

APÉNDICE B

Compendio de recursos

DR. EDWARD M. HALLOWELL

www.drhallowell.com

Ofrece recursos con la información más reciente y recomendaciones de tratamiento sobre TDA/TDAH para personas de todas las edades, así como orientación sobre crianza, estudios, conciliación entre trabajo, vida personal y hogar, relaciones y mucho más.

CENTROS DE TRATAMIENTO PARA PERSONAS DE TODAS LAS EDADES CON TDAH (EN ESTADOS UNIDOS)

HALLOWELL CENTERS

www.drhallowell.com

Cada Hallowell Center aplica el enfoque basado en fortalezas del Dr. Hallowell, que combina una evaluación integral con tratamientos multidisciplinarios innovadores para el TDAH y otros problemas de salud mental, todo ello fundamentado en su práctica clínica, su filosofía y sus escritos.

California

HALLOWELL TODARO ADHD CENTER PALO ALTO

www.hallowelltodaro.com

650-446-4900

Basado en el enfoque centrado en fortalezas del Dr. Hallowell, este centro tiene un carácter interdisciplinar, al igual que el resto de los Hallowell Centers. El Dr. Hallowell se asoció con una destacada médica clínica, Lesley Todaro (LMFTA, CDPT), para fundarlo.

HALLOWELL CENTER SAN FRANCISCO

www.hallowellsfo.com

415-967-0061

Ofrece evaluación integral y tratamientos innovadores, multidisciplinarios y basados en fortalezas, así como enfoques integrativos para el TDAH, la depresión, la ansiedad y dificultades en el ámbito de las relaciones, la carrera profesional, la educación y la vida en general, además de otros problemas de salud mental.

Massachusetts

THE HALLOWELL CENTER BOSTON METROWEST

www.drhallowellsudbury.com

978-287-0810

Este fue el primer Hallowell Center, inaugurado en 1996. El Dr. Hallowell reparte su tiempo de consulta privada entre este centro y el de Nueva York. El centro de Boston cuenta con un equipo de más de veinte clínicos especializados en el tratamiento del TDAH en niños y adultos desde el enfoque basado en fortalezas.

Nueva York

Manhattan y áreas circundantes

THE HALLOWELL CENTER NYC

www.hallowellcenter.org

212-799-7777

El Dr. Hallowell divide su actividad clínica privada entre los centros de Boston MetroWest y Nueva York. El centro de Nueva York cuenta con más de veinte profesionales especializados en el tratamiento del TDAH en niños y adultos desde el enfoque basado en fortalezas.

Washington

Kirkland y Seattle

HALLOWELL-TODARO ADHD CENTER

www.hallowelltodarocenter.org

206-420-7345

Basado en el enfoque centrado en fortalezas del Dr. Hallowell, este centro es también interdisciplinar. El Dr. Hallowell lo fundó junto a la clínica Lesley Todaro (LMFTA, CDPT), quien actualmente lo dirige con su equipo de profesionales y personal administrativo.

CENTROS QUE APLICAN EL ENFOQUE BASADO
EN FORTALEZAS DEL DR. HALLOWELL (EN ESTADOS UNIDOS)

Massachusetts

Hingham

CENTER FOR INTEGRATIVE

COUNSELING AND WELLNESS

www.centerforintegrativecounselingandwellness.com

781-749-9227

Correo electrónico: [info@CenterforIntegrativeCounseling- andWellness.com](mailto:info@CenterforIntegrativeCounseling-andWellness.com)

El centro ofrece una amplia gama de servicios, desde psicoterapia y psiquiatría tradicionales hasta enfoques holísticos, incluido el enfoque basado en fortalezas del Dr. Hallowell para el tratamiento del TDAH, todo ello en un mismo espacio.

ORGANIZACIONES DE APOYO, FORMACIÓN Y DEFENSA (EN ESTADOS UNIDOS)

Las organizaciones que se enumeran a continuación ofrecen información y apoyo a quienes lo necesiten. Llame para localizar una oficina o grupo de apoyo cercano, así como para obtener una lista de sus publicaciones y la información de afiliación.

Organizaciones sobre TDAH

A.D.D. RESOURCE CENTER

www.addrc.org

646-205-8080

Programa y servicios probados y prácticos para afrontar el TDA/TDAH.

AMERICAN ACADEMY OF CHILD AND ADOLESCENT PSYCHIATRY

www.aacap.org

202-966-7300

Aunque no es una organización centrada específicamente en el TDAH, los psiquiatras infantiles y de adolescentes pueden ser de enorme ayuda para apoyarte a ti o a tu hijo.

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION (APA)

www.apa.org/topics/adhd/index.aspx

800-374-2721

La APA no está centrada específicamente en cuestiones relacionadas con el TDAH, pero es la principal organización científica y profesional que representa a la psicología en Estados Unidos, con más de 117 500 investigadores, docentes, médicos clínicos, consultores y estudiantes entre sus miembros.

ATTENTION DEFICIT DISORDER ASSOCIATION (ADDA)

www.add.org

800-939-1019

Proporciona información, recursos y oportunidades de conexión para ayudar a los adultos con TDAH a llevar una vida mejor.

CENTER FOR MANAGEMENT OF ADHD RESOURCES

Children's Hospital of Philadelphia

www.chop.edu/centers-programs/center-management-adhd/health-resources

800-879-2467

Proporciona recursos sobre TDAH para educadores, padres, cuidadores y adultos.

