

UNIVERSIDAD MIGUEL HERNÁNDEZ
FACULTAD DE MEDICINA
TRABAJO FIN DE GRADO EN TERAPIA OCUPACIONAL



UNIVERSITAS
Miguel Hernández



El rol del terapeuta ocupacional en adultos con TDAH. Una revisión bibliográfica.

Autor/a: CAMPAYO PÉREZ, LORENA.

Tutor/a: FERNÁNDEZ CAMPUZANO, MARÍA JESÚS.

Departamento: Departamento de Ciencias del Comportamiento y Salud. Área de Psicología Básica.

Curso académico: 2024 - 2025

Convocatoria: Julio de 2025

ÍNDICE

RESUMEN.....	2
ABSTRACT.....	3
1. INTRODUCCIÓN.....	4
2. OBJETIVOS.....	6
3. MATERIAL Y MÉTODOS.....	7
4. RESULTADOS.....	9
5. DISCUSIÓN.....	14
6. CONCLUSIÓN.....	16
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	18
8. ANEXOS.....	20



RESUMEN.

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) es una condición que persiste en la adultez en muchas ocasiones y afecta a la vida diaria, afectando áreas como el empleo, las relaciones interpersonales y la autonomía. Si bien las intervenciones farmacológicas y psicológicas son comunes, existe una creciente necesidad de enfoques que aborden las dificultades en las actividades de la vida diaria.

El objetivo es conocer la evidencia actual sobre el rol y la efectividad del terapeuta ocupacional en la intervención de adultos con TDAH.

Se realizó una búsqueda exhaustiva en bases de datos científicas como PubMed y Scopus, utilizando una combinación de palabras clave. Se seleccionaron artículos que describían o evaluaban la intervención de terapia ocupacional en esta población, sin restricciones de diseño de estudio.

Los estudios revisados destacan la eficacia de la terapia cognitivo-conductual para mejorar síntomas como la inatención, la hiperactividad y dificultades en la gestión y organización del tiempo. Los estudios incluyen enfoques presenciales y telemáticos, con poblaciones diversas en edad y género, y muestran mejoras en el desempeño ocupacional y la calidad de vida. Así, la terapia ocupacional, es útil cuando se adaptan a las necesidades individuales y contextuales, aunque se requiere más investigación en este ámbito.

Se concluye que se han cumplido los objetivos propuestos, demostrando que el TDAH en adultos afecta negativamente su desempeño en actividades cotidianas, laborales, educativas y relacionales. Se identificó que la terapia cognitivo-conductual es la principal intervención desde la terapia ocupacional con evidencia de efectividad, aunque se reconoce la necesidad de explorar otras técnicas complementarias y estandarizar protocolos.

Palabras clave: #TDAH, #Adultos, #Terapia Ocupacional, #TCC

ABSTRACT.

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) is a condition that often persists into adulthood and affects daily life, impacting areas such as employment, interpersonal relationships, and autonomy. While pharmacological and psychological interventions are common, there is a growing need for approaches that address difficulties in activities of daily living.

The objective is to explore the current evidence on the role and effectiveness of occupational therapists in the intervention for adults with ADHD.

A comprehensive search was conducted in scientific databases such as PubMed and Scopus, using a combination of keywords. Articles describing or evaluating occupational therapy interventions in this population were selected, with no restrictions on study design.

The reviewed studies highlight the effectiveness of cognitive-behavioral therapy in improving symptoms such as inattention, hyperactivity, and difficulties in time management and organization. The studies include both in-person and remote approaches, with diverse populations in terms of age and gender, and show improvements in occupational performance and quality of life. Thus, occupational therapy is useful when interventions are tailored to individual and contextual needs, although further research in this field is necessary.

It is concluded that the proposed objectives have been met, demonstrating that ADHD in adults negatively impacts their performance in everyday, work, educational, and relational activities. It was identified that cognitive-behavioral therapy is the main occupational therapy intervention with evidence of effectiveness, although there is a recognized need to explore other complementary techniques and to standardize protocols.

