

Tema 4

Trastornos ansiosos

TRAUMA



DEFINITION OF TRAUMA OF SAMHSA

- La definición de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA por sus siglas en inglés) enmarca su concepto de trauma en torno a las tres E
- Evento
- Experiencia del Evento
- Efectos del evento

“El trauma individual es el resultado de un evento, una serie de eventos o un conjunto de circunstancias que un individuo experimenta como daño o amenaza física o emocional y que tiene efectos adversos duraderos en el funcionamiento y el bienestar físico, social, emocional o espiritual del individuo.”¹

PREVALENCIA DEL TRAUMA

Los eventos traumáticos son comunes. La mayoría de los estadounidenses experimentan al menos un trauma en el transcurso de sus vidas.

Aproximadamente la mitad de todos los niños en los Estados Unidos están expuestos a al menos un tipo de trauma antes de cumplir 8 años.

El Consorcio Mundial de Encuestas de Salud Mental (2016) ofreció resultados de 27 países e informó que la exposición al trauma a lo largo de la vida fue superior al 70% para las personas y que el 30,5% de las personas informaron 4 o más experiencias traumáticas.



EJEMPLOS DE TRAUMA

Interpersonal

- Abuso Sexual/Físico
- Accidente automovilístico
- Muerte de un ser querido
- Abuso infantil
- Violencia doméstica
- Trata con fines de explotación sexual/laboural
- “Bullying”

Colectiva

- Homofobia
- Racismo
- Inducidos por el sistema
- Desastres Naturales
- Guerra/Terrorismo
- Tiroteos
- Pandemias
- Desplazamiento/migración

RESPUESTAS AL TRAUMA

- Las respuestas pueden ser emocionales, físicas, cognitivas o conductuales.
- Las respuestas pueden ser inmediatas o diferidas
- Ejemplos:
 - Temor
 - Rabia
 - Pensamientos intrusivos
 - Dificultad para dormir/pesadillas
 - “Flashbacks”
 - Evasión
 - Hiperexcitación

