivo para adultos con TDAH y estrés visual, especialmente, en aquellos con dificultades de atención vinculadas a alteraciones sensoriales. Se recomienda más investigación para confirmar estos resultados.

Percept Mot Skills. 2023;130(5):2087-105.

La eficacia de las intervenciones cognitivo-conductuales para adultos con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) se extiende más allá de los síntomas centrales: metanálisis de ensayos controlados aleatorizados. Este estudio presentó una revisión sistemática actualizada y un metanálisis sobre la eficacia de la terapia cognitivo-conductual (TCC) en adultos con TDAH. Se inclu-

yeron 28 ensayos clínicos aleatorizados, cumpliendo con las directrices PRISMA (del inglés, Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) y con registro en la base de datos internacional de protocolos de revisión sistemática PROSPERO. El análisis evaluó los efectos de la TCC en síntomas nucleares del TDAH, así como en síntomas emocionales como ansiedad y depresión, a través de medidas tanto autoinformadas como de evaluación clínica.

Los resultados mostraron que la TCC fue eficaz en la reducción tanto de los síntomas principales del TDAH como de los síntomas emocionales. Además, las mejoras en depresión y ansiedad se asociaron a la reducción de los síntomas centrales del TDAH. También se observaron incrementos en la autoestima y en la calidad de vida.

Los adultos que recibieron TCC, ya fuera individual o grupal, mostraron mayores mejoras que quienes recibieron tratamientos habituales, intervenciones activas alternativas o estuvieron en lista de espera. La TCC tradicional fue igual de eficaz en la reducción de los síntomas principales, pero más efectiva que otras variantes de TCC en el tratamiento de los síntomas emocionales.

En conclusión, la TCC representa una opción terapéutica prometedora para adultos con TDAH, especialmente, para aquellos con comorbilidad emocional como depresión o ansiedad.

Psychol Psychother. 2023;96(3):543-59.

La importancia de pertenecer a un contexto: una intervención de estilo de vida dirigida por enfermeras para personas adultas con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH). Vivir con TDAH y enfermedades mentales conlleva un

mayor riesgo de desarrollar enfermedades relacionadas con el estilo de vida. Aunque existen diversos métodos para apoyar a adultos con TDAH, aún hay una carencia de estrategias no farmacológicas enfocadas en este propósito. Este estudio exploró cómo experimentaron personas adultas con TDAH y trastornos mentales su participación en una intervención sobre estilo de vida dirigida por personal de enfermería.

Quince personas participaron durante 52 semanas en dicha intervención. El análisis de sus experiencias reveló dos categorías principales: la construcción de relaciones de confianza y la salud en conjunto. Los participantes destacaron la importancia del vínculo con el personal de enfermería y del apoyo grupal como factores claves para fomentar cambios sostenibles en sus hábitos de vida.

Este tipo de intervención, liderada por enfermeras, podría representar una alternativa efectiva o un complemento a los tratamientos actuales, ofreciendo un enfoque más holístico para promover la salud física y mental en adultos con TDAH.

Issues Ment Health Nurs. 2021;42(3):216-26.

Revistas

Addiction; Asian Journal of Psychiatry; BMC Psychiatry; Current Psychiatry Reports; Issues in Mental Health Nursing; Journal of Attention Disorders; Journal of Child Psychology and Psychiatry; Journal of Clinical Medicine; Journal of Global Health; Neuroscience & Biobehavioral Reviews; Perceptual and Motor Skills; PLoS One; Psychology and Psychotherapy; Scientific Reports.