Key words: #ADHD, #Adults, #Occupational Therapy, #CBT

1. INTRODUCCIÓN.

El trastorno de déficit de atención e hiperactividad (TDAH) es una afección del neurodesarrollo caracterizada por problemas en la atención, hiperactividad e impulsividad lo que provoca un deterioro en el funcionamiento ocupacional. Además, está asociada con déficit en las funciones ejecutivas, la regulación emocional y la motivación. (1)

La prevalencia mundial en adultos se calcula entre el 4,4% y el 5%, lo que hace del TDAH uno de los trastornos psiquiátricos más comunes en esta población. (2)

Normalmente el TDAH se diagnostica en la infancia y persiste en la edad adulta entre el 60% y 86% de los casos. (3) En alguna ocasión, no es hasta la edad adulta que se diagnostica a la persona, ya que a veces presentan una conciencia limitada sobre cómo afecta esta alteración a su vida al estar poco estudiada en adultos. (4)

Con la edad, los déficits de atención persisten, mientras que la hiperactividad se hace menos visible. (5). No obstante, se ha demostrado que en el 90% de los casos los síntomas y los deterioros funcionales van fluctuando a lo largo de la vida adulta. (2)

Los estudios demuestran que las personas adultas que padecen TDAH tienen afectados varios de los dominios de su vida como el trabajo, el estudio, las relaciones con otras personas, la economía, la gestión de la salud y el ocio, afectado, en general, a su calidad de vida. (4) Todos estos problemas se traducen en menos años de educación, mayor tasa de desempleo y despido, bajo rendimiento laboral, mayor comportamiento antisocial y delictivo con aumento de los encarcelamientos y también se observan mayores problemas interpersonales que afectan a las relaciones maritales y parentales, provocando mayor tasa de separación o divorcio. (6)

Las funciones ejecutivas (FE) son uno de los componentes afectados que se hace más evidente en las personas adultas con TDAH ya que son las encargadas de planificar, organizar, regular y controlar la conducta. Cuando existen déficits en las FE se observan problemas en la memoria de trabajo, los cambios cognitivos, emocionales... (4)

Una de las dificultades que presentan los pacientes con trastorno de déficit de atención e hiperactividad es la dificultad para gestionar el tiempo afectando a su actividad y participación en todas las áreas de su vida cotidiana. Por lo que es importante intervenir en ello para priorizar, planificar, cumplir con las citas y terminar tareas a tiempo. (5) Otro obstáculo al que tienen que hacer frente es la regulación de las emociones, ya que están más expuestos a un mayor número de estresores en su vida diaria y terminan teniendo otra sintomatología comórbida como son la ansiedad y el estrés.

Actualmente, el principal tratamiento para el TDAH es una combinación de tratamientos farmacológicos y no farmacológicos, destinados a reducir los síntomas y, por lo tanto, reducir el impacto de estos en su calidad de vida. Sin embargo, la mitad de los pacientes frenan el tratamiento farmacológico antes de los 3 primeros años debido a los efectos secundarios que presentan. (4)

Según el estudio de Huang et al, la guía de tratamiento clínico descrita en los trabajos por Kendall T y Volkow ND, el tratamiento de primera para el TDAH en adultos sería una combinación de tratamiento farmacológico y psicoterapia. Siendo la terapia cognitiva conductual (TCC) validada con investigaciones basadas en la evidencia. (7)

Debido al desequilibrio ocupacional que presentan las personas adultas diagnosticadas de TDAH, se considera que la terapia ocupacional puede tener un papel fundamental en el tratamiento no farmacológico y su principal objetivo es permitir que las personas participen en las actividades de la vida diaria. Esto se logra mejorando la capacidad para participar en las ocupaciones que desean, necesitan o se espera que realicen o modificando la ocupación o el entorno para apoyar mejor su participación. (1)

Si se tiene en cuenta la definición de la *American Occupational Therapy Association* (AOTA) de terapia ocupacional: "es el uso terapéutico de las ocupaciones de la vida diaria con personas, grupos o poblaciones con el propósito de mejorar o permitir la participación" (8), una buena práctica de terapia ocupacional es aquella que presta sus servicios teniendo en cuenta en todo momento a las necesidades del usuario y su contexto para que pueda ser más funcional en el futuro.

Teniendo en cuenta que la incidencia, como ya se menciona con anterioridad, es mayor en niños que en adultos, hay carencia en estudios que proporcionen evidencia sólida sobre la efectividad de la intervención de terapia ocupacional en adultos diagnosticados con TDAH. De esta necesidad surge la motivación para llevar a cabo la presente revisión bibliográfica, con el fin de determinar la situación actual de adultos con TDAH y los posibles objetivos de intervención desde el campo de la terapia ocupacional.

