

Rompiendo silencios desde la neurodiversidad:
Mujeres universitarias con TDAH
*Breaking silences from neurodiversity:
University women with ADHD*

Nelly Alvarez-Aranda

Señora Editora:

Como docente universitaria y mujer con TDAH, destaco la importancia de abordar el TDAH en mujeres adultas mediante la integración de los modelos biopsicosocial y de neurodiversidad! Esto implica ir más allá del modelo médico tradicional, valorando las diferencias en el funcionamiento cerebral, especialmente en el género femenino.

Las mujeres con TDAH enfrentan desafíos distintos de los hombres, siendo propensa a la falta de regulación de la atención y la desorganización, en lugar de la hiperactividad e impulsividad. Esta diferencia conduce a la subestimación de sus síntomas internalizados,² perpetuando sesgos en diagnósticos y prácticas clínicas, favoreciendo la presentación masculina del TDAH.³ La propensión a diagnosticar erróneamente las comorbilidades como trastornos primarios, destaca la necesidad de distinguir entre lo primario y lo secundario para lograr un diagnóstico y atención oportuna y adecuada.

La literatura y estudios existentes enfatizan la necesidad de más investigaciones sobre las experiencias de mujeres con TDAH en educación superior.⁴ Se destaca que el bajo rendimiento académico repercute negativamente en su salud mental⁵ y que los síntomas de desatención son factores determinantes de la relación entre el TDAH y el bajo rendimiento académico.⁶ Además, enfrentan desafíos en funciones ejecutivas, metacognición,⁷ relaciones sociales y de colaboración,⁴ utilizando estrategias de afrontamiento pero ocultando sus experiencias complejas² por temor a la marginación. Algunos estudios sugieren que los síntomas del TDAH, lejos de

ser un “déficit,” también pueden cultivar fortalezas, destacando la creatividad, hiperconcentración y la voluntad de ayudar a los demás.⁸

La invitación es a comprender que el TDAH es una variación neurológica legítima,¹ abogando por investigaciones que se alejen del modelo que ve el TDAH como una carencia, y que están orientadas hacia la generación de apoyos oportunos y efectivos. Cultivar un entorno que celebre la diversidad cognitiva es esencial. Comprender las propias fortalezas y desafíos derriba barreras, elimina estereotipos y propicia un enfoque más humano y compasivo tanto en entornos educativos como médicos.

Referencias

1. Walker N. Neurodiversity: Some basic terms and definitions [Blog post]. Retrieved from. 2014. <https://neuroqueer.com/neurodiversity-terms-and-definitions/>
2. Quinn PO, Madhoo M. A review of Attention-deficit/hyperactivity disorder in women and girls: Uncovering this hidden diagnosis. *The Primary Care Companion For CNS Disorders*. 2014;16(3), 16. <https://doi.org/10.4088/pcc.13r01596>
3. Mowlem FD, Rosenqvist MA, Martin J, et al. Sex differences in predicting ADHD clinical diagnosis and pharmacological treatment. *Eur Child Adolesc Psychiatry*. 2019; 28 (4): 481–489. <https://doi.org/10.1007/s00787-018-1211-3>
4. Sedgwick-Müller JA, Müller-Sedgwick U, Adamou M, et al. University students with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD): a consensus statement from the UK Adult ADHD Network

- (UKAAN). BMC Psychiatry 2022; 22 (1):292. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-03898-z>
5. Sedgwick JA. University students with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD): a literature review. Irish Journal of Psychological Medicine. 2018;35(3):221-235. <https://doi.org/10.1017/ipm.2017.20>
 6. Henning C, Summerfeldt LJ, Parker J. ADHD and Academic Success in University Students: The Important Role of Impaired Attention. Journal of attention disorders. 2022;26(6):893-901. <https://doi.org/10.1177%2F10870547211036758>
 7. Varrasi S, Boccaccio FM, Guerrera CS, Platania GA, Pirrone C, Castellano S. Schooling and Occupational Outcomes in Adults with ADHD: Predictors of Success and Support Strategies for Effective Learning. Education Sciences. 2023; 13(1):37. <https://doi.org/10.3390/educsci13010037>
 8. Sedgwick JA, Merwood A, Asherson P. The positive aspects of attention deficit hyperactivity disorder: a qualitative investigation of successful adults with ADHD. ADHD Atten Def Hyp Disord. 2019;(11): 241–253. <https://doi.org/10.1007/s12402-018-0277-6>

Palabras clave: TDAH, mujeres, educación superior, sesgo de género, neurodiversidad

Keywords: ADHD, women, higher education, gender bias, neurodiversity