CENTER FOR PARENT INFORMATION AND RESOURCES (CPIR)

www.parentcenterhub.org

Correo electrónico: malizo@spannj.org

El CPIR actúa como recurso central de información y productos para la red de Parent Training Information (PTI) Centers y los Community Parent Resource Centers (CPRC), de modo que estos puedan centrar sus esfuerzos en atender a las familias de niños con discapacidad.

CHADD (CHILDREN AND ADULTS WITH ATTENTION DEFICIT DISORDER)

www.chadd.org

301-306-7070

CHADD proporciona apoyo, formación, educación y defensa, y trabaja para garantizar que las personas con TDAH alcancen su potencial inherente. Como sede del National Resource Center on ADHD, financiado por los Centers for Disease Control and Prevention de Estados Unidos, CHADD es la fuente más fiable de información rigurosa y basada en la evidencia científica sobre la investigación médica actual y la gestión del TDAH.

CHILD MIND INSTITUTE

www.childmind.org

212-308-3118

El Child Mind Institute es una organización nacional independiente sin ánimo de lucro dedicada a transformar la vida de niños y familias que luchan con trastornos de salud mental y del aprendizaje.

EYE TO EYE

www.eyetoeyenational.org

212-537-4429, 628-400-4106

Fundada y dirigida por David Flink, Eye to Eye proporciona mentores a estudiantes de secundaria y universitarios con diferencias de aprendizaje.

HEALTHYCHILDREN.ORG

www.healthychildren.org/English/health-issues/conditions/adhd/Pages/Understanding-ADHD.aspx

Proporciona información y recursos para padres sobre el TDAH.

NATIONAL RESEARCH CENTER ON ADHD

www.help4adhd.org

800-233-4050

Centro nacional de referencia de información basada en la evidencia sobre el TDAH.

Organizaciones sobre dificultades de aprendizaje

COUNCIL FOR EXCEPTIONAL CHILDREN (CEC)

www.cec.sped.org

703-620-3660

Organización sin ánimo de lucro con diecisiete divisiones especializadas. La DLD (véase más abajo) es la división dedicada a las dificultades de aprendizaje. Proporciona información gratuita y organiza conferencias.

COUNCIL FOR LEARNING DISABILITIES (CLD)

www.cldinternational.org

913-491-1011

CLD, una organización internacional compuesta por profesionales de diversas disciplinas, está comprometida con mejorar la educación y la calidad de vida de las personas con dificultades de aprendizaje a lo largo de toda su vida.

DIVISION FOR LEARNING DISABILITIES (DLD)

www.teachingld.org

La DLD es una organización profesional internacional formada por docentes, psicólogos, clínicos, administradores, profesionales de la educación superior, padres y otros.

HELPGUIDE

www.helpguide.org/articles/add-adhd/attention-deficit-disorder-adhd-parenting-tips.htm

Guía completa de recursos para la salud mental, emocional y social.

INTERNATIONAL DYSLEXIA ASSOCIATION (IDA)

www.interdys.org

410-296-0232, 800-222-3123

Correo electrónico: info@interdys.org

La IDA es la organización más antigua dedicada al estudio y tratamiento de la dislexia. Cuenta con más de cuarenta delegaciones en Estados Unidos y Canadá que ofrecen reuniones informativas y grupos de apoyo. También proporciona derivaciones para quienes buscan recursos.

LEARNING DISABILITIES ASSOCIATION OF AMERICA (LDA)

www.ldaamerica.org

412-341-1515

Correo electrónico: info@ldaamerica.org

La LDA sostiene que toda persona con dificultades de aprendizaje puede tener éxito en la escuela, en el trabajo, en sus relaciones y en la comunidad, siempre que disponga de las oportunidades adecuadas.

MENTAL HEALTH AMERICA (MHA)

www.mentalhealthamerica.net

La MHA está dedicada a atender las necesidades de las personas que viven con enfermedades mentales y a promover la salud mental general de todos los estadounidenses.

NATIONAL CENTER FOR LEARNING DISABILITIES (NCLD)

www.ncld.org

Fundado en 1977, el NCLD proporciona recursos para mejorar la vida de niños y adultos en todo el país con dificultades de aprendizaje y atención, empoderando a padres y jóvenes adultos, transformando las escuelas y defendiendo la igualdad de derechos y oportunidades.

NATIONAL INSTITUTE FOR LEARNING
DISABILITIES (NILD)

www.nildd.net

757-423-8646

Desde 1973, el NILD ha desarrollado su propia terapia educativa individualizada para desarrollar la competencia y la confianza de todos los estudiantes, que incluye una forma especial de tutoría combinada con ejercicios que estimulan determinadas áreas del cerebro. El NILD cuenta con seiscientos terapeutas activos en 35 estados y 16 países.

PARENT TO PARENT USA

www.p2pusa.org

Proporciona apoyo emocional e informativo a las familias de niños con necesidades especiales.

UNDERSTOOD

www.understood.org

Correo electrónico: support@understood.org

Understood es un recurso en línea gratuito y una comunidad que apoya a millones de padres de niños con dificultades de aprendizaje y atención, ofreciendo recomendaciones personalizadas, acceso diario y gratuito a expertos y una comunidad segura. Understood fue creado por quince organizaciones sin ánimo de lucro en octubre de 2014 para empoderar a los padres y ayudar a sus hijos a prosperar en la escuela y en la vida.

Organizaciones dedicadas a trastornos relacionados con el TDAH

DEPRESSION AND BIPOLAR SUPPORT ALLIANCE (DBSA)

www.dbsalliance.org

800-826-3632

La DBSA ofrece esperanza, ayuda, apoyo y formación para mejorar la vida de las personas con trastornos del estado de ánimo.