2. OBJETIVOS.

El objetivo general de este trabajo es aportar una revisión actualizada del rol que cumple el terapeuta ocupacional en el tratamiento de adultos con trastorno de déficit de atención e hiperactividad.

Para facilitar la consecución del objetivo principal se concretan varios objetivos específicos:

- Exponer cómo los problemas asociados al TDAH en adultos influyen en la capacidad de realizar actividades de la vida diaria.
- Conocer qué técnicas se realizan en terapia ocupacional para mejorar los síntomas en adultos con TDAH.

3. MATERIAL Y MÉTODOS.

Para llevar a cabo este trabajo de fin de grado se ha realizado un análisis exhaustivo y sistemático de la literatura existente sobre el TDAH en adultos y la intervención desde la terapia ocupacional. La búsqueda se llevó a cabo entre los meses de marzo y abril de 2024 en las bases de datos PubMed y Scopus.

Por un lado, PubMed es un motor de búsqueda gratuito desarrollado por la Biblioteca Nacional de Medicina de los Estados Unidos (NIH) y se utiliza para buscar principalmente literatura científica sanitaria y, por otro lado, Scopus es una base de datos bibliográfica de resúmenes y citas de literatura científica revisada por pares, creada por Elsevier, editorial y empresa de análisis de datos global. Ambas bases de datos son de las más grandes y completas, que cubren diversas disciplinas y proporcionan herramientas para el seguimiento, análisis y visualización de la investigación en la actualidad.

Para la búsqueda, se utilizaron las palabras clave "terapia ocupacional", "TDAH" y "adultos", y sus equivalentes en inglés, conectadas mediante el operador booleano "AND".

Criterios de inclusión.

Los criterios de inclusión que se han establecido han sido:

- Artículos que hablan sobre el TDAH.
- Artículos que relacionan el TDAH con la intervención de terapia ocupacional.
- Artículos publicados desde el 2015 hasta la actualidad.
- Artículos en los idiomas inglés, francés y español.
- Artículos que intervienen en adultos desde los 18 hasta los 65 años.

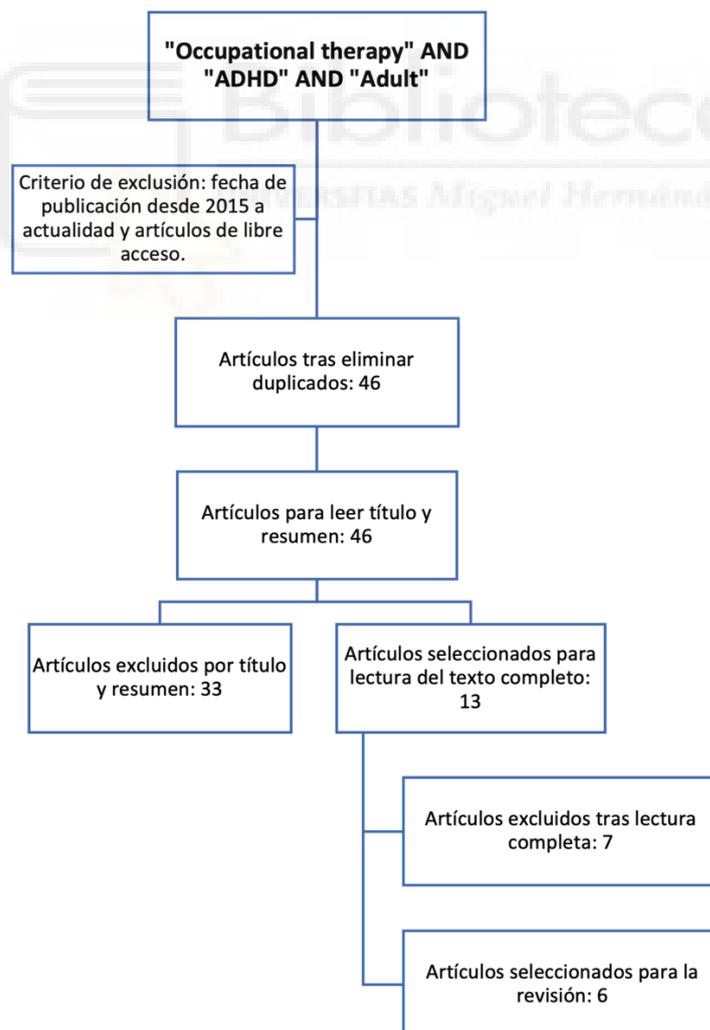
Criterios de exclusión.

