

# Jocs de taula per millorar el TDAH

## Poden beneficiar la memòria lingüística a curt termini i els problemes de conducta, segons una recerca de la UdL

Els jocs de taula poden tenir efectes beneficiosos en la memòria lingüística a curt termini i la conducta dels infants diagnosticats amb trastorn per dèficit d'atenció i hiperactivitat (TDAH), segons una recerca liderada per la Universitat de Lleida (UdL) en la què han col·laborat experts de l'hospital Sant Joan de Déu Terres de Lleida. L'estudi, publicat recentment a la revista *Games for health journal* [ <https://www.liebertpub.com/loi/g4h> ], afirma que tot i que es necessiten futurs treballs per aprofundir en el tema, els primers resultats posen de manifest la importància dels jocs de taula i la seua eficàcia com a possible intervenció terapèutica o preventiva sobre el T D A H .



Els investigadors han treballat amb una trentena de menors d'entre 8 i 12 anys. Un grup era de control i l'altre realitzava sessions de 60 minuts amb 5 jocs de taula: *Vaya Tomate!* i *Vaya Cañón!*, que suposadament funcionen en el procés d'actualització lingüística de la memòria de treball; *L'escala encantada*, que requereix l'actualització d'informació visuoespacial de la memòria de treball; *Out of Mine!*, que es centra en la rotació visuoespacial; i *Cocoricó Cocoricó* que està específicament centrat en la memòria visuoespacial a curt termini i la memòria de treball. A banda de realitzar un test final després d'aquest procés, també se n'ha fet un de seguiment amb un mes de posterioritat.

Els nens que han fet l'entrenament amb els jocs de taula han mostrat increments significatius en les puntuacions de memòria lingüística a curt termini. Retenen fins a un 15,24% més d'informació lingüística que el grup de control. El principal efecte ha estat una millora important dels problemes de conducta, atès que els jocs de taula requerien el control de normes i una interacció social adequada amb altres participants. "Sembla que la intervenció en jocs de taula podria evitar el deteriorament del comportament", explica el professor de la UdL Jorge Moya. "Tot i això, fan falta més estudis per aclarir si la millora dels problemes de conducta es deu a jugar a jocs de taula o a millorar la capacitat de memòria a curt termini", afegeix.

"Tot i que els beneficis d'aquesta intervenció basada en jocs són limitats, es podria aconsellar utilitzar-la per ajudar a les intervencions farmacològiques a millorar la capacitat de memòria a curt termini i reduir els problemes de conducta en nens amb TDAH", afirma Moya. Per a futures investigacions, el professor de la UdL planteja ampliar la mostra de pacients i el temps d'entrenament amb els jocs. També estudien la possibilitat de comparar l'eficàcia dels jocs de taula analògics amb els videojocs, i d'incloure altres patologies, com els trastorns de l'espectre autista, així com comprovar si aquests jocs retarden el deteriorament cognitiu en gent gran.

### Més informació

[Resum de l'article](#) *A pilot study of the efficacy of a cognitive training based on board games in children with attention-deficit/hyperactivity disorder: a randomized controlled trial.* Estrada-Plana, V., Esquerda, M., Mangues, R., March-Llanes, J., & Moya-Higueras, J. (2019). [ <https://www.liebertpub.com/doi/10.1089/g4h.2018.0051> ]

