

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Apr 18, 2019

Síndrome de Tourette

Se você, seu filho ou alguém próximo a você tem síndrome de Tourette, isso pode ser angustiante e confuso para todos os envolvidos. Mas aprender sobre a doença e receber tratamento pode ajudar.

Você pode usar nossas informações para conversar com seu médico sobre o melhor tratamento para seu filho.

O que é a síndrome de Tourette?

Quando alguém tem síndrome de Tourette, tem o que chamamos de tiques. Os tiques são movimentos ou sons repetidos que eles não conseguem deixar de fazer. Por exemplo, eles podem apertar os olhos ou emitir ruídos estridentes.

Nem toda criança com tiques tem síndrome de Tourette. Muitas crianças têm tiques leves e hábitos repetitivos que vêm e vão e não lhes causam problemas. A doença de Tourette é mais grave e de longo prazo.

Os tiques com a síndrome de Tourette seguem um padrão:

- Eles começam com um forte desejo de realizar o tique.
- A pessoa então executa o tique.
- A pessoa também pode precisar repetir o tique até que pareça “perfeito”.
- Há então uma breve sensação de alívio antes que a pessoa sinta vontade de repetir o tique.

Realizar esses tiques pode ser angustiante e cansativo para a pessoa com síndrome de Tourette e para as pessoas próximas a ela.

A síndrome de Tourette afeta o sistema nervoso do corpo. Não sabemos tudo sobre o que causa isso. Mas parece ser em grande parte herdado. Outras coisas que sabemos sobre Tourette incluem:

- A síndrome de Tourette é muito mais comum em meninos do que em meninas.
- A síndrome de Tourette começa na primeira infância e geralmente atinge o pico por volta dos 10 anos de idade.

Síndrome de Tourette

- Os sintomas geralmente se tornam gradualmente menos graves à medida que os jovens atingem a idade adulta.
- No início da idade adulta, apenas cerca de 20 em cada 100 pessoas com síndrome de Tourette ainda terão tiques que lhes causam problemas.

A síndrome de Tourette geralmente ocorre junto com outras condições de saúde mental. Os mais comuns são o transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) e o transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH).

(Para obter mais informações sobre essas condições, consulte nosso folheto sobre TOC e nossos vários folhetos sobre TDAH.)

Quais são os sintomas?

Muitas crianças pequenas têm tiques ou hábitos que vêm e vão. Por exemplo, as crianças podem se balançar ou fazer formas com os dedos de forma repetitiva. Ou eles podem fazer gestos rítmicos regulares.

Às vezes, as crianças fazem essas coisas como uma forma de se consolar, e a maioria das crianças cresce com elas.

A síndrome de Tourette é diferente. Para uma criança ter síndrome de Tourette, ela tem tiques que:

- são vocais (sons) e “motores” (gestos físicos), embora nem sempre ao mesmo tempo
- são repentinos, rápidos, repetidos e não seguem um padrão rítmico regular
- pode ser menos ou mais frequente durante um período de tempo, mas isso vem acontecendo há pelo menos um ano
- iniciado antes dos 18 anos
- não são causados por outra condição médica ou por um medicamento “de rua”.

Você pode ouvir seu médico falar sobre dois tipos de tiques: tiques 'simples' e 'complexos'. Isso realmente significa que os tiques complexos duram mais do que os simples.

Por exemplo:

- Os tiques motores simples tendem a ser movimentos breves de contração ou contração, enquanto um tique motor complexo pode ser um gesto mais complexo ou uma série de gestos.
- Os tiques vocais simples tendem a ser sons breves, enquanto os tiques vocais complexos podem envolver a repetição de várias palavras, ecoar o que outra pessoa diz ou xingar.

Seu médico fará perguntas sobre os tiques do seu filho para tentar descartar outras causas além da de Tourette. Por exemplo, ele ou ela pode perguntar:

- quais medicamentos seu filho está tomando

Síndrome de Tourette

- se seu filho está sob algum estresse
- (para meninas) se os tiques piorarem durante os períodos menstruais
- se seu filho tem um problema de saúde que pode fazer com que ele cheire ou pisque muito. Por exemplo, algumas crianças com um certo tipo de asma cheiram muito, o que pode ser confundido com um tique.

Seu médico também deve perguntar como seu filho está na escola. Se seu filho tiver problemas para prestar atenção ou se concentrar nas aulas, é possível que ele tenha TDAH ou TOC. Essas condições geralmente acompanham as de Tourette.

Seu médico também deve perguntar sobre quaisquer outros hábitos, fobias (medos) ou comportamentos incomuns que seu filho possa ter. Ele ou ela também perguntará sobre qualquer histórico familiar de Tourette, TDAH, TOC ou problemas auditivos. Todas essas coisas podem ajudar seu médico a fazer o diagnóstico correto.

Quais tratamentos funcionam?

Coisas que você pode fazer para ajudar seu filho

Existem tratamentos médicos que podem ajudar com a síndrome de Tourette. Mas alguns dos melhores tratamentos são coisas simples que você pode fazer para ajudar seu filho e a si mesmo.