- Artículos fuera del periodo establecido.
- Artículos repetidos en ambas bases de datos.

- Artículos de pago.
- Artículos que no tengan en cuenta las actividades de la vida diaria en la evaluación del estudio.
- Artículos que tratasen a personas con comorbilidad.
- Artículos que intervienen en niños y adolescentes.

Esta revisión bibliográfica ha sido autorizada por la Oficina de Investigación Responsable de la Universidad Miguel Hernández de Elche con el COIR para Trabajos de Fin de Grado: TFG.GTO.MJFC.LCP.250423.

Una vez completada la búsqueda en las bases de datos, se llevó a cabo una selección detallada de los artículos cuyo proceso de selección se resume en el siguiente diagrama de flujo:



4. RESULTADOS.

Tras la primera búsqueda realizada sobre la importancia de la intervención de terapia ocupacional en adultos con TDAH en las bases de datos PubMed y Scopus, el número de artículos encontrados en ellas fue 24 y 30 respectivamente. En la primera exploración se filtra por periodo de tiempo (desde 2015 hasta la actualidad) y acceso libre. Consiguiendo 54 resultados entre ambas bases de datos. A continuación, se eliminaron aquellos artículos que estuvieran duplicados, quedando, en esta ocasión, 46 artículos. Después, se realizó una lectura del título y resumen, con lo que se reducen a 13 los resultados seleccionados. Por último, los artículos que en una lectura más exhaustiva no coincidían con el tema objetivo fueron descartados, resultando finalmente en 6 artículos para la realización de esta revisión bibliográfica. De ellos, 5 se obtuvieron de Scopus y uno de Pubmed.

De los 6 documentos seleccionados, dos son estudios controlados aleatorizados, es decir, los participantes se asignan aleatoriamente a un grupo para evaluar el efecto de una intervención terapéutica, otro de ellos es un estudio de diseño cualitativo, en el que se interpretan los resultados por medio de experiencias o perspectivas en lugar de valoración numérica, otro de los documentos es un consenso para una guía de práctica clínica y otro un metaanálisis sobre terapia cognitivo-conductual en adultos con TDAH, como se puede observar en la tabla 1 localizada en anexos.

La población estudiada en los diferentes artículos es heterogénea, por un lado, Gutman et al. (9) usó como población para su estudio mujeres, mientras que en los demás estudios la muestra fue un grupo heterogéneo de participantes y en el estudio de Wingren fueron padres con TDAH. Además, el rango de edad de los participantes de estos estudios es entre 18 y 66 años, siendo la cantidad de los participantes variable en las diferentes investigaciones.

Se observa que aquellos trabajos que han utilizado la vía telemática han tenido un número de participantes menor, como ocurre en los estudios de Galili que tiene 5 participantes y en el estudio de Wingren con 15. Los estudios presenciales, sin embargo, obtuvieron 25 participantes en el estudio de Gutman y 50 en el de Grinblat.

En cuanto al metaanálisis de Auclair, entre los 12 estudios tuvieron un total de 575 participantes.

A continuación, se van a resumir los resultados obtenidos por los artículos seleccionados.

El primero de ellos, es un consenso de intervenciones de terapia ocupacional para una guía de práctica clínica. En él, Adamou et al. (1) revelan que la terapia ocupacional tiene que permanecer en el servicio sanitario ya que se entiende que es terapéutica y fundamental para la salud y el bienestar. Por otro lado, la terapia ocupacional capacita a las personas para superar las barreras y facilitar su recuperación para que puedan participar en sus ocupaciones más importantes de su día a día. En las personas con TDAH el funcionamiento ocupacional se ve comprometido. Por ello, también proponen enfoques adecuados para intervenir en adultos con TDAH, como son aquellos que se centran en la persona y en proporcionarles estrategias para maximizar la independencia, la autoeficacia y, por tanto, aumentar la participación.

En el metaanálisis de Euclair et al. (5) se examina la eficacia de la terapia cognitivo conductual como tratamiento para los síntomas del TDAH en adultos en una revisión de 12 estudios aleatorios controlados (ECA). Las variables que se evalúan son los síntomas del TDAH, la ansiedad y depresión, a través, de los instrumentos:

- Escala de síntomas actuales de TDAH.
- Inventario de depresión y ansiedad de Beck.
- Escala de Inatención de la Escala de Calificación de síntomas del Investigador del TDAH en adultos.

