



## **Problemas de Atención**

### **Attention Problems**

**por Marcia Weill  
Folsom-Cordova (CA) Distrito Escolar Unificado**

### **Hiperactividad: Provea Estructura Externa**

#### ***Controles Físicos***

Incluya ejercicio regularmente, una dieta balanceada, sueño adecuado y medicamentos, si son apropiados  
Revise los horarios: las mañanas usualmente son mejores para aprender, necesitan una rutina tranquila a la hora de dormir