FEDERATION FOR CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS

www.fcsn.org

617-236-7210, 800-331-0688

Correo electrónico: fcsninfo@fcsn.org

Proporciona información, apoyo y asistencia a padres de niños con discapacidad, a sus profesionales colaboradores y a sus comunidades.

JUVENILE BIPOLAR RESEARCH FOUNDATION

www.bpchildresearch.org

914-468-1297

Correo electrónico: info@jbrf.org

Promueve y apoya la investigación científica centrada en las causas y los tratamientos del trastorno bipolar en niños.

NATIONAL ALLIANCE FOR THE MENTALLY ILL (NAMI)

www.nami.org

703-524-7600, 800-950-6264

La NAMI, la mayor organización comunitaria de salud mental del país, se dedica a construir una vida mejor para los millones de estadounidenses afectados por enfermedades mentales.

TOURETTE ASSOCIATION OF AMERICA

www.tsa-usa.org

718-224-2999

Correo electrónico: ts@tsa-usa.org

Ofrece recursos y derivaciones para ayudar a las personas y a sus familias a afrontar los problemas asociados al síndrome de Tourette.

Legislación, adaptaciones y recursos laborales

ASSOCIATION ON HIGHER EDUCATION
AND DISABILITY (AHEAD)

www.ahead.org

704-947-7779

AHEAD es una organización profesional de afiliación para personas implicadas en el desarrollo de políticas y en la prestación de servicios de calidad destinados a cubrir las necesidades de personas con discapacidad en todos los ámbitos de la educación superior.

EQUAL EMPLOYMENT OPPORTUNITY
COMMISSION (EEOC)

www.eeoc.gov

202-663-4900

Correo electrónico: info@eeoc.gov

Proporciona información sobre cuestiones laborales, legislación federal y discriminación.

JOB ACCOMMODATION NETWORK (JAN)

www.jan.wvu.edu

800-526-7234

Correo electrónico: jan@askjan.org

Servicio gratuito de asesoramiento que proporciona información sobre adaptaciones laborales, la Ley de Estadounidenses con Discapacidades (ADA) y la empleabilidad de personas con discapacidad.

OFFICE FOR CIVIL RIGHTS (OCR)
(U.S. DEPARTMENT OF EDUCATION)

www2.ed.gov/policy/landing.jhtml?src=pn

800-872-5327

La OCR garantiza la igualdad de acceso a la educación y promueve la excelencia educativa en todo el país mediante la aplicación de la legislación sobre derechos civiles. Contacte con la OCR para cuestiones relacionadas con la Sección 504.

REVISTAS, BOLETINES, PÓDCAST Y RADIO

ADDitude Magazine

www.additudemag.com

888-762-8475

Correo electrónico: additude@additudemag.com

Revista nacional bimestral para la comunidad del TDAH. El Dr. Hallowell escribe una columna regular en esta publicación.

The ADHD Report (Dr. Russell A. Barkley)

www.russellbarkley.org/newsletter.html

En 1993, el Dr. Barkley fundó *The ADHD Report* con Guilford Publications. Este boletín bimestral está dirigido a clínicos y a padres bien informados, y les proporciona la información científica más reciente sobre el TDAH. Incluye análisis y técnicas de vanguardia de los principales expertos actuales en TDAH. El Dr. Barkley es uno de los pioneros en este campo.

Attention Magazine

www.chadd.org/membership/attention-magazine.aspx

Publicación trimestral disponible con la afiliación a CHADD.

Attention Talk Radio

www.attentiontalkradio.com

Principal plataforma de programas de radio en Internet de autoayuda centrados en el TDAH, incluyendo la gestión de los síntomas del trastorno por déficit de atención con hiperactividad. Está dirigida a adultos con TDAH y a adultos con hijos con TDAH.

Distraction

www.distractionpodcast.com

844-552-6663

Correo electrónico: connect@distractionpodcast.com

El Dr. Hallowell presenta un pódcast dos veces por semana llamado *Distraction*, en el que explora cómo nos distraemos y ofrece estrategias para manejar el TDAH, la tecnología, la vida acelerada y mucho más. Puede descargarse y suscribirse a él en iTunes, Google Play Music, Stitcher o en la propia web de *Distraction*.

RECURSOS DE COACHING

ADDA COACH REGISTER

www.add.org/professional-directory

Listado de *coaches* especializados en TDAH en Estados Unidos, Canadá y Puerto Rico.

ADD COACH ACADEMY

www.ADDCA.com

800-915-7702

Correo electrónico: info@addca.com

Fundada por David Giwerc, pionero en el ámbito del *coaching*. Es un excelente recurso tanto para encontrar un *coach* como para formarse como tal.

ADD CONSULTS

www.addconsults.com

800-615-9786

Correo electrónico: terry@addconsults.com

Ayuda a mujeres con TDAH a salir del bloqueo y encaminarse. Ofrece consultas privadas y personalizadas sobre TDAH, tanto a nivel nacional como internacional, a través del correo electrónico.

AMERICAN COACHING ASSOCIATION

www.americoach.org

610-825-8572

La misión de la ACA es poner en contacto a personas que buscan *coaching* con profesionales que lo ofrecen, dar a conocer el concepto de coaching al público general y proporcionar a los *coaches* formación, supervisión y comunidad profesional.

BLUBERYL

www.bluberyl.com

978-225-0625

Correo electrónico: info@bluberyl.com

BLUBERYL es una empresa de *coaching* en productividad y funciones ejecutivas basada en fortalezas que ayuda a estudiantes y adultos a reconocer y aprovechar al máximo sus estilos de aprendizaje y preferencias. Sus programas y productos propios enseñan a los clientes a organizarse y ser más eficientes en casa, en la escuela y en su carrera profesional.

