

Impacto de los síntomas del TDAH en el Desempeño Laboral



Desregulación Atención

- Dificultad de mantener **concentración**
- Rápido **aburrimiento**
- Dificultad **cambio foco** atencional
- **Hiperfoco**
- Dificultad para seguir **instrucciones**
- Dificultad para **escuchar** a los compañeros
- Poca **atención a detalles**



Distracciones y olvidos

- Dificultad de bloquear **distractores externos**
- Distracciones internas: **divagaciones**
- **Olvido** de horarios, rutinas, fechas de entrega o tareas
- Dificultad de **recordar compromisos** con supervisor o compañeros



Hiperactividad y manejo del tiempo

- Dificultad de estar **sentada** en reuniones largas
- **Movimiento** constante
- **Estimación insuficiente del tiempo** necesario para completar las tareas
- **Plazos incumplidos**
- Dificultad para **llegar puntual**



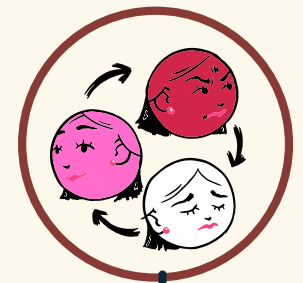
Organización y procrastinación

- **Abrumada** por **tareas** grandes
- **Extravío** de materiales
- Dificultad mantener **orden**
- Deja **tareas desagradables para el final**
- **Finalización tardía** o apresurada de las tareas
- **Proyectos a largo plazo retrasados**



Impulsividad

- **Acuerda tareas** y proyectos **imposibles** de realizar
- **Comentarios inapropiados**
- Se lanza a **proyectos sin un plan**
- Salta de un trabajo a otro
- Falta de **conocimiento** sobre propias **conductas** y deficiencias



Desregulación emocional y relaciones sociales

- **Emocional** ante **críticas**
- Tendencia a la **ira** fácil
- Dificultad para **entender señales sociales**
- **Monopoliza** la **conversación**, **interrumpe** o es muy contundente
- **Rigidez** (todo es blanco o negro)

TIPS/ESTRATEGIAS QUE PUEDEN AYUDAR

