

TICS Y TRASTORNO DE TOURETTE

¿Qué son los tics y el trastorno de Tourette?

Los tics son movimientos repentinos o sonidos que se repiten. Los tics se ven o suenan como movimientos o ruidos normales, pero ocurren cuando alguien no quiere que sucedan. Muchas personas con tics dicen que sienten la necesidad de hacer estos ruidos o movimientos. Las personas con tics dicen que las ganas van empeorando hasta que llegan al tic. A menudo, la persona se siente mejor después del tic. El trastorno de Tourette significa que su hijo tiene tics vocales y motores que han durado más de un año.

¿Cuándo comienzan los tics o el trastorno de Tourette?

- Por lo general, los tics comienzan entre los 4 y los 8 años, pero pueden comenzar en cualquier momento entre los 2 y los 15 años.
- Es normal que los tics cambien con el tiempo.
- Los tics pueden empeorar a medida que el niño crece. A menudo llegan a su peor manifestación alrededor de los 11-13 años de edad.
- Los tics pueden mejorar o desaparecer a los 20 años.

¿Cuáles son los síntomas?

Los tics son el principal síntoma del trastorno.

- Los tics motores suelen comenzar como simples contracciones, como parpadeos o arrugas en la nariz y más tarde pueden convertirse en movimientos complejos, como una combinación de movimientos.
- Los tics vocales son sonidos repetidos. Por lo general, comienzan como olfateo, tos o gruñido, o repetición de palabras. Menos del 10 % de los niños con trastornos de tics dicen que las malas palabras son su tic.

Otros síntomas que pueden venir con los trastornos de tics incluyen:

- Trastorno de déficit de atención e hiperactividad (TDAH). Puede tener dificultades para mantenerse en la tarea, quedarse quieto o hacer cosas sin detenerse a pensar en lo que sucederá.
- Ansiedad. Puede preocuparse excesivamente por las cosas.
- Trastorno obsesivo compulsivo (TOC). Puede tener pensamientos repetidos o hacer cosas una y otra vez. Esto puede incluir temor a los gérmenes, necesidad de pulcritud o contar objetos.

- Trastorno de oposición desafiante (ODD, por sus siglas en inglés). Puede desafiar a las personas en el poder. Pueden perder los estribos, discutir, negarse a seguir las reglas o tratar de molestar a la gente.
- Trastorno de conducta (CD, por sus siglas en inglés). No puede seguir las reglas o respetar los derechos básicos de otras personas. Pueden ser físicamente malos con otras personas o animales, mentir, robar o destruir cosas.
- Problemas de aprendizaje. La mayoría de los niños con tics o trastorno de Tourette tienen una inteligencia normal o superior a la normal. Algunos niños pueden tener dificultades para aprender a leer, deletrear o matemáticas.

¿Cómo se diagnostica?

No hay pruebas para diagnosticar tics. El diagnóstico se basa en un historial detallado.

- Un proveedor de atención médica necesitará saber cuándo comenzaron los movimientos o ruidos, cómo han cambiado con el tiempo y cómo están afectando a su hijo. Tendrán que preguntarle a su hijo qué es lo que genera que hagan el ruido o el movimiento, si el movimiento hace que su impulso se sienta mejor y cómo los hacen sentir los ruidos.
- Puede ser una buena idea grabar en video cualquier sonido o movimiento que vea en su casa.

¿Cómo se tratan los tics?

Los tics deberían tratarse si dificultan las cosas para su hijo en el hogar, la escuela o los deportes.

- La medicina puede ayudar a que los tics sean más leves, pero no los hará desaparecer.
- El entrenamiento de reversión de hábitos (también conocido como CBIT) es una forma especial en que su hijo puede aprender a controlar sus tics.

A veces es más importante tratar los otros problemas como el TDAH, la ansiedad y el TOC, ya que pueden hacer las cosas más difíciles para su hijo que sus tics.

¿Qué necesito saber para ayudar a mi hijo?

Los tics pueden ser un problema que su hijo enfrenta por muchos años. Su hijo necesita su ayuda y, a veces, un equipo de personas para aprender a manejar sus tics en el hogar, en la escuela y en público.

- Su hijo no quiere manifestar los tics y no los hace a propósito.
- Asegúrese de que todos en el hogar y la escuela “ignoren el tic, pero no el niño”.
- Dígale a la maestra de su hijo que no está haciendo ruidos o movimientos a propósito.
- Trabaje con el maestro de su hijo para elaborar un plan que lo ayude a aprender mejor.
- Recuérdele a su hijo que los tics son algo que tienen, pero no quiénes son.
- Ayude a su hijo a defenderse a sí mismo al decirle a profesores, entrenadores, amigos o compañeros de clase sobre sus tics.

- Obtenga más información sobre los tics y el trastorno de Tourette para ayudar a otros a aprender qué pueden hacer para ayudar a su hijo a hacer lo mejor que puedan.

Recursos de Tic

- Instituto Nacional de Trastornos Neurológicos y Accidente Cerebrovascular, hoja informativa del síndrome de Tourette http://www.ninds.nih.gov/disorders/tourette/detail_tourette.htm
- Asociación de Tourette de América www.tourette.org
- Tourette Canadá www.tourette.ca
- Child & Parent Resource Institute (CPRI) www.leakybrakes.ca

La Guía de recursos para cuidadores de ACNN es posible gracias a los fondos proporcionados por Eisai, Inc. y en colaboración con la Child Neurology Foundation