Se encuentra una mejora significativa de los síntomas del TDAH como la inatención e hiperactividad, siendo más efectiva que otras intervenciones evaluadas como la terapia de apoyo, relajación o farmacológico. Los efectos se mantuvieron en el seguimiento de dos meses al año. Por otro lado, fue efectiva para disminuir los síntomas comórbidos que presenta el trastorno como la ansiedad y el estrés, pero sin tener mejoras con respecto a grupo control en el postratamiento y seguimiento, por lo

que se deduce que se debería añadir a la TCC algún componente para mejorar estos síntomas de manera específica y perduren en el tiempo.

Las investigaciones muestran que las mujeres tienen más problemas en el desempeño que los hombres a la hora de organizar y realizar tareas en los múltiples roles que presenta un adulto. Por ello, el estudio de Gutman et al. (9) aborda una intervención cognitivo conductual para mejorar las limitaciones que se le presentan a las mujeres con TDAH en cada uno de sus roles. En la intervención se aborda la enseñanza de habilidades cognitivas y el uso de tecnologías compensatorias, de manera individualizada frente al grupo control durante 7 semanas. Las medidas de evaluación utilizadas en el estudio son:

- Escala de autoinforme del TDAH en adultos.
- Escala de estrés percibido.
- Medida Canadiense del desempeño ocupacional (COMP).

Los resultados obtenidos fueron una mejora significativa para el grupo de intervención en las variables de estrés percibido y en los síntomas del TDAH. En cuanto al COMP se encontraron una mejora en el rendimiento y la satisfacción de los participantes del grupo intervención, mientras que en el grupo control no se encuentra esta mejora.

Por otra parte, Galili et al. (3) realizan un estudio de viabilidad mixta del programa Cog-Fun RG en términos de adherencia y aceptabilidad al tratamiento y capacidad de respuesta para, con los resultados obtenidos, preparar un estudio controlado. La intervención de Cog-Fun RG es una adaptación del manual original Cog-Fun Adulto en un formato remoto de 16 sesiones. Las principales adaptaciones que se produjeron fueron el cambio en la estructura de la sesión haciendo hincapié en el aprendizaje grupal e integrar los objetivos ocupacionales individuales. La intervención se realizó con 5 participantes mediante Zoom. Las variables que se miden en el estudio fueron: Las funciones ejecutivas, la calidad de vida y la satisfacción e impacto de la intervención en los participantes.

Las medidas de evaluación utilizadas fueron:

- Inventario de calificación de comportamiento de las funciones ejecutivas (BRIEF).
- Escala de calidad de vida en adultos con TDAH (AAQoL).
- Entrevista semiestructurada para evaluar la satisfacción e impacto de la intervención.

La mayor mejora en el AAQoL se observó en el ítem de productividad, mientras, la menor fue en la perspectiva psicológica y las relaciones. En cuanto al BRIEF, los ítems con mayor mejora fueron la planificación, organización y el monitoreo de tareas mientras que la que menor puntuación obtuvo fue a inhibición. Por otro lado, los resultados del análisis descriptivo de la entrevista resultaron tener una satisfacción de los participantes muy alta. Los participantes refirieron comentarios positivos a la intervención grupal ya que fermentó un grupo de apoyo y un sentimiento de permanencia para cada uno de los participantes. También respondieron positivamente al aprendizaje basado en la ocupación en vez de manera teórica. Finalmente reportaron necesidad de tener más tiempo de las sesiones y mayor número de estas, además de, obtener más herramientas y conocimientos, así como abordar más áreas ocupacionales como la participación social.

En el trabajo de Wingren et al. (4) proponen una intervención grupal de terapia cognitivo conductual a padres con TDAH para mejorar las habilidades de gestión de tiempo, planificación y organización a través del programa de intervención "Let's Get Organized (LGO) de diez sesiones. En la intervención se planteó a los usuarios varios temas a tratar como: entrenamiento en habilidades en gestión de tiempo, estrategias para el uso del tiempo, aprendizaje por ensayo y error, análisis y secuenciación de tareas y estrategias conductuales, todo ello, para fomentar el autoconocimiento sobre recursos y desafíos de cada participante. El programa LGO tuvo un impacto positivo en los padres que participaron mejorando sus habilidades de gestión de tiempo, proporcionándoles estrategias y rutinas que se tradujeron en un mayor empoderamiento, mejor relación en la familia y por consiguiente una crianza activa de los hijos.