DIG COACHING PRACTICE

www.digcoaching.com

813-837-8084

Correo electrónico: jeff@digcoaching.com

Jeff Copper es un *coach* acreditado y certificado en TDAH que ayuda a otras personas a superar la sobrecarga de información, la desorganización crónica, la ceguera temporal, la procrastinación y otros síntomas relacionados con la autorregulación, la impulsividad y la distracción. Está especializado en el trabajo con adultos, estudiantes universitarios y emprendedores.

IMPACT ADHD

www.impactadhd.com

888-535-6507

Correo electrónico: theteam@impactadhd.com

Ofrece *coaching*, programas para padres y recursos para familias con niños con TDAH.

PTS COACHING: ADHD TRAINING,
EDUCATION, AND SUPPORT

www.PTScoaching.com

516-802-0593

Correo electrónico: info@PTScoaching.com

Crea itinerarios hacia el éxito para padres, docentes y estudiantes.

LESLIE ROUCER, COACH THERAPIST

www.addadults.net

561-706-1274

Correo electrónico: leslie@addadults.net

Especializada en TDAH en adultos.

NANCY SNELL

www.nancysnell.com

212-517-6488

Coach profesional certificada en gestión de empresas y TDAH en Nueva York, ayuda a adultos en productividad, negocio y gestión del TDAH desde 2003.

MATERIALES EDUCATIVOS SOBRE TDAH

ADD WAREHOUSE

www.addwarehouse.com

800-233-9273

Correo electrónico: websales@addwarehouse.com

Catálogo por correo y en línea de recursos sobre TDAH, trastorno negativista desafiante, síndrome de Asperger, autismo, síndrome de Tourette y dificultades de aprendizaje. Ofrece una amplia variedad de libros, vídeos y otros materiales.

RECURSOS WEB ADICIONALES

HABYTS

www.habyts.com

Correo electrónico: contact@habyts.com

Habyts ayuda a las familias a desarrollar buenos hábitos de vida, incluyendo la gestión del tiempo de pantalla y la motivación de los niños para realizar tareas domésticas y deberes.

LD ONLINE

www.ldonline.org

LD OnLine busca ayudar a niños y adultos a alcanzar su pleno potencial proporcionando información y asesoramiento precisos y actualizados sobre dificultades de aprendizaje y TDAH.

PSYCHOLOGY TODAY

www.psychologytoday.com/us

Esta publicación de larga trayectoria ofrece el mejor directorio en línea de terapeutas, psicólogos y orientadores, así como las últimas noticias del mundo de la psicología, desde la investigación conductual hasta orientaciones prácticas sobre relaciones y salud mental, incluida la adicción.

LECTURAS SUGERIDAS

Adultos con TDAH

Barkley, Russell A., *Attention-Deficit Hyperactivity Disorder: A Handbook for Diagnosis and Treatment*, 4.^a ed., Nueva York, Guilford Press, 2014.

Barkley, Russell A.; Benton, Christine M., *Taking Charge of Adult ADHD*, Nueva York, Guilford Press, 2010.

- Hallowell, Edward M.; Hallowell, S.; Orlov, M., *Married to Distraction: How to Restore Intimacy and Strengthen Your Partnership in an Age of Interruption*, Nueva York, Ballantine, 2010.
- Hartmann, Th., *Attention Deficit Disorder: A Different Perception*, Nevada City, Underwood Books, 1997. Thom Hartmann explica algunas de las características positivas que a veces se asocian al TDAH y ofrece una explicación del trastorno que puede ayudar a los adultos en casa, en el trabajo y en los estudios.
- Kelly, Kate; Ramundo, Peggy, *You Mean I'm Not Lazy, Stupid, or Crazy?! A Self-Help Book for Adults with Attention Deficit Disorder*, Nueva York, Scribner, 1996.
- Kolberg, J.; Nadeau, K., *ADD-Friendly Ways to Organize Your Life*, East Sussex, Brunner-Routledge, 2002. Esta colaboración reúne la mejor comprensión del trastorno con los remedios más eficaces y prácticos de expertos en TDAH en dos campos importantes: la organización profesional y la psicología clínica.
- Novotni, M., *What Does Everybody Else Know That I Don't? Social Skills Help for Adults with Attention Deficit/Hyperactivity Disorder (AD/HD)*, Forest Lake, Specialty Press, 1999. Ayuda en habilidades sociales para adultos con TDAH.
- Solden, S., *Women with Attention Deficit Disorder*, 2.^a ed., Ann Arbor, Introspect Press, 2012. Sari Solden combina historias reales, experiencias terapéuticas e investigación clínica reciente para destacar los desafíos específicos a los que se enfrentan las mujeres con trastorno por déficit de atención.
- , *Journeys Through ADDulthood*, Londres, Walker, 2002. Ofrece una gran cantidad de sabiduría, consejos sólidos, experiencias reconfortantes y esperanza para adultos con TDAH.

