

SALUD LABORAL

n.º 466

El Síndrome de *Tourette*



En 1825, se informó el primer caso de *Síndrome de Tourette* en la literatura médica. Se trataba de una descripción de la Marquesa de Dampierre, una mujer de la nobleza cuyos síntomas incluían tics involuntarios de muchas partes del cuerpo y diversas vocalizaciones. Tiempo después, en 1885, el Dr. Georges Gilles de la Tourette, el neurólogo francés cuyo nombre lleva el trastorno, describió por primera vez nueve casos de personas con reflejos involuntarios.

¿Qué es el síndrome de Tourette?

El síndrome de Tourette (ST) es un trastorno neurológico que se caracteriza por la aparición de tics, movimientos o vocalizaciones involuntarias, rápidas y repentinas que se producen repetidamente de la misma manera.

Entre los síntomas se encuentran:

- La presencia de tics motores junto con uno o más tics vocales en algún momento del transcurso de la enfermedad, aunque no necesariamente de forma simultánea.
- La reiteración de tics muchas veces al día (generalmente por episodios) casi todos los días o de manera intermitente durante más de un año.
- Cambios periódicos en la cantidad, en la frecuencia, en el tipo y en el lugar donde se producen los tics y en los altibajos de su gravedad. A veces los síntomas pueden desaparecer durante semanas o meses enteros.

Los tics son irresistibles y (como sucede con las ganas de estornudar) tarde o temprano deben expresarse. La gente con ST suele buscar un lugar apartado para liberar sus síntomas des-

pués de demorarlos en la escuela o en el trabajo. Lo habitual es que los tics aumenten por la tensión o el estrés, y disminuyan al relajarse o al dirigir la atención a una tarea interesante.

¿Cuál es la causa de los síntomas?

No se ha establecido la causa, aunque las investigaciones actuales presentan indicios importantes de que el trastorno es el resultado de la actividad anormal de al menos una sustancia química (neurotransmisora) del cerebro llamada dopamina. No se descarta que otros neurotransmisores, como la serotonina, también puedan estar implicados.

¿Cómo se clasifican los tics?

Simples:

- *Motores:* parpadeo, sacudidas de la cabeza, encogimiento de hombros y muecas faciales.
- *Vocales:* carraspeos, chillidos y otros ruidos, aspiraciones y chasquidos de la lengua.

Complejos:

- *Motores:* saltos, tocar a otras personas o cosas, olfatear, moverse dando giros y, sólo en raras ocasiones, acciones autolesivas como golpearse o morderse.
- *Vocales:* decir palabras o frases fuera de contexto y coprolalia (proferir palabras no admitidas socialmente).

¿Cómo se trata el ST?

Existen medicamentos que ayudan a controlar los síntomas cuando interfieren con su funcionalidad. También pueden



ser útiles otros tipos de terapia. La psicoterapia y la asistencia socio-psicológica pueden servirle a la persona que sufre ST para ayudar a su familia a enfrentar la situación. El uso de técnicas de relajación puede servir para aliviar las reacciones de estrés que causan el aumento de los tics.

Es importante tratar el ST, en especial en los casos en los cuales la gente percibe los síntomas como extraños, inquietantes y atemorizantes. Para evitar daños psicológicos, el diagnóstico y el tratamiento tempranos son de gran importancia. Más aun, en casos de mayor gravedad, es posible controlar muchos de los síntomas con medicación.

Las personas con ST, ¿tienen comportamientos asociados además de los tics?

No, pero muchas tienen uno o más problemas adicionales entre los que pueden encontrarse:

- Obsesiones.
- Compulsiones y comportamientos ritualistas.
- El trastorno del déficit de atención con o sin hiperactividad (TDAH o TDA).
- Dificultades de aprendizaje y de control de los impulsos.
- Trastornos del sueño.

¿Los estudiantes con ST tienen necesidades educativas especiales?

Aunque la inteligencia no se ve afectada -la mayoría poseen una inteligencia media o por encima de la media-, los estudiantes con ST pueden tener problemas de aprendizaje, especialmente por los trastornos atencionales y conductuales, por lo que suelen requerir asistencia educativa especial.

Para ello, tanto los padres como los profesionales de la educación tienen que estar debidamente informados sobre el modo en que los tics y otros síntomas del síndrome (ST) pueden afectar al rendimiento y comportamiento de un alumno.

La intervención del profesorado y de los Equipos de Orientación Pedagógica (EOP)

Tanto el profesorado como el EOP deben conocer y comprender bien el ST. Esto es necesario para que sepan minimizar la atención y la importancia a los tics del alumno, contribuyendo a la disminución de estrés del mismo, con lo cual los tics se pueden manifestar con menos intensidad y en menos ocasiones, además de evitarle mayores conflictos interpersonales. Esta actitud servirá a los compañeros de los alumnos para que hagan lo mismo y aprendan a tolerar estos síntomas. Con esto se favorece la integración del alumno.

Medidas en el medio escolar

- Mantenimiento de la rutina escolar: esto ayuda al alumno a tranquilizarse y desempeñar situaciones espacio-temporales estructuradas, ordenadas y previsibles.
- Se deben seguir pautas y hábitos para prevenir o mejorar las dificultades de atención y concentración.
- Confiar al alumno/a a la realización de ciertas tareas que supongan una actividad motora o la posibilidad de salir del aula: borrar la pizarra, recados a otros profesores, etc. Así se le da la oportunidad de liberar sus tics y de fomentar su responsabilidad.
- Los alumnos pueden tener conductas raras o inapropiadas; es conveniente actuar sobre estas conductas solamente en la medida en que distorsionen o interfieran notoriamente el desarrollo normal de la clase, con las relaciones con sus compañeros o con su propio aprendizaje.
- Hay que reforzar y estimular sus conductas y comportamientos adecuados. Necesitan ser elogiados y que se reconozcan sus esfuerzos, creatividad, espontaneidad, controlar sus impulsos, etc.
- Integrar a los alumnos con ST les ayuda con su autoestima y con las habilidades sociales.
- No etiquetarlo como “vago”, “caprichoso”, “despistado”, etc.
- Es importante la realización de ejercicio físico para eliminar el estrés y desarrollar habilidades psicomotrices.
- Es de suma importancia que no se le impida realizar ninguna actividad ni se le trate como incapaz ante acciones que puede realizar cualquier otro alumno de su edad. Esto sólo conlleva a generar retrasos psicomotores o intelectuales que no son consecuencia del padecimiento en sí.

Más información:

<https://www.tourette.org>

<https://www.tourette.org/about-tourette/overview/espanol/educacion/el-st-es-mas-que-los-tics/>

Imma Badia Camprubí
Secretaria de Acción Sindical
y Salud Laboral de FEUSO