



¿Estás próximo a egresar de bachillerato  
y te consideras un **estudiante neurodivergente**?

¡Esta información es para ti!

## Déficit de atención con hiperactividad

Neurodiversidad es un término genérico que incluye condiciones como: dispraxia, dislexia, discalculia, déficit de atención e hiperactividad, síndrome de Tourette y espectro autista, actualmente consideradas como formas de diversidad humana que requieren la adopción de perspectivas alternas para promover la inclusión y explotar el potencial creativo (Clouder *et al.*, 2020).

El déficit de atención con hiperactividad es una condición que afecta la atención y el autocontrol de las personas, generando dificultades para mantenerse concentrado, atender indicaciones y para controlar conductas impulsivas como el movimiento continuo.

Algunas señales para que puedas reconocer si una persona presenta déficit de atención con hiperactividad son (Roesen, s/f):

- Estar inquieto y golpear con sus pies.
- Verse frustrado o impaciente cuando los demás están de brazos cruzados.
- Tener dificultad para permanecer en el mismo sitio al hacer la tarea.
- Interrumpir conversaciones o no escuchar cuando las personas están hablando.
- Hablar sin parar, sin darse cuenta de lo que está ocurriendo y cómo están reaccionando las personas.
- Tocar constantemente o manipular cosas en las tiendas o en las casas de las personas.
- Quedarse despierto hasta tarde en la noche (y verse exhausto durante el día).
- Tener dificultad para escuchar y prestar atención.
- Necesitar muchos recordatorios para hacer las cosas.
- Ser desorganizado y perder cosas constantemente.

## Algunas sugerencias para facilitar tu trayectoria académica son:

- Establece buena comunicación con tu padre y/o madre y comparte con ellos el ambiente universitario en el que te gustaría estar.
- Explora la página web de la Universidad e identifica los tipos de servicios y programas de apoyo a personas neurodivergentes.
- Identifica las redes de apoyo que pueda brindarte la institución para acompañarte y apoyarte en tus dificultades académicas.
- Reconoce tus competencias y la compatibilidad de éstas con la carrera de tu interés.

Las y los estudiantes neurodivergentes, entre ellos los que tienen la condición de déficit de atención, piensan y aprenden de manera diferente, por lo que requieren el uso de estrategias educativas diferenciales e inclusivas, además de incursionar en áreas del conocimiento con esquemas similares a sus formas de pensamiento.

Clouder L.; Karakus M.; Cinotti, A.; Ferreyra, M. V.; Fierros, G. A.; Rojo, P. (2020). Neurodiversity in higher education: a narrative synthesis. *Higher Education* 80(3): 757–778.

Rosen, P. (s/f). *Hiperactividad en adolescentes con TDAH: Cómo luce*. Recuperado el 28 de junio del 2021.  
En: <https://www.understood.org/articles/es-mx/hyperactivity-in-teens>

Algunas de las áreas de estudio recomendadas para estudiantes con déficit de atención son:

## Áreas y carreras

Área	Carrera
Administración y negocios	Contador Público Licenciatura en Administración Licenciatura en Administración Pública y Ciencia Política Licenciatura en Aduanas Licenciatura en Comercio Exterior Licenciatura en Finanzas Licenciatura en Gestión de Negocios Digitales Licenciatura en Gestión de Recursos Marinos y Portuarios Licenciatura en Gestión Turística Licenciatura en Mercadotecnia Licenciatura en Negocios Internacionales Licenciatura en Publicidad y Relaciones Públicas
Agronomía y veterinaria	Ingeniero Agrónomo Médico Veterinario Zootecnista
Artes y humanidades	Licenciatura en Artes Visuales Licenciatura en Danza Escénica Licenciatura en Diseño Gráfico Licenciatura en Diseño Industrial Licenciatura en Filosofía Licenciatura en Letras Hispanoamericanas Licenciatura en Lingüística Licenciatura en Música
Ciencias de la salud	Licenciatura en Nutrición
Ciencias naturales, matemáticas y estadística	Licenciatura en Biología Licenciatura en Gestión y Reducción del Riesgo de Desastres Licenciatura en Física Licenciatura en Matemáticas Licenciatura en Oceanología Químico Farmacéutico Biólogo
Ciencias sociales y derecho	Licenciatura en Comunicación Licenciatura en Derecho Licenciatura en Economía Licenciatura en Periodismo Licenciatura en Psicología Licenciatura en Relaciones Internacionales Licenciatura en Trabajo Social
Educación	Licenciatura en Educación Especial Licenciatura en Educación Física y Deporte Licenciatura en Enseñanza de las Matemáticas Licenciatura en Enseñanza de Lenguas Licenciatura en Pedagogía
Ingeniería, manufactura y construcción	Arquitectura Ingeniería en Mecatrónica Ingeniería en Sistemas Electrónicos y Telecomunicaciones Ingeniería en Tecnologías Electrónicas Ingeniería Oceánica Ingeniero Civil Ingeniero Mecánico Electricista Ingeniero Químico en Alimentos Ingeniero Químico Metalúrgico Ingeniero Topógrafo Geomático
Tecnologías de la información y la comunicación	Ingeniería en Tecnologías de Internet Ingeniería de Software Ingeniería en Computación Inteligente
Servicios	Licenciatura en Gastronomía

### Dirección General de Orientación Educativa y Vocacional

- ☎ 312 316 11 15, extensión 35301 (lunes a viernes)
- ✉ [orienta@ucol.mx](mailto:orienta@ucol.mx)
- 🌐 <https://portal.ucol.mx/entender/>
- 📘 <https://www.facebook.com/Orienta.UdeC/>