Libros generales sobre el TDAH

- Brown, Thomas E., *Attention Deficit Disorder: The Unfocused Mind in Children and Adults*, New Haven, Yale University Press, 2005.
- , *Smart but Stuck: Emotions in Teens and Adults with ADHD*, Hoboken, Jossey-Bass/Wiley, 2014.
- Corman, C. A.; Hallowell, Edward M., *Positively ADD: Real Success Stories to Inspire Your Dreams*, Londres, Walker, 2006.
- Dawson, P.; Guare, R., *Smart but Scattered: The Revolutionary «Executive Skills» Approach to Helping Kids Reach Their Potential*, Nueva York, Guilford Press, 2009.
- Dendy, Chris A. Zeigler, *Teenagers with ADD: A Parents' Guide*, Bethesda, Woodbine House, 1995.
- Gallagher, R.; Abikoff, H. B.; Spira, E. G., *Organizational Skills Training for Children with ADHD: An Empirically Supported Treatment*, Nueva York, Guilford Press, 2014.
- Hallowell, Edward M.; Ratey, John J., *Answers to Distraction*, Nueva York, Bantam, 1996.
- , *Delivered from Distraction*, Nueva York, Ballantine, 2005.
- , *TDA: controlando la hiperactividad*, Barcelona, Paidós, 2001.
- Hinshaw, S. P.; Ellison, K., *ADHD: What Everyone Needs to Know*, Nueva York, Oxford University Press, 2015.
- Hinshaw, S. P.; Scheffler, R. M., *The ADHD Explosion: Myths, Medication, Money, and Today's Push for Performance*, Nueva York, Oxford University Press, 2014.
- Jensen, Peter S.; Cooper, James R., *Attention Deficit Hyperactivity Disorder: State of the Science, Best Practices*, Kingston, Civic Research Institute, 2002. Este es el volumen académico más completo y autorizado sobre el tema disponible en la actualidad. Jensen y Cooper reúnen distintos puntos de vista en esta magnífica obra de referencia.

- Kaufman, C., *Executive Function in the Classroom*, Baltimore, Brookes Publishing, 2010.
- Kohlberg, J.; Nadeau, K., *ADD-Friendly Ways to Organize Your Life*, East Sussex, Brunner-Routledge, 2002.
- Lavoie, R., *It's So Much Work to Be Your Friend: Helping the Child with Learning Disabilities Find Social Success*, Nueva York, Touchstone, 2006.
- Lovecky, D., *Different Minds: Gifted Children with ADHD, Asperger's Syndrome, and Other Learning Deficits*, Londres, Jessica Kingsley, 2004.
- Matlen, T., *The Queen of Distraction*, Oakland, New Harbinger, 2014.
- Nadeau, K.; Quinn, P., *Understanding Women with ADHD*, San Diego, Advantage Books, 2002.
- Orlov, M., *El efecto TDAH en el matrimonio*, Plantation, Specialty Press, 2019 (libro electrónico).
- Quinn, P., *Coaching*, San Diego, Advantage Books, 2000.
- Ratey, John J.; Hagerman, Eric, *Spark: The Revolutionary New Science of Exercise and the Brain*, Boston, Little, Brown, 2008.
- Richardson, W., *The Link Between ADD and Addiction*, Seattle, Piñon Press, 1997.
- Rief, S. F., *How to Reach and Teach Children with ADD/ADHD*, 2.^a ed., Hoboken, Jossey-Bass, 2005.
- Schultz, J., *Nowhere to Hide: Why Kids with ADHD and LD Hate School and What to Do About It*, Hoboken, Jossey-Bass, 2011.
- Sleeper-Triplett, J., *Empowering Youth with ADHD*, Forest Lake, Specialty Press, 2010.
- Solden, S., *Women with Attention Deficit Disorder*, 2.^a ed., Ann Arbor, Introspect Press, 2012.
- Surman, C.; Bilkey, T., *Fast Minds: How to Thrive If You Have ADHD (or Think You Might)*, Nueva York, Berkley Books, 2014.
- Tuckman, A., *More Attention, Less Deficit: Success Stories for Adults with ADHD*, Boca Raton, Specialty Press, 2009.
- Vail, P., *Smart Kids with School Problems: Things to Know and Ways to Help*, Nueva York, Plume, 1989. La fallecida Priscilla Vail, una auténtica pionera y una mujer excepcional, me introdujo en el mundo de las dificultades de aprendizaje. Este libro es un clásico, junto con otra de sus obras, *Emotion: The On-Off Switch for Learning*.
- Wilens, Timothy E., *Straight Talk About Psychiatric Medications for Kids*, 4.^a ed., Nueva York, Guilford Press, 2016.

Niños con TDAH

- Dendy, Chris A. Zeigler; Zeigler, A., *A Bird's-Eye View of Life with ADD and ADHD*, Cedar Bluff, Cherish the Children, 2003. Escrito para adolescentes por doce adolescentes y un joven adulto.
- Hallowell, Edward M., *A Walk in the Rain with a Brain*, Nueva York, Regan Books/HarperCollins, 2004. Relato ilustrado para niños (de cuatro a doce años) cuyo mensaje central es que las palabras *inteligente* y *tonto* significan muy poco; lo importante es encontrar aquello que te gusta y hacerlo. Como dice Manfred, el cerebro, en la historia: «No hay dos cerebros iguales. Ninguno es mejor que otro. Cada cerebro encuentra su propio camino especial».
- Lowry, M.; Bolton, M., *Piper's Night Before Christmas*, West Monroe, Howard Publishing, 1998. Este es el primero de una serie de cuatro libros; los otros son *Nighttime Is Just Daytime with Your Eyes Closed* (1999), *Piper Steals the Show* (2000) y *Piper's Twisted Tale* (2001). Habiendo crecido con TDAH, Mark Lowry se identifica fácilmente con el personaje de sus libros, Piper, el ratón hiperactivo. Mark es un artista polifacético: humorista, cantante y

compositor, además de coautor de estos libros infantiles. Cada libro incluye un CD con la narración de la historia por parte del propio Mark.

Mooney, J.; Cole, D., *Learning Outside the Lines*, Nueva York, Touchstone, 2000. Dos estudiantes de la Ivy League con dificultades de aprendizaje y TDAH te ofrecen herramientas para el éxito académico y una revolución educativa.