La literatura refuerza las dificultades que presentan los adultos con TDAH en su vida laboral teniendo bajo rendimiento y productividad laboral. La tele intervención WORK-

MAP resulta ser efectiva para mejorar tanto el desempeño laboral, como las funciones ejecutivas y la calidad de vida de los participantes. Por último, Grinblant et al. (10) en su estudio evalúan la eficacia de una intervención telemática metacognitiva y personalizada de 11 sesiones de 1 hora para mejorar el desempeño en el trabajo (WORK-MAP) en adultos con TDAH. Las variables que se evaluaron y las escalas empleadas fueron:

- Los síntomas del trastorno por medio de la escala de auto reporte de los síntomas de TDAH en adultos (ASRS) y la Escala de autoevaluación del TDAH en adultos (BADDs).
- Autopercepción de la eficacia del desempeño y la satisfacción de su cumplimiento por medio de la Medida Canadiense de rendimiento ocupacional (COPM).
- Las funciones ejecutivas a través de la Escala conductual del funcionamiento ejecutivo (BRIEF-A).
- La calidad de vida con el Cuestionario de calidad de vida en adultos con TDAH (AAQoL).

Los resultados obtenidos demuestran mejoras significativas en el rendimiento y satisfacción del desempeño, mejora de las funciones ejecutivas, así como de la calidad de vida. Estos resultados se mantuvieron durante el seguimiento de tres meses. Los participantes reportaron un mejor rendimiento laboral y mayor destreza en las habilidades de planificación, establecimiento de prioridades, resolución de problemas y organización temporal y espacial.

En todos los estudios seleccionados, la intervención propuesta de terapia ocupacional es la terapia cognitivo conductual que ha resultado ser beneficiosa para mejorar los síntomas del TDAH, el desempeño ocupacional y calidad de vida de los participantes.

5. DISCUSIÓN.

Con esta revisión se ha podido sintetizar la evidencia disponible que hay sobre la eficacia de la terapia ocupacional en el trastorno de déficit de atención en población adulta.

Aquellos artículos que trabajaban con pacientes con comorbilidades llegaban a la conclusión común de que los síntomas de TDAH mejoraban y dicha mejora perduraba en el tiempo, pero si además tenían alguna otra afección (estrés, ansiedad o depresión) esta mejora no se conservaba durante tanto tiempo. En estos casos sería adecuado introducir otras actuaciones específicas que permita mantener los resultados a largo plazo.

Se ha podido observar tras el análisis de los documentos seleccionados que la intervención de terapia cognitivo conductual en el colectivo de estudio produce un cambio significativo en el estilo de vida a través de la ganancia de estrategia cognitivas como el uso apoyos digitales y no digitalizados. Otro punto importante en la terapia ha sido dotar a los participantes de conocimiento sobre sus limitaciones y objetivos a conseguir, hacer que vieran el fracaso como una oportunidad de aprendizaje. Esto ha provocado un empoderamiento y sensación de autoeficacia en la persona que ha mejorado su desempeño ocupacional.

Los artículos estudiados presentan varias limitaciones como:

- Tamaño muestral pequeño.
- Grupos heterogéneos.
- Seguimientos post-intervención cortos.
- Ausencia de estandarización de los métodos de evaluación.
- Duración e intensidad del tratamiento escaso.

Para ello, sería recomendable en futuros estudios que el tamaño muestral sea mayor, más homogéneo, pero con muchos grupos distintos, seguimientos post-intervención más duraderos al igual que la duración e intensidad del tratamiento ya que parecen influir en la efectividad de este. Además, la estandarización de las escalas empleadas

tras la terapia para conocer los resultados obtenidos ayudaría a trabajarlos más fácilmente en la comunidad científica.

También es necesario recalcar la falta de evidencia que hay sobre el tema abordado, es notable que no se han publicado suficientes artículos relevantes sobre intervenciones de terapia ocupacional en adultos con TDAH, siendo esta la mayor dificultad encontrada a la hora de realizar esta revisión bibliográfica.

Otra de las mayores limitaciones que se encuentra en la totalidad de los artículos seleccionados es que exclusivamente abordan la intervención con terapia cognitivo conductual, mientras que, la terapia ocupacional también puede abordar el TDAH con otras actuaciones.



