

Prólogo

Dr. Rafa Guerrero

Psicólogo especializado en TDAH y Problemas de Conducta. Doctor en Educación. Director de Darwin Psicólogos

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad, más conocido por sus siglas TDAH, es uno de los trastornos que más se diagnostica en la etapa infanto-juvenil y por el que más frecuentemente consultan los padres en los servicios de salud mental tanto públicos como privados (Cardo, Servera, Vidal, De Azua, Redondo y Riutort, 2011). No sorprende, por lo tanto, que Miguel Villa de Gregorio y Luis Miguel Ruiz Pérez, profesores de la Facultad de Educación de la Universidad Complutense de Madrid (UCM) y de la Universidad Politécnica de Madrid (UPM), se hayan embarcado en la preciosa y responsable tarea de escribir un libro sobre la importancia del Movimiento y la Educación Física en los alumnos diagnosticados de TDAH.

Quiero agradecer muy encarecidamente a Miguel y Luismi que hayan pensado en mí para escribir este prólogo que acepto encantado.

El libro comienza de manera práctica e ilustrada con el caso de *"Felipe, el nervioso"* que publicó Heinrich Hoffman en 1845 como una de las primeras descripciones documentadas sobre lo que más tarde se llamaría TDAH. También describen en el capítulo de presentación el famoso caso de Gillian que Sir Ken Robinson desarrolla en su libro *"El Elemento"* (Robinson, 2009) y en el que no profundizaré para mantener el principio de incertidumbre en el lector. Los profesores Villa de Gregorio y Ruiz Pérez defienden en este libro la importancia de la Educación Física no solo para los alumnos con trastornos como el TDAH, sino para todo el alumnado. Son abundantes los beneficios que mencionan en este manual de la Educación Física sobre la personalidad, la empatía, la cooperación, competencia motriz, y un sinfín de beneficios para nuestro alumnado.

El TDAH es un trastorno del neurodesarrollo y eso implica, entre otras muchas circunstancias, que la corteza prefrontal de los alumnos que padecen este trastorno es más inmadura de lo que correspondería según su edad cronológica. Sabemos que las funciones ejecutivas se ubican, cerebralmente hablando, en la citada corteza prefrontal (Guerrero, 2020).

Es necesario, por no decir fundamental, que los maestros, profesores de Educación Física y familiares potenciemos las diferentes funciones ejecutivas de los menores con TDAH como la concentración, control de impulsos, memoria operativa, planificación y, como no, la regulación emocional (Guerrero, 2022). La Educación Física tiene enormes beneficios sobre el funcionamiento ejecutivo del menor con TDAH, así como en su rendimiento académico. De explicar y fundamentar todo esto se encargan de manera brillante los autores en este libro.

Ahora bien, ¿por qué es tan necesario un libro como este en donde se justifique y promueva la Educación Física en las personas con TDAH? Son muchos los datos científicos que describen las grandes dificultades que tienen los menores con TDAH en el ámbito socioemocional y que la Educación Física puede amortiguar. La investigación demuestra que los menores con TDAH suelen tener frecuentes distracciones en el colegio y problemas para seguir las clases, así como para controlar sus impulsos (Cubero, 2006). Esto lleva a que las familias cuyos hijos tienen TDAH mantienen mayor número de tutorías con los profesores que aquellas familias que no tienen hijos con TDAH (Robledo, García Sánchez y Díez González, 2009).

En torno a un 60-70 % de los menores con TDAH son rechazados y estigmatizados por sus compañeros debido a la expresión de sus síntomas y comportamientos disruptivos (Barkley, 1990; García, Presentación, Siegenthaler y Miranda, 2006; Mrug, Molina, Hoza, Gerdes, Hinshaw, Hechtman y Arnold, 2012). Como señalaron Pardos, Fernández Jaén y Fernández Mayoralas (2009), los niños y adolescentes con TDAH tienen dificultades para interpretar las pistas sociales y la resolución de conflictos, lo cual impacta de manera significativa en el ámbito social. Y es que, en el ámbito socioemocional, los niños con TDAH y sus familiares suelen sufrir mucho: en torno a un 70 % de los menores con TDAH reconoce no tener un mejor amigo (Wehmeier, Schacht y Barkley, 2010). Harpin (2005) vio que estos niños son menos invitados a los cumpleaños que los menores sin esta patología. Todas estas dificultades descritas por la literatura científica que implican un alto grado de sufrimiento tanto en el menor con TDAH como en sus familiares pueden ser amortiguadas por los numerosos beneficios de la Educación Física y el acompañamiento socioemocional del profesorado sensible e implicado con este tipo de alumnado.

Son muchos, variados e interesantes los temas que desarrollan los profesores Villa de Gregorio y Ruiz Pérez en su libro: los pilares de un aprendizaje suficientemente bueno, la relación existente entre activación (arousal) y ejecución, las bases biológicas del cerebro implicadas en la atención, los tipos de atención, la importancia del aprendizaje mientras nos movemos y, por supuesto, ahondando de manera elegante en el TDAH la historia del trastorno, su prevalencia, subtipos de TDAH, comorbilidad y modalidades de intervención.

En el capítulo 6, el lector dispondrá de una gran cantidad de recursos y orientaciones para ponerlos en marcha, así como un sinfín de beneficios que aporta la actividad física al alumnado en general y al menor con TDAH en particular. En conclusión, este libro señala la gran oportunidad que tiene el profesor de Educación Física para acompañar y ayudar a gestionar las dificultades que tiene el alumnado con TDAH en la escuela y en su vida.

Además de las diferentes metodologías existentes, quiero destacar la relevancia del maestro y del profesor para guiar y regular a sus alumnos, especialmente a los menores con dificultades de aprendizaje.