Moss, D., *Shelley, the Hyperactive Turtle*, Bethesda, Woodbine House, 1989. Encantadora historia de una joven y brillante tortuga que no es como las demás. Shelley se mueve como un cohete y es incapaz de permanecer quieta incluso durante breves periodos de tiempo.

Padres de niños con TDAH

Barkley, Russell A., *Taking Charge of ADHD: The Complete, Authoritative Guide for Parents*, Nueva York, Guilford Press, 2000. Recurso para padres que incorpora la información más actual sobre el TDAH y su tratamiento.

Braaten, Ellen; Willoughby, Brian, *Bright Kids Who Can't Keep Up*, Nueva York, Guilford Press, 2014. Repleto de historias vívidas y ejemplos de niños y adolescentes que tienen dificultades en un área del funcionamiento cognitivo llamada *velocidad de procesamiento*, este recurso esencial desmitifica este concepto y muestra cómo ayudar a niños (de cinco a dieciocho años) a ponerse al día en este aspecto clave del desarrollo.

Brooks, Robert; Goldstein, Sam, *Raising Resilient Children: Fostering Strength, Hope, and Optimism in Your Child*, Nueva York, McGraw-Hill/Contemporary Books, 2002. Este libro explica cómo ayudar a los niños a volverse emocional y mentalmente fuertes para afrontar los retos de la vida moderna.

Flink, David, *Thinking Differently*, Nueva York, HarperCollins, 2014. Guía innovadora y completa —la primera de su tipo— para ayudar a los padres a comprender y aceptar las dificultades de aprendizaje en sus hijos, ofreciendo consejos y estrategias para defender eficazmente sus intereses y ayudarles a convertirse en sus propios defensores.

Galinsky, Ellen, *Mind in the Making: The Seven Essential Life Skills Every Child Needs*, Nueva York, HarperStudio, 2010. Este libro presenta consejos innovadores basados en las investigaciones más recientes sobre el desarrollo infantil.

Goldrich, Cindy, *8 Keys to Parenting Children with ADHD*, Nueva York, W. W. Norton, 2015. Basado en el taller de siete sesiones de la autora titulado «Calm and Connected: Parenting Kids with ADHD», este libro se centra en desarrollar y fortalecer habilidades interpersonales eficaces tanto en padres como en hijos como vía para mejorar la resolución de conflictos.

Greene, Ross, *El niño explosivo*, Barcelona, Paidós, 2014. Un enfoque práctico para tratar a niños con temperamento intenso. El Dr. Greene explica que las dificultades de estos niños derivan de déficits de base cerebral en la capacidad de ser flexibles y manejar la frustración.

Hallowell, Edward M., *The Childhood Roots of Adult Happiness*, Nueva York, Ballantine, 2003. Guía concisa, práctica y basada en la evidencia para padres sobre cómo criar a los hijos de modo que se maximicen sus probabilidades de convertirse en adultos felices y exitosos, tengan o no TDAH.

Hallowell, Edward M.; Jensen, Peter S., *Superparenting for ADD: An Innovative Approach to Raising Your Distracted Child*, Nueva York, Ballantine, 2008. Muestra cómo descubrir los sorprendentes dones del TDAH y transformar lo que a menudo se considera una discapacidad de por vida en una bendición duradera.

Jensen, Peter S., *Making the System Work for Your Child with ADHD*, Nueva York, Guilford Press, 2004.

- Kenney, Lynne; Young, Wendy, *Bloom: 50 Things to Say, Think, and Do with Anxious, Angry, and Over-the-Top Kids*, Boca Raton, HCI Press, 2015. Escrito para padres de niños ansiosos, enfadados o desbordados, *Bloom* propone un enfoque basado en el funcionamiento cerebral para la crianza.
- Krauss, Elaine; Dempster, Diane, *Parenting ADHD Now!*, Nueva York, Althea Press, 2016. Este libro está lleno de consejos prácticos, reales y aplicables para ayudar a criar a un hijo con TDAH.
- Morin, Amanda, *The Everything Kids' Learning Activities Book*, Avon, Adams Media, 2013.
- Morin, Amanda, *The Everything Parent's Guide to Special Education*, Avon, Adams Media, 2014. Este valioso manual proporciona las herramientas necesarias para orientarse en el complejo mundo de la educación especial y sus servicios.
- Silver, Larry, *Dr. Larry Silver's Advice to Parents on ADHD*, Nueva York, Three Rivers Press, 1999. Este recurso aborda las cuestiones que más preocupan a los padres cuando sospechan que su hijo tiene TDAH: causas, señales a observar, diagnóstico preciso e información actualizada sobre medicación y otros tratamientos.
- Volpitta, Donna M.; Haber, Joel David, *The Resilience Formula: A Guide to Proactive, Not Reactive, Parenting*, Chester, Widener, 2012. *The Resilience Formula* es un plan de crianza proactiva —no reactiva— que enseña la resiliencia a los niños a través de los retos cotidianos.
- Wilens, Timothy E., *Straight Talk About Psychiatric Medications for Kids*, 4.^a ed., Nueva York, Guilford Press, 2016. Con numerosos ejemplos reales, respuestas a preguntas frecuentes y útiles tablas y gráficos, el investigador y clínico de Harvard Timothy Wilens explica qué medicamentos pueden recetarse a los niños y por qué.

