

Que es el Trauma Infantil?

Centro de Defensa Infantil de Denver



Esta información ha sido extraída de la Red Nacional de Estrés Traumático Infantil – visita www.nctsn.org para más información sobre el trauma infantil.

Qué es un Trauma?

La gente usualmente usa la palabra “trauma” para referirse a un evento traumático. Sin embargo, no todos los eventos peligrosos y aterradores son eventos traumáticos.

Qué es un Evento Traumático?

Un evento traumático es un evento aterrador, peligroso o violento. Un evento puede ser traumático cuando nos exponemos a una amenaza inmediata a nosotros mismos o a un ser querido, a menudo seguida por una lesión o daño serio. Sentimos terror, impotencia, y terror frente a lo que estamos experimentando, y frente a nuestra inhabilidad de pararlo o protegernos a nosotros mismos o a otros de dicho evento.

Muchas veces las personas se sienten mal después de un trauma. Aunque intentamos mantener a nuestros niños a salvo, no por esto dejan de acontecer los eventos peligrosos. Este peligro puede venir de fuera de la familia (tal como un desastre natural, un accidente automovilístico, un tiroteo escolar, o violencia comunitaria) o desde dentro de la familia, tal como una lesión severa, violencia doméstica, abuso sexual o físico, o la muerte inesperada de un ser querido.

Qué es el Estrés Traumático Infantil?

Cuando un niño ha tenido uno o más eventos traumáticos, y tiene reacciones que continúan y afectan su vida diaria mucho después de que los eventos han terminado, le llamamos Estrés Traumático Infantil. Los niños pueden reaccionar poniéndose muy molestos, deprimidos o ansiosos por mucho tiempo. Pueden mostrar cambios en la forma como se comportan, o en sus hábitos alimenticios o en sus hábitos de sueño; tienen dolores y molestias; tienen dificultades en la escuela, problemas relacionándose con otros, o puede que no quieran estar con otros o tomar parte en actividades. Los niños un poco más grandes pueden que usen drogas o alcohol, se porten de manera riesgosa, o se involucren en actividades sexuales no saludables.

Afortunadamente, aun cuando los niños experimentan un evento traumático, no siempre desarrollan estrés traumático. Muchos factores contribuyen a los

síntomas incluyendo si han experimentado un trauma en el pasado o no (ver la sección sobre Entendiendo el Trauma para más información).

Cuáles Experiencias Pueden Ser Traumáticas?

Cuando los niños han estado en situaciones donde han sentido miedo por sus vidas, creído que iban a ser lesionados, que hayan sido testigos de violencia, o que hayan perdido trágicamente un ser querido, puede ser que muestren signos de estrés traumático infantil.

No todos los niños que experimentan un evento traumático desarrollaran síntomas de estrés traumático infantil. La reacción de los niños puede variar dependiendo de su edad, nivel de desarrollo, su historial traumático, y demás factores.

Qué hace probable que mi niño desarrolle estrés traumático infantil después de un evento traumático?

Los eventos de riesgo para desarrollar estrés traumático infantil incluyen:

Severidad del Evento

Qué tan serio fue el evento? Qué tan mal heridos físicamente fueron tus niños o alguien que aman? Fueron ellos o alguien que aman al hospital? Se involucró la policía? Fueron tus niños separados de sus cuidadores? Fueron entrevistados por el director, oficial de la policía, o un consejero? Murió un miembro de la familia o un amigo?

Cantidad de Destrucción Vista/ Distancia del Evento Traumático

Estaban tus niños en el mismo lugar donde el evento ocurrió? Vieron el evento pasar a alguien más o fueron víctimas ellos mismos? Vieron tus niños el evento en la televisión? Escucharon a un ser querido hablar sobre lo que aconteció?

Reacción de los Cuidadores

Creíste que tu niño dijo la verdad? Tomaste las reacciones de tu niño en serio? Respondiste a las necesidades de tus niños? Hiciste tu mejor esfuerzo por proteger a tu niño y hacerlo sentir seguro? Como enfrentaste el evento?

Exposición a más de Un Evento Traumático en el Pasado

En general, los niños que se exponen a un evento traumático son menos probables a desarrollar reacciones de estrés traumáticas. Los niños que están constantemente expuestos a eventos traumáticos son más probables a desarrollar reacciones de estrés traumáticas.

Niños, Familia y Comunidad

La cultura, raza y etnia de los niños, sus familias, y sus comunidades pueden ser un factor protector, o en otras palabras, pueden ayudar a que los niños y sus familias tengan cualidades y/o recursos que ayudan a reducir o eliminar factores de riesgo y los protegen contra daños a largo plazo. Uno de estos factores protectores puede ser la identidad cultural del niño. La cultura usualmente tiene un impacto positivo en como los niños, sus familias y sus comunidades responden, se recuperan, y se sanan después de una experiencia traumática. No obstante, la cultura también puede incrementar el riesgo de un niño de desarrollar síntomas de estrés traumático.