6. CONCLUSIÓN.

Tras la lectura de los artículos seleccionados para esta revisión se puede concluir que se han conseguido los objetivos específicos propuestos para esta revisión bibliográfica.

El primer objetivo, exponer cómo los problemas asociados al TDAH en adultos influyen en la capacidad de realizar actividades de la vida diaria, se da por concretado ya que se ha visto que la mala gestión del tiempo, la desorganización, el déficit de las funciones ejecutivas o de gestión de emociones suponen problemas a largo plazo para los adultos con TDAH como son: problemas económicos, laborales, de relaciones interpersonales, educativos... En definitiva, realizar una tarea aparentemente sencilla como puede ser poner la lavadora puede llevarles horas por la ausencia de planificación o mantenimiento de rutinas.

En el ámbito laboral pueden llegar a procrastinar tareas hasta el tiempo límite de entrega, lo que supone mayor estrés, dificultad para finalizar los trabajos, problemas con los superiores y compañeros de trabajo, mantener la atención en un proyecto o llevar varios a la vez. En el ámbito educativo, los problemas serían similares y pueden conllevar fracaso escolar temprano que condicionaría su vida futura.

La impulsividad o incapacidad de regular las emociones también les dificulta mantener una conversación, cumplir promesas o mantener el contacto lo que repercute en sus relaciones de amistad, de pareja o familiares. Tal y como se puede ver, la implicación de este trastorno abarca cada una de las ocupaciones del día a día y puede llegar a tener consecuencias para el adulto.

El segundo objetivo, conocer qué técnicas se realizan en terapia ocupacional para mejorar los síntomas en adultos con TDAH, se ha conseguido parcialmente, ya que los artículos seleccionados solo han demostrado la utilidad de la terapia cognitivo conductual. La TCC ha resultado ser beneficiosa para mejorar los síntomas del TDAH tras la intervención. Aunque al igual que en otras afectaciones sería interesante utilizar otras intervenciones de manera paralela, al igual que el tratamiento farmacológico. No obstante, las investigaciones al respecto en este grupo poblacional

aún son escasas. En definitiva, todas aquellas actuaciones de los terapeutas ocupacionales que permitan una disminución del tratamiento farmacológico y mejoren el día a día del paciente son adecuadas, pero si no se conocen lo suficiente pueden no estar siendo aprovechadas.

Conseguidos los objetivos específicos, se puede decir que, al objetivo general, aportar una revisión actualizada del rol que cumple el terapeuta ocupacional en el tratamiento de adultos con trastorno de déficit de atención e hiperactividad, se le da respuesta, aunque esta podría ampliarse con futuros estudios e investigaciones.

Por lo tanto, se puede concluir que la terapia ocupacional puede ser un servicio clave en el tratamiento de las personas adultas con TDAH, tanto interviniendo de manera grupal como individual, ya que la TO ha demostrado ser beneficiosa para mejorar la autonomía y el bienestar en la vida diaria del colectivo, promoviendo una mejora significativa de su calidad de vida.

El terapeuta ocupacional asume roles importantes para la autonomía de las personas con TDAH, ya que proporciona técnicas y habilidades para mejorar el desempeño ocupacional y los síntomas provocados por el trastorno. Ya que como se ha visto en la revisión, este colectivo sufre problemas de participación en varios de sus dominios, provocando un desequilibrio ocupacional.

Así mismo, es evidente la necesidad de mejorar la capacitación profesional y establecer protocolos más robustos y estandarizados para dar una respuesta efectiva y coordinada. Por ello, futuras investigaciones deberían explorar enfoques más diversificados, con mayor énfasis en la detección, personalizar las estrategias y mejorar la calidad de vida de este grupo vulnerable.