GRUPOS DE APOYO Y EDUCACIÓN (EN ESTADOS UNIDOS)

A continuación, se ofrece una relación de grupos recomendados de apoyo y educación, organizada por estados y, dentro de cada estado (cuando procede), por ciudad. Es posible que observes que hay algunos estados para los que no aparece ninguna referencia. Esto no significa en absoluto que en esos estados tengas que arreglártelas por tu cuenta. ¡Ni mucho menos! Simplemente, cuando no hemos incluido un estado, es porque no pudimos confirmar la información de contacto antes de que este libro entrara en imprenta. Dicho esto, conviene señalar que la organización nacional CHADD, que es excelente, cuenta con delegaciones en todos los estados. En aquellos casos en los que hemos trabajado o mantenido un contacto estrecho con alguna delegación local de CHADD, la hemos incluido en la lista correspondiente a ese estado. No obstante, puedes consultar el sitio web de CHADD en www.chadd.org/Support/ChapterDirectory o llamar a su línea nacional de información (800-233-4050) para obtener los datos de contacto específicos de tu zona.

Arizona

Scottsdale

ATTENTION DEFICIT DISORDER CLINIC
www.add-clinic.com
480-424-7200

Tucson

CHADD DE TUCSON (GRUPOS DE APOYO
PARA ADULTOS Y PADRES)
www.chaddoftucson.com/chadd-of-tucson/
520-327-7002

Arkansas

Jonesboro

FOCUS, INC.
www.focusinc.org
870-935-2750

Focus atiende a personas con discapacidades del desarrollo, especialmente a aquellas que están desatendidas, ya sea por la gravedad de la discapacidad o por la falta de apoyo familiar y comunitario.

California

Condados de Alameda, Butte, Contra Costa, Humboldt, Lake, Marin, Mendocino, Monterey, Napa, Nevada, Sacramento, San Benito, San Francisco, San Joaquín, San Mateo, Santa Clara, Santa Cruz, Sonoma y Yolo

CHADD DEL NORTE DE CALIFORNIA
www.chaddnorcal.org

Palo Alto

HALLOWELL TODARO CENTER
www.hallowelltodaro.com
650-446-4900

San Diego

LEARNING DEVELOPMENT SERVICES
www.learningdevelopmentservices.com
858-581-5050
Correo electrónico: learndev@aol.com
Ofrece servicios para adultos, padres y niños.

San Francisco

HALLOWELL CENTER
www.drhallowell.com/san-francisco/
415-967-0061

Colorado

Castle Rock

INSPIRE THE FAMILY

www.inspirethefamily.com

303-229-3348

Correo electrónico: inspirethefamily@gmail.com

Connecticut

Niantic

CONNECTICUT PARENT ADVOCACY CENTER

(DEFENSA Y APOYO A NIVEL ESTATAL)

www.cpacinc.org

860-739-3089, 800-445-2722

Correo electrónico: cpac@cpacinc.org

Padres y profesionales son bienvenidos a visitar CPAC; sin embargo, los consultores no están disponibles en todo momento. Para asegurarse de que haya alguien que pueda atenderte, se recomienda concertar una cita o llamar con antelación.

Georgia

Atlanta

SEDE SATÉLITE DE CHADD EN ATLANTA (ADULTOS, MUJERES CON TDAH Y GRUPOS DE PADRES)

www.chadd.net/chapter/193

404-502-5358

Correo electrónico: atlanta-area@chadd.net

Hawái

Honolulu

LD-ADHD CENTER OF HAWAII

www.ldcenterofhawaii.com

808-955-4775

Correo electrónico: contact@ldcenterofhawaii.com

Idaho

Boise

IDAHO PARENTS UNLIMITED, INC. (APOYO, INFORMACIÓN Y ASISTENCIA A FAMILIAS)

www.ipulidaho.org

208-342-5884

Correo electrónico: parents@ipulidaho.org

Illinois

Chicago

ADHD CENTERS DR. PETER JAKSA
www.addcenters.com
312-372-4824
Correo electrónico: drjaksa@addcenters.com

GRUPO DE APOYO ADHD CHICAGO
NORTH SHORE (CHADD)
www.nsadhd.org

Indiana

Fort Wayne

ALLEN COUNTY CHADD (GRUPO DE APOYO
PARA ADULTOS CON TDAH)
www.chadd.net/487
260-436-2556
Correo electrónico: allen-county@chadd.net

Iowa

Des Moines

ASK RESOURCE CENTER (RECURSOS PARA NIÑOS
Y ADULTOS CON DISCAPACIDADES)
www.askresource.org
515-243-1713, 800-450-8667
Correo electrónico: info@askresource.org

Kansas

FAMILIES TOGETHER, INC. (RED
DE INFORMACIÓN PARA FAMILIAS)
www.familiestogetherinc.org
Garden City: 620-276-6364; correo electrónico: gardencity@familiestogetherinc.org
Topeka: 785-233-4777; correo electrónico: topeka@familiestogetherinc.org
Wichita: 316-945-7747; correo electrónico: wichita@familiestogetherinc.org

Kentucky

NEXT STEP 4 ADHD
www.nextstep4adhd.com
Louisville: 502-907-5908
Lexington: 859-609-0520
Ofrece acceso a atención y recursos de la máxima calidad, junto con la facilidad y la comodidad de recibir atención excepcional para ti y tu familia en un mismo lugar.

Louisiana

Metairie

THE CENTER FOR DEVELOPMENT AND LEARNING (CDL)

www.cdl.org

504-840-9786

Correo electrónico: learn@cdl.org

Proporciona herramientas para mejorar la enseñanza y aumentar el aprendizaje.

Nueva Orleans

FAMILIES HELPING FAMILIES OF SOUTHEAST LOUISIANA

www.fhfsela.org

877-243-7352, 504-943-0343

Ofrece recursos y programas para personas con discapacidad y sus familias.

