

# Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Apr 18, 2019

## Síndrome de Tourette

Si usted, su hijo o alguien cercano a usted tiene el síndrome de Tourette, puede ser angustiante y confuso para todos los involucrados. Sin embargo, aprender sobre la afección y recibir tratamiento puede ayudar.

Puede usar nuestra información para hablar con su médico sobre el mejor tratamiento para su hijo.

### Qué es el síndrome de Tourette?

Cuando alguien tiene síndrome de Tourette, tiene lo que se llama tics. Los tics son movimientos o sonidos repetidos que no pueden evitar producir. Por ejemplo, pueden entrecerrar los ojos o hacer ruidos chirriantes.

No todos los niños con tics tienen el síndrome de Tourette. Muchos niños tienen tics leves y hábitos repetitivos que van y vienen y no les causan ningún problema. El síndrome de Tourette es más grave y a largo plazo.

Los tics con el síndrome de Tourette siguen un patrón:

- Comienzan con un fuerte impulso de realizar el tic.
- A continuación, la persona realiza el tic.
- Es posible que la persona también necesite repetir el tic hasta que se sienta "bien".
- Luego hay una breve sensación de alivio antes de que la persona sienta la necesidad de repetir el tic.

Realizar estos tics puede ser angustiante y agotador para la persona con Tourette y para las personas cercanas a ella.

El síndrome de Tourette afecta el sistema nervioso del cuerpo. No sabemos todo sobre las causas. Pero parece ser en gran parte hereditario. Otras cosas que sabemos sobre el síndrome de Tourette incluyen:

- El síndrome de Tourette es mucho más común en los niños que en las niñas.
- El síndrome de Tourette comienza en la primera infancia y, por lo general, alcanza su punto máximo alrededor de los 10 años.

## Síndrome de Tourette

- Los síntomas suelen ser gradualmente menos graves a medida que los jóvenes alcanzan la edad adulta.
- En la edad adulta temprana, solo alrededor de 20 de cada 100 personas con Tourette todavía tendrán tics que les causen algún problema.

El síndrome de Tourette a menudo ocurre junto con otras afecciones de salud mental. Los más comunes son el trastorno obsesivo-compulsivo (TOC) y el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH).

(Para obtener más información sobre estas condiciones, consulte nuestro folleto sobre el TOC y nuestros diversos folletos sobre el TDAH).

### Cuáles son los síntomas?

Muchos niños pequeños tienen tics o hábitos que van y vienen. Por ejemplo, los niños pueden mecerse o hacer formas con los dedos de manera repetitiva. O pueden hacer gestos regulares y rítmicos.

Los niños a veces hacen estas cosas como una forma de consolarse a sí mismos, y la mayoría de los niños las superan cuando crecen.

El síndrome de Tourette es diferente. Para que un niño tenga el síndrome de Tourette, tiene tics que:

- son tanto vocales (sonidos) como "motores" (gestos físicos), aunque no siempre al mismo tiempo
- son súbitas, rápidas, repetidas y no en un patrón regular y rítmico
- pueden ser menos o más frecuentes durante un período de tiempo, pero han estado ocurriendo durante al menos un año
- Iniciado antes de los 18 años
- no son causadas por otra afección médica o por una droga "callejera".

Es posible que escuche a su médico hablar de dos tipos de tics: tics "simples" y "complejos". Esto realmente significa que los tics complejos duran más que los simples.

Por ejemplo:

- Los tics motores simples tienden a ser movimientos breves de sacudidas o espasmos, mientras que un tic motor complejo puede ser un gesto más complejo o una serie de gestos.
- Los tics vocales simples tienden a ser sonidos breves, mientras que un tic vocal complejo puede implicar repetir varias palabras, hacer eco de lo que dice otra persona o maldecir.

Su médico le hará preguntas sobre los tics de su hijo para tratar de descartar otras causas además del síndrome de Tourette. Por ejemplo, podría preguntar:

- Qué medicamentos está tomando su hijo

## Síndrome de Tourette

- Si su hijo está bajo algún tipo de estrés
- (en el caso de las niñas) si los tics empeoran durante sus períodos menstruales
- Si su hijo tiene un problema de salud que podría hacer que olfatee o parpadee mucho. Por ejemplo, algunos niños con cierto tipo de asma olfatean mucho, lo que puede confundirse con un tic.

Su médico también debe preguntar cómo le está yendo a su hijo en la escuela. Si su hijo tiene problemas para prestar atención o concentrarse en clase, es posible que tenga TDAH o TOC. Estas condiciones suelen ir de la mano con el síndrome de Tourette.

Su médico también debe preguntarle acerca de cualquier otro hábito, fobia (miedos) o comportamientos inusuales que su hijo pueda tener. También le preguntará sobre cualquier antecedente familiar de Tourette, TDAH, TOC o problemas de audición. Todas estas cosas pueden ayudar a su médico a hacer el diagnóstico correcto.

## qué tratamientos funcionan?

### Cosas que puede hacer para ayudar a su hijo

Existen tratamientos médicos que pueden ayudar con el síndrome de Tourette. Pero algunos de los mejores tratamientos son cosas sencillas que usted puede hacer para ayudar a su hijo y a usted mismo.

