

Movimenti, gesti e parole senza controllo: i tic

Stefania Manetti

Pediatra di famiglia, Piano di Sorrento (Napoli)

FILASTROCCA DEI GESTI PAZZI

Per fare l'incantesimo:

*Strega comanda e ordina questo:
sia la parola divisa dal gesto,
ciò che si vede da ciò che si sente,
e niente vuol dire più niente!*

Per disfare l'incantesimo:

*Strega comanda e ordina questo:
ogni parola fa pace col gesto,
voce che parlo e mano che muovo
dicono la stessa cosa di nuovo!*

TRATTO DALLA "MELEVISIONE"

I tic sono movimenti muscolari ripetitivi e veloci che il bambino non riesce completamente a controllare.

I tic possono essere anche vocali (per esempio una tossetta abituale, un rumore alla gola, la ripetizione di un suono, ecc.). Possono essere transitori e comparire per poi scomparire all'improvviso, dopo mesi o anche 1-2 anni, oppure a volte durano di più, anche per tutta l'età dell'infanzia.

Sono disturbi frequenti, possono manifestarsi nel 5-25% dei bambini, tuttavia non sono espressione di una condizione grave, e generalmente migliorano nel tempo. Possono essere fastidiosi e frustranti, specialmente se arrivano a interferire con le attività giornaliere dei bambini.

Ci sono diverse forme di tic?

Ci sono tanti tipi diversi di tic, alcuni interessano i movimenti del corpo come per esempio: aprire e chiudere le palpebre, arricciare il naso, muovere la testa, fare clic con le dita, fare delle smorfie, toccare ripetutamente degli oggetti o altre persone, ecc. Questi tic sono chiamati anche *tic motori*.

Alcune forme di tic sono *vocali*: ripetere suoni, grugnire, schiarirsi la gola o tossicchiare.

I tic possono apparire all'improvviso e spesso possono essere associati a situazioni di stress, di ansia o di stanchezza, ma anche di eccitazione o felicità. Tutti i tic generalmente, e specialmente se si focalizza l'attenzione sul disturbo o se ne parla molto in famiglia, tendono verso un peggioramento. Alcuni bambini, non tutti, riferiscono una sorta di sensazione di "premonizione del tic", spesso è una sensazione spiacevole che si accumula nel corpo e che viene in qual-

che modo alleviata dal tic. Molti bambini riescono a controllare un po' i loro tic, alcuni si nascondono in un posto riservato. Altri bambini sviluppano delle proprie strategie per controllare i sintomi, per esempio a scuola, per poi "esplosione" una volta a casa.

Cosa fare quando un bambino ha un tic?

I tic non sono sintomi di malattie serie e non portano a danni al cervello. A volte scompaiono rapidamente, altre volte durano di più, altre volte ancora ritornano. Se si è preoccupati riguardo il tipo di tic o la durata, è bene chiedere consiglio al pediatra.

È bene interpellare il pediatra se i tic:

- si manifestano regolarmente per oltre 12 mesi o diventano più frequenti nel tempo;
- sono causa di problemi sociali o emotivi o se il bambino si imbarazza per il suo tic, diventa oggetto di bullismo o si isola dagli altri a causa del suo tic;
- se procurano dolore o sensazioni spiacevoli (a volte possono incidentalmente procurare danni);
- se interferiscono con la scuola, con il gioco o con lo sport;
- se si accompagnano a momenti di rabbia, di depressione o di autolesionismo.

Il pediatra sarà in grado di diagnosticare un tic anche dalla descrizione, se possibile si può registrare il movimento, cercando però di non attirare l'attenzione sulla manifestazione mentre si videoregistra.

Qual è la terapia per i tic?

Se il tic è lieve e non è causa di altri problemi non è necessario pensare a un trattamento. Spesso degli "aiuti fai da te" possono essere molto utili:

- evitare situazioni di stress, di ansia o di noia, facendo un'attività piacevole come un gioco, un hobby o uno sport;
- evitare una stanchezza eccessiva;
- ignorare il tic ed evitare di parlarne in famiglia;
- non attirare l'attenzione del bambino quando manifesta il tic, ma cercare di rassicurarlo ed evitare di imbarazzarlo;
- informare le altre persone che si è a conoscenza del tic del bambino in modo di evitare una reazione degli altri nel momento in cui si manifesta;

- informare la scuola anche sulle strategie da adottare per alleviare il tic.

Se tuttavia il tic interferisce con le attività giornaliere ci sono delle terapie da prendere in considerazione, mirate a ridurre la frequenza dei tic.

Esistono anche dei tic un po' speciali, che si manifestano per periodi lunghi di tempo e con comportamenti più articolati, come saltare, girare, ripetere delle sillabe o delle parole o frasi o fare l'eco a quello che una persona dice: questi comportamenti sono a volte associati alla sindrome di Tourette. In questi casi è bene rivolgersi al proprio pediatra e condividere le preoccupazioni e il percorso terapeutico eventualmente da intraprendere. Spesso sono interventi comportamentali di diverse tipologie.

Quanto può durare un tic?

Spesso i tic durano poco tempo, a volte qualche mese, per poi scomparire. A volte sono ricorrenti, ogni tanto si ripresentano per poi scomparire nel tempo. Alcuni tic possono presentarsi per brevi periodi dall'infanzia fino all'inizio dell'adolescenza. Ci sono poi dei tic che ricorrono e cambiano nel tempo, diventano tic complessi, per esempio sia di tipo motorio che vocale, in questi casi, meno frequenti, è bene chiedere aiuto al proprio pediatra.

Quali sono le cause dei tic?

Le cause non si conoscono, si pensa che siano dovuti a modifiche in alcune parti del cervello che controllano i movimenti. Spesso c'è una familiarità, e per questo motivo è stata ipotizzata anche una base genetica.

In alcune situazioni i tic possono comparire insieme ad altre condizioni, in questi casi è bene sempre chiedere consiglio al pediatra che può eventualmente indicare il percorso diagnostico migliore.

I farmaci vengono utilizzati, sempre e solo dietro consiglio medico e spesso condiziato con altri specialisti, quando i tic sono espressione di condizioni più complesse.

Come sempre, se ci sono dubbi o preoccupazioni il pediatra è la persona a cui rivolgersi senza esitazione.