

TOC EN CENTROS ESCOLARES

Identificar y apoyar a los estudiantes con TOC en los centros escolares

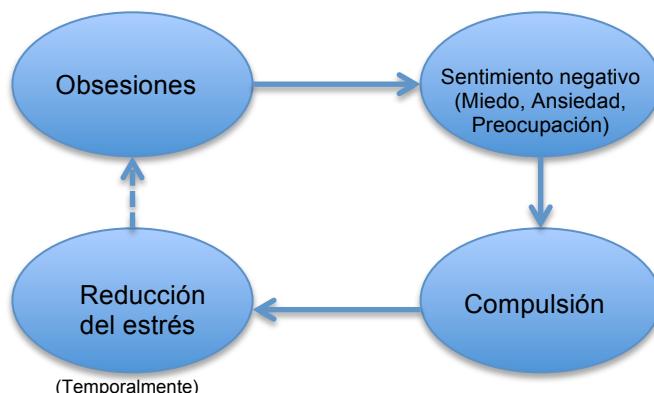
Folleto desarrollado por la Dra. Juliana Negreiros, R. Psych.

La información proporcionada a continuación está destinada para fines educativos e informativos y no debe sustituir la opinión de los profesionales de salud mental.

¿Qué es el TOC?

El trastorno obsesivo compulsivo (TOC) es una enfermedad neuropsiquiátrica que a menudo comienza en la infancia y tiene un impacto significativo familiar, académico, ocupacional y social. Los niños y jóvenes con TOC tienen obsesiones o molestias no deseadas, pensamientos, imágenes o ideas que se quedan atrapadas en sus cabezas. Para evitar la ansiedad o para que desaparezcan temporalmente las obsesiones, realizan compulsiones o comportamientos y rutinas con unos rituales una y otra vez. Las obsesiones y las compulsiones tienden a consumir mucho tiempo (más de 1 hora / día) y causan angustia o interfieren en el funcionamiento diario de los estudiantes en casa y / o en la escuela.

El ciclo obsesivo-compulsivo



Hechos sobre TOC¹:

- Afecta al 1-3% de la población general
- Se considera una de las 10 principales causas de discapacidad global
- Los niños y jóvenes con TOC tienen más probabilidades de tener otros trastornos relacionados con la ansiedad, el estado de ánimo o el comportamiento perturbador
- Las obsesiones y compulsiones pueden cambiar, aumentar y disminuir a lo largo infancia y vida
- El TOC sigue siendo crónico en aproximadamente un 40% de los casos
- Tratamientos de primera línea:
 - Terapia de comportamiento cognitivo (TCC) con exposición y prevención de respuesta (EPR)
 - Antidepresivos (Inhibidor selectivo de la recaptación de serotonina [SSRI])

- Hay un retraso significativo entre el inicio de la obsesión y de los síntomas compulsivos y el tiempo en que una persona recibe un diagnóstico certero y puede iniciar un tratamiento específico.
- Las consecuencias del TOC no tratado incluyen:
 - Efectos adversos sobre los miembros de la familia
 - Dificultad escolar
 - Dificultad de relación entre compañeros
 - Mayores tasas de desempleo
 - Menos productividad laboral
 - Bajas tasas de vivir en pareja

Obsesiones y compulsiones comunes en niños y jóvenes (más detalles en anxietybc.ca)

Obsesiones

Contaminación
Daño accidental a sí mismo o a los demás
Simetría y exactitud
Necesidad de perfección
Pensamientos prohibidos

Compulsiones

Lavado y limpieza
Comprobación
Ordenar / organizar
Contar, tocar, forzar o frotar
Rituales mentales

¿Qué dice las investigaciones sobre el impacto del TOC en el funcionamiento escolar?

- Los estudiantes con TOC pueden tener evitación escolar, rechazo escolar y rendimiento académico limitado (Geller et al., 1998).
- Informan de dificultad para concentrarse en el trabajo escolar y para la finalización de la tarea (Piacentini et al., 2003).
- Pueden presentar dificultades en la función ejecutiva y pueden exhibir déficits en el funcionamiento social (Snyder et al., 2015; Storch et al., 2006).

Hay que tener en cuenta:

EL TOC puede coexistir con otros trastornos mentales como TDAH, Ansiedad, Trastorno oposicionista desafiante o se asemejan a estos trastornos pudiéndose confundir con mala conducta, ausencia, falta de interés o "pereza."

Los estudiantes pueden estar extremadamente cansados en la escuela debido al tiempo excesivo dedicado a las obsesiones y / o compulsiones y a la falta de sueño.