Maine

Farmingdale

MAINE PARENT FEDERATION

www.mpf.org

207-588-1933, 800-870-7746

Ofrece defensa, educación y formación.

Maryland

Easton

THE LEARNING CONNECTIONS LLC

www.thelearningconnections.net

Beverly Rohman, consultora educativa y *coach* en TDAH

410-829-9561

Correo electrónico: beverlyrohman@gmail.com

Germantown

CLARKE COACHING

www.clarkecoaching.com

301-956-0900

Correo electrónico: sherry@ClarkeCoaching.com

Silver Spring y Rockville

ADULT ADHD CENTER OF WASHINGTON

www.adultadhdcenterdc.com

202-232-3766

Correo electrónico: adultADHDcenter@gmail.com

Psicólogos y trabajadores sociales especializados en TDAH que también ofrecen psicoterapia general.

Massachusetts

Sudbury

HALLOWELL CENTER BOSTON METROWEST
www.drhallowellsudbury.com
978-287-0819

Michigan

Ann Arbor

WASHTENAW COUNTY CHADD
www.chadd.net/chapter/355
Correo electrónico: lwoodcock-burroughs@cnld.org
Grupos de apoyo para adultos con TDAH y padres de niños con TDAH.

Birmingham

CHADD DEL ESTE DEL CONDADO DE OAKLAND
www.chadd.net/chapter/527
248-988-6716
Correo electrónico: eastern-oakland@chadd.net

Grand Rapids

GRAND RAPIDS CHADD
www.chaddgr.org

Missouri

St. Peters

MPACT PARENT TRAINING AND INFORMATION
www.missouriparentsact.org
800-743-7634
Correo electrónico: info@missouriparentsact.org

Montana

Billings

PARENTS, LET'S UNITE FOR KIDS (PLUK)
www.mtpluk.org
406-255-0540, 800-222-7585
Correo electrónico: info@mtpluk.org
Ofrece información, apoyo y formación a nivel estatal.

Nebraska

PTI NEBRASKA (FORMACIÓN E INFORMACIÓN A NIVEL ESTATAL PARA FAMILIAS CON NECESIDADES ESPECIALES)

www.pti-nebraska.org

402-346-0525, 800-284-8520

Correo electrónico: reception@pti-nebraska.org

Nevada

Las Vegas

NEVADA PEP (EDUCAR Y EMPODERAR A LAS FAMILIAS)

www.nvpep.org

702-388-8899, 800-216-5188

Correo electrónico: pepinfo@nvpep.org

Nueva Jersey

Long Beach

GRUPO DE APOYO PARA ADULTOS

CON TDAH (Y SUS PAREJAS)

www.drlopresti.com/adhd-support-group

732-842-4553

Nueva York

Manhattan

HALLOWELL CENTER NEW YORK

www.hallowellcenter.org

212-799-7777

Correo electrónico: info@hallowellcenter.org

MANHATTAN ADULT ADD SUPPORT GROUP

www.maaddsg.org

Formulario de contacto en la web

ADD RESOURCE CENTER

www.addrc.org

646-295-8080

Condado de Nassau

CHADD DEL CONDADO DE NASSAU

www.chadd.net/chapter/105

516-242-3263

Correo electrónico: nassau-county@chadd.net

Carolina del Norte

Charlotte

MECKLENBURG COUNTY CHADD

www.chadd.net/chapter/355

Correo electrónico: lwoodcock-burroughs@cnld.org

Ohio

Centro de Ohio

CHADD DE COLUMBUS

www.columbuschadd.weebly.com

Correo electrónico: columbus-ohio@chadd.net

Pennsylvania

Pittsburgh

CHADD DE PITTSBURGH

www.pittsburghchadd.org

Formulario de contacto en la web

Grupo de apoyo para adultos con TDAH.

Área de Pittsburgh

CHADD #477

www.chadd.net/chapter/477

412-682-6282

Correo electrónico: lesliestonepgh@gmail.com

Rhode Island

Riverside

LIFESPAN, BRADLEY HOSPITAL (GRUPO
DE APOYO PARA ADULTOS CON TDAH)

401-782-4286

Correo electrónico: info@riaddults.org

Dakota del Sur

Sioux Falls

SOUTH DAKOTA PARENT CONNECTION (SDPC)

www.sdparent.org

605-361-3171, 800-640-4553

Correo electrónico: sdpc@sdparent.org

Conecta a familias de niños con necesidades especiales con formación, información y recursos.

Virginia

Virginia Beach

HR CHADD

www.meetup.com/HRCHADD/

Washington

Kirkland

HALLOWELL TODARO ADHD CENTER

www.hallowelltodaro.com

425-999-4227

Correo electrónico: info@hallowelltodaro.com

Seattle

HALLOWELL TODARO ADHD CENTER

www.hallowelltodaro.com

206-420-7345

Correo electrónico: info@hallowelltodaro.com

Washington D. C.

ADVOCATES FOR JUSTICE AND EDUCATION (EDUCACIÓN Y APOYO)

www.aje-dc.org

202-678-8060, 888-327-8060

Wyoming

Buffalo

PARENT INFORMATION CENTER (PARENTS

HELPING PARENTS OF WYOMING, INC.)

www.wpic.org

307-684-2277, 800-660-9742

Correo electrónico: info@wpic.org

Canadá

Vancouver, Columbia Británica

VANCOUVER ADULT ADD SUPPORT GROUP

www.addcoach4u.com/canadianadhdsupportgroups.html

604-263-6993

Correo electrónico: pete@addcoach4u.com

Conoce a otros adultos con TDAH y comparte apoyo y ánimo.