Observación orientativa

Cuestionario de observación para llevar a la consulta

Ordena lo que ves en casa o en el aula antes de hablar con un profesional. No sirve para diagnosticar.

Importante: este cuestionario **no es un test diagnóstico** y no tiene una puntuación que indique «tiene TDAH». Solo sirve para recoger observaciones de forma ordenada y llevarlas a la consulta del pediatra o del psicólogo/a. Muchas conductas son normales en ciertas edades y pueden deberse a otras causas.

Dato	
Nombre y edad del niño/a	
Quién rellena (familia / docente)	
Fecha	
Curso	

Marca con qué frecuencia observas cada conducta **durante los últimos 6 meses**, comparado con otros niños de su edad: **0** = nunca o casi nunca · **1** = a veces · **2** = a menudo · **3** = muy a menudo.

Atención

Conducta	0	1	2	3
Le cuesta prestar atención a los detalles o comete errores por descuido en tareas	○	○	○	○
Le cuesta mantener la atención en tareas o juegos	○	○	○	○
Parece no escuchar cuando se le habla directamente	○	○	○	○
No termina las tareas o los encargos que empieza	○	○	○	○
Le cuesta organizar tareas y actividades	○	○	○	○
Evita o le disgustan las tareas que exigen esfuerzo mental sostenido	○	○	○	○
Pierde cosas necesarias (material escolar, juguetes, ropa)	○	○	○	○
Se distrae con facilidad con estímulos que no tienen que ver con la tarea	○	○	○	○
Se olvida de las actividades cotidianas	○	○	○	○

Hiperactividad e impulsividad

Conducta	0	1	2	3
Mueve las manos o los pies, o se retuerce en el asiento	○	○	○	○
Se levanta en situaciones en que se espera que esté sentado	○	○	○	○
Corre o trepa en situaciones en que no es apropiado	○	○	○	○
Le cuesta jugar o realizar actividades tranquilamente	○	○	○	○
Está «en marcha» como si tuviera un motor	○	○	○	○
Habla en exceso	○	○	○	○
Responde antes de que se haya terminado de formular la pregunta	○	○	○	○
Le cuesta esperar su turno	○	○	○	○
Interrumpe o se mete en las conversaciones o los juegos de otros	○	○	○	○

Contextos y consecuencias

Pregunta	Respuesta
¿Desde qué edad se observan estas conductas?	
¿Ocurren en casa, en el colegio y en otros sitios, o solo en uno?	
¿Cómo afectan a las notas, a las amistades o a la convivencia?	
¿Qué ha cambiado recientemente (cambio de colegio, separación, duelo, sueño, salud)?	
¿Qué ayuda y qué empeora la situación?	

Cómo usarlo

- Rellénalo **por separado** la familia y el docente: la comparación entre entornos es muy útil.
- Cuéntaselo al profesional tal cual, sin sumar puntos: lo importante son los ejemplos concretos y su impacto.
- Un resultado alto no es un diagnóstico y uno bajo no descarta dificultades. Decide siempre un profesional tras una evaluación completa.

Material informativo elaborado por el equipo de TuProfesorParticular. No sustituye la valoración, el diagnóstico ni el tratamiento de un profesional sanitario. Si tienes dudas sobre la salud de un niño o niña, consulta con su pediatra o con un psicólogo/a.

Referencias: Asociación Americana de Psiquiatría, DSM-5-TR (2022). Guía de Práctica Clínica sobre el TDAH en niños y adolescentes (GuíaSalud, Ministerio de Sanidad).