Identificar el TOC en las escuelas -Indicadores generales:

Dificultad	¿Cómo se ve en el comportamiento?
Concentración	No siguiendo instrucciones, prestando atención en clase y/o comenzando/completando las tareas
Memoria	Pierde información u olvida cosas / pasos, por la interferencia de los síntomas del TOC que interrumpen el proceso de almacenamiento
Asistencia escolar	Ausentismo, tardanza, abandona o solicita permiso para dejar actividades de equipo
Problemas de comportamiento	Incumplimiento, discusión, testarudez agitación, solicitud excesiva de consuelo o explicaciones, repetición de sonidos / palabras / frases
Evitación	De ciertas clases, áreas, actividades, materiales escolares o personas
Socialización	Interacción limitada entre compañeros, acoso, victimización
Logro Académico	Bajas notas, tareas incompletas, tomar demasiado tiempo para completar el trabajo

Dificultades potenciales de aprendizaje asociadas con el TOC

Escuchando / Participando : no concentrándose en lo que dice el profesor; malinterpretando los puntos clave; no dando respuestas rápidas; evitando temas / actividades de clase.

Terminación del trabajo : quedando "atrapado" en una pregunta; incapacidad para pasar de un punto a otro pensando en demasiadas preguntas o dudando de la respuesta; necesidad de completar las tareas perfectamente.

Exámenes / cuestionarios : no se puede preparar lo suficiente; dificultad en pruebas con opción múltiple y las que son cronometradas; indecisión sobre la "forma correcta" o la "respuesta correcta".

Lectura : se distrae con las palabras debido a que se centran en las preocupaciones (por ejemplo, resaltado rojo = sangre) o rituales (por ejemplo, contar letras); necesitan volver a leer para entender completamente el significado.

Matemáticas : evitando completar problemas que contienen ciertos números; rehaciendo / revisando problemas; dificultad con la memorización debido a que están concentrados en las obsesiones / compulsiones

Escritura : poner las ideas en papel (por ejemplo, perfeccionismo); tendencia a borrar excesivamente o reescribir las cosas; tomar demasiado tiempo para escribir oraciones (hasta que sienten "que están perfectas"); dificultad para escribir a mano (demasiado apresurado o demasiado perfecto)

Ejemplos de síntomas de TOC en la escuela

	Indicador	Comportamiento
Contaminación	Piel muy roja / áspera / agrietada debido al lavado repetido (por ejemplo, en manos, brazos, cara)	Ir frecuentemente al baño , evitar tocar objetos de áreas comunes o usar el baño común, no compartir utensilios.
Perfeccionismo	Gastando una cantidad significativa de tiempo completando o repitiendo una acción	Revisando un escrito o un trabajo de manera repetitiva, o bien borrando continuamente. Comprobando la mochila/reloj de manera inquieta y repetidamente, colocándose la ropa una y otra vez hasta que la siente perfecta
Excesiva Inseguridad	Frecuentemente buscan reasegurarse, verificando un trabajo una y otra vez	Preguntan lo mismo repetidamente, preguntan al profesor para que conteste a cualquier pregunta una y otra vez o que les diga repetidamente que han hecho/escuchado algo correctamente

Apoyo a estudiantes con TOC en las escuelas

- Tener conocimiento sobre la sintomatología del TOC y sus efectos sobre el funcionamiento escolar
- Mantener un sistema de comunicación entre el hogar y la escuela e involucrar a los padres
- Colaborar con los profesionales de salud mental
- Desarrollar un Plan de Educación Individual
- Recopilar datos: herramientas de evaluación académica, escalas de calificación y observaciones

- Incluir personas clave de apoyo en el equipo
- Desarrollar intervenciones para enfocarse en las necesidades únicas de los estudiantes
- Tener metas a corto plazo
- Implementar adaptaciones TEMPORALES hasta que mejoren los síntomas
- Monitorizar y registrar el progreso: cambios en el comportamiento y el resultado académico (por ejemplo, herramientas directas / indirectas)
- Revisar y ajustar las metas del adaptación curricular regularmente
 - Pre-programar reuniones bimestrales
 - Asignar roles y acciones a los miembros del equipo
 - Solucionar problemas y consultar sobre dificultades
 - ¡Celebrar el éxito!