Finalmente, cabe destacar la necesidad de más investigación en este campo ya que la evidencia que se ha encontrado es escasa y los estudios tienen limitaciones que deben tenerse en cuenta a la hora de realizar futuras investigaciones.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1. Adamou M, Asherson P, Arif M, Buckenham L, Cubbin S, Dancza K, et al. Recommendations for occupational therapy interventions for adults with ADHD: a consensus statement from the UK adult ADHD network. *BMC Psychiatry*. 2021; 21:72.
2. Kosheleff AR, Mason O, Jain R, Koch J, Rubin J. Functional Impairments Associated with ADHD in Adulthood and the Impact of Pharmacological Treatment. *J Atten Disord*. 2023; 27(7):669-697.
3. Galili-Simhon S, Maeir A. Cognitive Functional Remote Group intervention for adults with attention deficit hyperactivity disorder: A feasibility study. *British Journal Occupational Therapy*. 2023; 86(10):686-696.
4. Wingren M, Hayat Roshanai A, Fredriksson U, Janeslätt G, Lidström-Holmqvist K. A more active parenting after attending Let's Get Organized - Experiences of parents with ADHD. *Scand J Occup Ther*. 2023; 30(8):1267-1279.
5. Auclair V, Harvey P-O, Lepage M. La thérapie cognitive-comportementale dans le traitement du TDAH chez l'adulte. *Santé mentale au Québec*. 2016; 41(1): 291–311.
6. May T, Birch E, Chaves K, Cranswick N, Culnane E, Delaney J, Derrick M, Eapen V, Edlington C, Efron D, Ewais T, Garner I, Gathercole M, Jagadheesan K, Jobson L, Kramer J, Mack M, Misso M, Murrup-Stewart C, Savage E, Sciberras E, Singh B, Testa R, Vale L, Weirman A, Petch E, Williams K, Bellgrove M. The Australian evidence-based clinical practice guideline for attention deficit hyperactivity disorder. *Aust N Z J Psychiatry*. 2023; 57(8):1101-1116.

7. Huang F, Qian Q, Wang Y. Cognitive behavioral therapy for adults with attention-deficit hyperactivity disorder: study protocol for a randomized controlled trial. *Trials*. 2015; 16:161.
8. Asociación Americana de Terapia Ocupacional (AOTA). Marco de trabajo para la práctica de terapia ocupacional: Dominio y proceso (4.^a ed.). 2020.
9. Gutman SA, Balasubramanian S, Herzog M, Kim E, Swirnow H, Retig Y, Wolff S. Effectiveness of a Tailored Intervention for Women with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) and ADHD Symptoms: A Randomized Controlled Study. *American Journal of Occupational Therapy*. 2020; 74(1), 7401205010p1–7401205010p11
10. Grinblat N, Rosenblum S. Work-MAP Telehealth Metacognitive Work-Performance Intervention for Adults With ADHD: Randomized Controlled Trial. *OTJR: Occupational Therapy Journal of Research*. 2023; 43(3):435-445.

8. ANEXOS.

Anexo I

Tabla 1: Resumen de los artículos seleccionados.

Autor/Año	Tipo de estudio	Objetivo	Resultados.
Gutman et al. 2020	Estudio controlado aleatorizado.	Evaluar la efectividad de la intervención de 7 semanas en los síntomas de mujeres con TDAH.	Cambios significativos en el grupo de intervención a la semana de realizar la intervención en la PSS y la ASRS. También en los ítems de rendimiento y satisfacción de la COPM.
Galili-Simhon y Maeir. 2023	Estudio de viabilidad.	Examinar la viabilidad de Cog-Fun RG para la preparación de un estudio controlado.	El programa Cog-Fun RG es beneficioso para mejorar la calidad de vida y las funciones ejecutivas. La adherencia y satisfacción de los participantes fue muy alta.
Wingren et al. 2023	Estudio de diseño cualitativo donde los resultados se recogieron por medio de entrevistas.	Observar cómo padres con TDAH experimentan cambios tras asistir a la intervención grupal "Organicémonos".	El programa "Organicémonos" resulta beneficio para fomentar una crianza activa en adultos, padres o no, con TDAH.
Adamou et al. 2021	Declaración de consenso.	Proporcionar una guía de práctica a los profesionales de la terapia ocupacional.	La terapia ocupacional es necesaria en el servicio sanitario. Usar modelos y enfoques centrados en la persona.
Auclair et al. 2017	Metaanálisis.	Examinar la eficacia de la TCC como tratamiento de los síntomas en el TDAH en adultos.	La TCC tiene beneficios para mejorar los síntomas que aparecen en el TDAH y los síntomas comórbidos como la depresión y ansiedad.
Grinblat y Rosenblum. 2023	Ensayo controlado aleatorizado	Evaluar la intervención metacognitiva (WORK-MAP) telemática, personalizada, para mejorar el desempeño laboral de adultos con TDAH.	WORK-MAP es beneficioso para mejorar las capacidades en el desempeño laboral en adultos con TDAH.