CLÍNICA VIVALDI · FICHA GRATUITA · NEURODESARROLLO

Síndrome de Tourette

Tics motores múltiples y al menos un tic vocal durante más de un año, que empiezan antes de los 18 años. Su intensidad varía y suelen mejorar en la edad adulta.

SEÑALES FRECUENTES

- Parpadeo, muecas o movimientos bruscos
- Carraspeo, sonidos o palabras
- Sensación previa de urgencia antes del tic

PAUTAS PARA TI

1. Evita llamar la atención sobre los tics
2. Pregunta por la intervención conductual para tics (CBIT)
3. Informa al centro educativo para evitar burlas

PARA LA FAMILIA Y EL ENTORNO

1. No llames la atención sobre los tics
2. Explica a su entorno qué son para evitar burlas

CUÁNDO PEDIR AYUDA

1. Si los tics causan dolor o lesiones
2. Si aparecen ansiedad, obsesiones o problemas de atención

PARA OBSERVAR Y ANOTAR

☐ Hago movimientos bruscos que no puedo evitar (parpadeo, muecas, sacudidas)

☐ Hago sonidos sin querer (carraspeo, gruñidos, palabras)

☐ Siento una urgencia antes de hacer el tic

☐ Puedo frenar los tics un tiempo, pero luego vuelven

☐ Los tics aumentan con el estrés o el cansancio

☐ Los tics me causan vergüenza

☐ Los tics me han traído problemas en clase o en el trabajo

☐ Los tics duran desde hace más de un año

RECURSOS GRATUITOS

- Test online y pautas: clinicavivaldi.com/trastorno/sindrome-de-tourette
- Guía gratuita: Infancia y juventud: clinicavivaldi.com/guia-infancia-juventud
- Línea 024 (conducta suicida, 24 h) · Emergencias 112