Lo primero, y posiblemente lo más útil que puede hacer, es que usted y su hijo aprendan todo lo que puedan sobre el síndrome de Tourette. Comprender la afección puede ayudarlos a usted y a su hijo a sentirse más relajados al respecto. Y aprender sobre ello juntos puede ayudar a su hijo a sentir que están lidiando con ello como un equipo.

Otras cosas que ayudan a los niños con el síndrome de Tourette incluyen:

- Tener una rutina diaria estructurada que incluya mucha actividad física
- Buena higiene del sueño. Esto significa tener una hora regular para acostarse y una rutina regular a la hora de acostarse que sea lo más tranquila posible, y asegurarse de que su hijo no esté sobreestimulado a la hora de acostarse. Por ejemplo, el uso de dispositivos con pantallas brillantes, como teléfonos móviles y tabletas, cerca de la hora de acostarse no ayuda a los niños a relajarse y dormir. En su lugar, podría intentar leer con su hijo a la hora de acostarse
- evitando situaciones estresantes en la medida de lo posible. El estrés puede empeorar los tics.

Por supuesto, todas estas cosas son difíciles de hacer todo el tiempo: sucederán cosas que interrumpirán incluso tus mejores planes. Solo puedes hacer lo mejor que puedas. Pero adquirir buenos hábitos puede ser de gran ayuda.

Si a su hijo le diagnostican el síndrome de Tourette, debe asegurarse de que sus familiares, maestros y amigos lo sepan. Cuanto más pueda hacer para ayudar a las personas importantes en la vida de su hijo a aprender sobre el síndrome de Tourette, mejor.

## Tratamiento médico

Por lo general, los niños con síndrome de Tourette solo necesitan tratamiento médico si sus tics les causan angustia.

Para los niños que necesitan ayuda, el primer tratamiento que se suele recomendar se llama CBIT (pronunciado 'see bit'). Esto significa **Intervenciones Conductuales Integrales para Tics**. Es una forma de terapia que, con el tiempo, ayuda a las personas a controlar sus tics.

Hay algunos medicamentos que pueden ayudar a algunos niños con el síndrome de Tourette. Pero por lo general no se recomiendan a menos que se haya probado CBIT sin éxito, o a menos que no esté disponible.

La elección de la medicación suele depender de si su hijo también tiene TDAH o TOC. Esto se debe a que diferentes medicamentos ayudan con los diferentes síntomas de estas afecciones.

- Los niños sin TOC o TDAH a veces se benefician de medicamentos que reducen la ansiedad, o de medicamentos llamados neurolépticos. Los neurolépticos generalmente se usan para ayudar a prevenir las alucinaciones en personas con una variedad de afecciones psiquiátricas. Pero pueden ayudar a reducir los síntomas del síndrome de Tourette en algunas personas.
- A los niños con TDAH a veces se les recetan medicamentos que estimulan el sistema nervioso del cuerpo, lo que les ayuda a concentrarse y concentrarse.
- Los niños con TOC a veces pueden beneficiarse de los antidepresivos. Estos medicamentos generalmente se usan para tratar la depresión, pero pueden ayudar a reducir los síntomas del TOC y la ansiedad que causa.

Todos estos medicamentos pueden causar efectos secundarios en algunos niños. Su médico debe discutirlos con usted cuidadosamente. Informe a su médico de inmediato si su hijo presenta algún efecto secundario de sus medicamentos.

Algunos padres prueban medicinas alternativas para los niños con Tourette. Pero no hay pruebas fehacientes de que alguno de ellos funcione.

## Qué sucederá?

Es imposible decir qué les sucederá a los niños con síndrome de Tourette. Pero los síntomas suelen empeorar a medida que los niños llegan a la edad adulta.

Mientras tanto, los tratamientos para el síndrome de Tourette pueden ayudar mucho. Pero es una afección a largo plazo que no tiene cura. Por lo tanto, es posible que su hijo necesite un seguimiento regular para ver cómo está.

Si su hijo está tomando medicamentos para ayudar con los síntomas, su médico querrá verlo cada pocos meses para verificar si le está ayudando.

Los síntomas del síndrome de Tourette tienden a aumentar y disminuir (aparecen y desaparecen, o al menos se vuelven más o menos graves) con el tiempo. Si su hijo tiene un

## Síndrome de Tourette

episodio con síntomas leves, su médico podría sugerir reducir su medicamento y usarlo más cuando los síntomas sean peores.

Debe consultar regularmente con la escuela de su hijo sobre cómo le está yendo, pero probablemente lo sepa de todos modos.

Los adolescentes con Tourette son más propensos que otras personas de su edad a sufrir depresión. Por lo tanto, esto es algo a lo que debe estar atento y hablar con su médico si afecta a su hijo.

Los adultos con síndrome de Tourette pueden enfrentar problemas en la vida diaria, como con la educación superior y el empleo. Y el síndrome de Tourette suele ir acompañado de otros problemas de salud mental, como la depresión, el trastorno obsesivo compulsivo (TOC) y el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH).

Por lo tanto, si usted es un adulto con síndrome de Tourette, es importante que intente obtener el tratamiento y la ayuda que necesita.

Hay muchos grupos de apoyo para las personas con síndrome de Tourette. Es posible que tu médico pueda dirigirte a uno en tu área, o puedes buscar en línea.

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en [bestpractice.bmj.com](https://bestpractice.bmj.com). Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: [bmj.com/company/legal-information](https://bmj.com/company/legal-information). BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

