

Estrategias para el aula y técnicas para estudiantes con Síndrome de la Tourette

Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos

- Ofrecer un ambiente seguro: para algunos estudiantes puede ser beneficioso el contar con un lugar específico (así como uno de reserva en caso de que éste no se encuentre disponible), donde puedan “liberar” sus síntomas.

- Realizar descansos fuera del aula de clase, ya que es favorable el poder cambiar de ambiente (por ejemplo, ir al baño o a beber agua).

- Llevar a cabo una lluvia de ideas con el alumno sobre formas alternativas para expresar sus tics –principalmente, cuando son socialmente inapropiados (escupir, maldecir, tocar a las personas de manera inadecuada)-, por ejemplo, como alternativa al tic de escupir, el alumno con ST puede sugerir el intentar hacerlo en un pañuelo de papel.

- En determinados casos, los estudiantes pueden estar recibiendo terapias clínicas específicas fuera de la escuela (por ej., la Intervención Conductual Integral para los Tics-CBIT). Tales tratamientos pueden requerir enfoques muy diferentes en el aula; en estos casos, el niño, la familia o el profesional deberían coordinarse con el profesor y el centro educativo.

- **Dificultades del lenguaje escrito:**

- El uso de tablets, ordenadores y/o la práctica de la escritura a través de los mismos pueden ser recursos de gran utilidad.

- No penalizar a los alumnos por la caligrafía. Ofrecerles alternativas para hacer las tareas (de forma oral, grabada, a ordenador, o usando marcadores textuales para "indicar" las respuestas).

- Evitar penalizar los errores de ortografía. Fomentar el uso de la corrección ortográfica.

- Proporcionarles una fotocopia con los apuntes de clase, en lugar de tener que copiarlos de la pizarra.

- Eliminar los límites de tiempo en los exámenes para reducir la ansiedad.

- Condensar o reducir las tareas cuando sea posible.

- Comprobar todos los deberes escolares para asegurarse de que se han copiado con precisión.

- Recurrir al papel cuadriculado para ayudar al alumno a alinear los problemas de matemáticas o dibujar columnas en el papel para realizar los cálculos, utilizando hojas de renglón ancho.

- **Para síntomas obsesivos compulsivos:**

Las obsesiones y las compulsiones pueden ser tan diversas que es difícil proporcionar estrategias generales. Es fundamental evaluar en primer lugar la naturaleza de estos síntomas. Las estrategias de aprendizaje pueden requerir un esfuerzo en equipo. Puede ser útil realizar una lluvia de ideas sobre posibles soluciones con el estudiante, la familia, y/u otro personal profesional. Se puede necesitar un poco de creatividad para averiguar el mejor estilo de aprendizaje en función del tipo de obsesión:

- Un estudiante con una obsesión por contar las palabras en cada línea puede beneficiarse de los audiolibros.
- Cuando existe una obsesión por los gérmenes puede llevar un desinfectante para las manos en el bolsillo para lavárselas cuando lo necesite.
- Al alumno que “tiene que tener el lápiz afilado para escribir perfectamente”, se le puede aconsejar el uso de un portaminas.
- Un estudiante cuyas obsesiones se centran en la escritura (borrar con frecuencia o escribir lo mismo reiteradamente) podría utilizar un ordenador para realizar las tareas, ayudándole así a aliviar en gran medida su problema.
- Si el alumno tiene problemas de organización puede serle útil el uso de un organizador gráfico.

- **Problemas de ansiedad y Transición:**

Muchos de los estudiantes con Síndrome de la Tourette presentan problemas sensoriales, y/o síntomas del TOC, que pueden ser abrumadores y que dan lugar a un incremento del estrés, de la ansiedad y, en ocasiones, a sentimientos de ira. Promover las habilidades del estudiante fomentando la confianza de que sus necesidades serán apoyadas con respeto:

- Permitir a los estudiantes con ST un tiempo de transición entre actividades.
- Permitir que el estudiante salga del aula dos o tres minutos antes, para evitar los pasillos concurridos.
- Contar con un profesor auxiliar cerca de los lugares públicos para controlar posibles problemas relacionales.
- Reservarle un asiento delantero en el autobús escolar y formar al conductor del autobús.
- Desarrollar y apoyar las estrategias que disminuyen la ansiedad, mediante técnicas de autoayuda y buscando entornos favorables para aplicar estas estrategias.

- **TDAH y dificultades del funcionamiento ejecutivo:**

- Ofrecer un asiento preferente en el aula; puede ser ideal sentarse delante situándose cerca del profesor, puesto que éste puede ayudar al estudiante a focalizarse en su tarea. Ocupar un asiento central al frente del aula puede ser embarazoso para alguien con tics obvios.
- Permitir la libertad de movimientos, tales como ir rápidamente al baño o a beber agua.
- Reservarle en el aula un lugar tranquilo para trabajar. El uso de un auricular con música o de tapones semipermeables para los oídos puede ser de ayuda para bloquear las distracciones.
- Acordar un gesto con la mano o una señal que sirva como recordatorio para volver a centrarse en la tarea o para comunicar una necesidad.
- Descomponer los deberes escolares y las tareas de larga duración en objetivos más cortos y manejables.
- Si es posible, asignar una tarea en lugar de varias a la vez. Reducir la cantidad y duración de los deberes escolares, eliminando tareas repetitivas.

- Proporcionar al estudiante una hoja de registro diario de deberes escolares, que debe verificar el profesor u otro estudiante/compañero para comprobar su exactitud. De este modo, la familia puede comprobar también que realiza todas las tareas.
- Ayudar al alumno con la priorización y la gestión de tareas.
- Establecer un método de comunicación diario entre el profesor y la familia para establecer estrategias basadas en las necesidades.

- **Terapia Ocupacional y disfunción de integración sensorial:**

Muchos estudiantes tienen necesidades sensoriales particulares, por lo que un plan sensorial individualizado puede ser crítico para el éxito del alumno. La sobreestimulación, los pasillos y lugares concurridos, el parque y otros ambientes no estructurados son, frecuentemente, áreas de dificultad.

Los estudiantes con Síndrome de la Tourette presentan a menudo dificultades para pasar de una actividad a otra, debido a la estimulación repentina e inesperada de los sentidos. La sonoridad, el brillo, los olores, el tacto y las sensaciones generales, pueden parecer amplificados para alguien con hipersensibilidad sensorial. Por otro lado, la hiposensibilidad puede hacer que el estudiante anhele la estimulación sensorial. Una baja sensibilidad a la estimulación podría conducir a la necesidad de realizar comportamientos ruidosos e incluso disruptivos, así como a acciones y reacciones físicas. A tenor de lo anterior:

- Si observa que un estudiante reacciona intensamente (en ambos sentidos) a los estímulos sensoriales, utilice estrategias que le puedan ayudar a corto plazo y oriente a la valoración de un posible plan de intervención a largo plazo con un especialista.
- Las estrategias exitosas implican un proceso que tiene en cuenta las necesidades que cambian con el tiempo.
- Reevaluar periódicamente las ayudas actuales para determinar su eficacia.
- El respeto mutuo, la comunicación y la confianza facilitarán estrategias y técnicas eficaces, y desempeñarán un papel positivo en el aprendizaje del estudiante.
- Recuerde que los estudiantes con ST no quieren estar fuera de control y pueden tener dificultades para utilizar estrategias adecuadas "en el mismo momento".

Fuente: [Tourette Association of America](#)