



ADHD y el Estigma

¿Qué es el estigma?

El estigma aparece cuando hay ideas equivocadas sobre el TDAH que hacen que las familias sientan culpa, vergüenza o miedo a buscar apoyo.

Aunque el TDAH es una condición real del desarrollo del cerebro, muchas familias han escuchado mensajes como:

- “Es falta de disciplina”
- “Solo necesita esforzarse más”
- “Eso no existe en nuestra familia”
- “La medicina es peligrosa”

Estos mensajes pueden hacer que las familias duden en pedir ayuda.



Lo que mas importa

- El TDAH no es causado por mala crianza
- No tiene que ver con inteligencia o ganas
- Cada niño con TDAH es diferente

No hay una sola forma de apoyar al TDAH.

- El apoyo puede incluir educación, estrategias en casa, apoyo escolar, terapia o medicación
- Cada familia decide qué herramientas le ayudan.

Buscar apoyo no es un fracaso.

- Entender el TDAH puede cambiar la historia de tu familia





ADHD & Stigma

What is stigma?

Stigma happens when misunderstandings about ADHD create shame, fear, or hesitation about seeking support.

Even though ADHD is a real brain-based condition, many families hear messages like:

- “It’s poor discipline.”
- “They just need to try harder.”
- “That doesn’t exist in our family.”
- “Medication is dangerous.”

These messages can make families not seek help.

What matters most:

- 
- ADHD is not caused by bad parenting
 - It is not related to intelligence or effort
 - Every child with ADHD is different

There is no single path.

- Support may include education, home strategies, school supports, therapy, or medication
- Each family chooses what helps them best

Seeking support is not failure.

- Supportive people and resources can change your family’s ADHD story