A primeira coisa, e possivelmente a mais útil que você pode fazer, é que você e seu filho aprendam o máximo que puderem sobre a doença de Tourette. Compreender a condição pode ajudar você e seu filho a se sentirem mais relaxados com ela. E aprender sobre isso juntos pode ajudar seu filho a sentir que você está lidando com isso como uma equipe.

Outras coisas que ajudam crianças com síndrome de Tourette incluem:

- ter uma rotina diária estruturada que inclui muita atividade física
- boa higiene do sono. Isso significa ter uma hora de dormir regular e uma rotina regular de dormir que seja a mais calma possível, além de garantir que seu filho não seja estimulado demais na hora de dormir. Por exemplo, usar dispositivos com telas brilhantes, como telefones celulares e tablets, perto da hora de dormir não ajuda as crianças a relaxar e dormir. Em vez disso, você pode tentar ler com seu filho na hora de dormir.
- evitando situações estressantes, tanto quanto possível. O estresse pode piorar os tiques.

É claro que todas essas coisas são difíceis de fazer o tempo todo - coisas acontecerão para atrapalhar até mesmo seus melhores planos. Você só pode fazer o seu melhor. Mas adquirir bons hábitos pode ser uma grande ajuda.

Se seu filho for diagnosticado com síndrome de Tourette, certifique-se de que seus familiares, professores e amigos saibam disso. Quanto mais você puder fazer para ajudar as pessoas importantes na vida de seu filho a aprender sobre a doença de Tourette, melhor.

Tratamento clínico

Crianças com síndrome de Tourette geralmente só precisam de tratamento médico se seus tiques estiverem causando sofrimento.

Para crianças que precisam de ajuda, o primeiro tratamento geralmente recomendado é chamado de CBIT (pronunciado 'see bit'). Isso significa **Intervenções comportamentais abrangentes para tiques**. É uma forma de terapia que, com o tempo, ajuda as pessoas a controlar seus tiques.

Existem alguns medicamentos que podem ajudar algumas crianças com síndrome de Tourette. Mas eles geralmente não são recomendados, a menos que o CBIT tenha sido testado sem sucesso ou a menos que não esteja disponível.

A escolha do medicamento geralmente depende se seu filho também tem TDAH ou TOC. Isso ocorre porque medicamentos diferentes ajudam com os diferentes sintomas dessas condições.

- Crianças sem TOC ou TDAH às vezes se beneficiam de medicamentos que reduzem a ansiedade ou de medicamentos chamados neurolépticos. Os neurolépticos geralmente são usados para ajudar a prevenir alucinações em pessoas com uma variedade de condições psiquiátricas. Mas eles podem ajudar a reduzir os sintomas de Tourette em algumas pessoas.
- Às vezes, crianças com TDAH recebem medicamentos que estimulam o sistema nervoso do corpo, o que as ajuda a se concentrar e se concentrar.
- Às vezes, crianças com TOC podem se beneficiar de antidepressivos. Esses medicamentos geralmente são usados para tratar a depressão, mas podem ajudar a reduzir os sintomas do TOC e a ansiedade que ele causa.

Todos esses medicamentos podem causar efeitos colaterais em algumas crianças. Seu médico deve discuti-las cuidadosamente com você. Informe seu médico imediatamente se seu filho tiver algum efeito colateral de seus medicamentos.

Alguns pais experimentam medicamentos alternativos para crianças com síndrome de Tourette. Mas não há boas evidências de que algum deles funcione.

O que vai acontecer?

É impossível dizer o que acontecerá com cada criança com síndrome de Tourette. Mas os sintomas geralmente ficam menos graves à medida que as crianças crescem na idade adulta.

Enquanto isso, os tratamentos para a síndrome de Tourette podem ajudar muito. Mas é uma condição de longo prazo sem cura. Portanto, seu filho pode precisar de acompanhamento regular para ver como está.

Se seu filho estiver tomando medicamentos para ajudar com os sintomas, seu médico desejará vê-lo a cada poucos meses para verificar se está ajudando.

Síndrome de Tourette

Os sintomas de Tourette tendem a aumentar e diminuir (ir e vir, ou pelo menos ficar mais ou menos graves) com o tempo. Se seu filho tiver um período com sintomas leves, seu médico pode sugerir reduzir a medicação e usá-la mais quando os sintomas piorarem.

Você deve verificar regularmente com a escola de seu filho como ele está - mas você provavelmente sabe disso de qualquer maneira.

Adolescentes com síndrome de Tourette têm maior probabilidade do que outras pessoas de sua idade de sofrer de depressão. Portanto, isso é algo que você deve observar e conversar com seu médico sobre se isso afeta seu filho.

Adultos com síndrome de Tourette podem enfrentar problemas na vida diária, como educação continuada e emprego. E a síndrome de Tourette geralmente acompanha outros problemas de saúde mental, como depressão, transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) e transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH).

Portanto, se você é um adulto com síndrome de Tourette, é importante tentar obter o tratamento e a ajuda de que precisa.

Existem muitos grupos de apoio para pessoas com síndrome de Tourette. Seu médico pode direcioná-lo para um em sua área ou você pode procurar on-line.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