Ideas para adaptaciones TEMPORALES

*** Tenga en cuenta que los estudiantes con TOC pueden necesitar adaptaciones en la escuela durante un tiempo. A medida que los estudiantes alcanzan sus objetivos de tratamiento del TOC y sus síntomas mejoran, las adaptaciones escolares pueden reducirse o finalizarse (dependiendo del caso). Es esencial que las adaptaciones escolares se desarrollen en colaboración con el estudiante, su familia y con el profesional en salud mental.**

Área	Estrategia
Asignaciones / tareas	<ul style="list-style-type: none"> • Tiempo extra • Carga de trabajo reducida • Formato alternativo (dictado de voz; software; ordenador) • Tiempo limitado para el trabajo • Completar el trabajo poco a poco • Evite calificar el trabajo de pulcritud • Plazos flexibles
Exámenes	<ul style="list-style-type: none"> • Tiempo extra • Formato alternativo (p. Ej., Oral) • Aula separada
Presentaciones	<ul style="list-style-type: none"> • Reducir el hablar en público • Usar presentaciones grabadas • Presentaciones individuales • Pre-concertar llamadas al estudiante

Siguiendo la dirección y las transiciones

- Negociar expectativas razonables
- Tener alternativas para la conducta de evitación
- Usar el temporizador para señalar el inicio / finalización de una nueva tarea
- Usar una lista con los pasos para realizar la tarea

Tomar nota

- Proporcionar apuntes ya preparados
- Entregar una copia de los apuntes

Descansos

- Preestablecer un sistema de señales
- Tener una persona en quien confíe para que pueda dirigirse y sentirse calmado
- Tener un lugar tranquilo en el que se pueda calmar cuando tenga síntomas de TOC

Asiento preferible

Sentarse delante o detrás según este más seguro, puede querer pasar desapercibido en caso de tener compulsiones

Otras estrategias e intervenciones en el aula que se dirigen al TOC:

- Considere informar a la clase sobre el TOC si el estudiante y su familia lo aprueban. Asegurarse de obtener el consentimiento por escrito de la familia y cuidadosamente planificar con la familia y un profesional de salud mental como se presentará.
- Para disminuir el aislamiento social:
 - tener actividades estructuradas en el aula para construir relaciones sociales.
 - asociar al alumno con compañeros empáticos y respetuosos.
 - eliminar las burlas o la intimidación al hablar en general y abiertamente al respecto, discutiendo diversos escenarios y generando empatía en los estudiantes.
 - educar a todos los estudiantes sobre diversas discapacidades y enfermedades.
- Con la ayuda de un profesional de salud mental y la aprobación del estudiante, desarrollar un plan para tratar de no involucrarse en un comportamiento compulsivo mientras se empatiza con la dificultad de los estudiantes

A continuación hay algunos ejemplos:

- **Tranquilización** : cuando se de cuenta de que la solicitud del alumno de buscar seguridad o repetición está relacionada con el TOC, use una señal no verbal previamente acordada en privado con el estudiante que indique que eso es una pregunta TOC . Repita o explique una vez más y después aiente al estudiante a trabajar por su cuenta.
- **Perfeccionismo** : si nota que el alumno está atrapado en una pregunta, no puede completar el trabajo, o sigue borrándolo porque tiene que ser "Perfecto", alabe verbalmente el trabajo que el alumno ha realizado hasta el momento y luego animale a seguir adelante. Cuando sea apropiado, puede decirle una vez que el objetivo no es que el trabajo sea 100% correcto y que "la perfección no existe".
- **Correcciones** : si nota que el alumno está borrando excesivamente, reescribiendo o tachando letras / palabras porque estas deben estar "perfectas" refuerce al estudiante diciéndole que su trabajo no puntuara por limpieza si éste se puede leer.
- **Comprobación** : cuando note que el alumno está pasando demasiado tiempo revisando su trabajo, enfatice la necesidad de avanzar y terminar el trabajo. También puede negociar una estrategia para ayudar al alumno a gastar menos tiempo comprobando (p. ej., que el alumno cubra las líneas a medida que lee un párrafo o completa un problema).

Este folleto se ha basado en los siguientes recursos

Páginas web:

- AnxietyBc: <https://anxietybc.com>
- OCD Education Station: <http://www.ocdeducationstation.org/>
- OCD in Kids from IOCDF: <http://www.ocfoundation.org/ocdinkids/>
- OCD at school from ADAA: <https://www.adaa.org/understanding-anxiety/obsessive-compulsive-disorder/ocd-at-school/hidden-symptoms>

Libros:

- Students with OCD: A Handbook for School Personnel (by Adams)
- Teaching Kids with Mental Health and Learning Disorders in the Regular Classroom: How to Recognize, Understand and Help Challenged (and Challenging) Students Succeed (by Cooley)
- Teaching the Tiger: A Handbook for Individuals Involved in the Education of Students with Attention Deficit Disorders, Tourette Syndrome or Obsessive-Compulsive Disorder (by Dornbush & Pruitt)

Developed by Dr. Juliana Negreiros

¹ For reference list regarding the section "Facts about OCD," please contact the author

