CLÍNICA VIVALDI · FICHA GRATUITA · NEURODESARROLLO

Trastorno de tics motores o vocales persistente

Tics motores o vocales, pero no de ambos tipos, presentes durante más de un año y con inicio antes de los 18 años.

SEÑALES FRECUENTES

- Tics motores (o vocales) repetidos
- Empeoran con el estrés o el cansancio
- Pueden suprimirse un tiempo, con esfuerzo

PAUTAS PARA TI

1. Reduce el estrés y cuida el sueño
2. Pregunta por la intervención conductual para tics (CBIT)
3. Consulta si generan malestar o limitaciones

PARA LA FAMILIA Y EL ENTORNO

1. Reduce el estrés en casa y cuida el descanso
2. Evita comentarios sobre los tics

CUÁNDO PEDIR AYUDA

1. Si interfieren en la vida diaria
2. Si causan dolor o lesiones

PARA OBSERVAR Y ANOTAR

☐ Tengo movimientos o sonidos repetidos que no controlo

☐ Los tics duran desde hace más de un año

☐ Aumentan cuando estoy estresado

☐ Siento una urgencia antes del tic

☐ Intento esconderlos

☐ Me molestan o me avergüenzan

☐ Aparecen varias veces al día

☐ Interfieren en mis actividades

RECURSOS GRATUITOS

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