

UNA GUÍA DE RECURSOS PARA CUIDADORES

El impacto del trauma y la evaluación de Ongoing Mental Health (Salud mental constante)



Washington State Department of
CHILDREN, YOUTH & FAMILIES

Suministrada por el Department of Children, Youth, and Families (Departamento de Niños, Jóvenes y Familias) del estado de Washington en asociación con la Health Care Authority (Autoridad de atención médica) del estado de Washington y la Universidad de Washington



¿Qué es el trauma?

El trauma es una reacción emocional o física a un acontecimiento del que un niño es testigo o que experimenta que es aterrador, intenso o perturbador. El trauma puede ser consecuencia de una variedad de situaciones, entre otras:

- Ser testigo de violencia intrafamiliar o en la comunidad
- Perder un ser querido a causa de un accidente o de violencia
- Ser víctima de maltrato o abandono, abuso físico, emocional o sexual
- Desastres naturales

Impacto del trauma

A veces, cuando un niño/joven se expone a una o más experiencias traumáticas durante el curso de su vida desarrolla reacciones que interfieren en su vida cotidiana. Los niños/jóvenes posiblemente piensen en un acontecimiento atemorizante del pasado o lo revivan. Ciertos lugares, objetos, sonidos, olores, palabras o personas pueden actuar como recordatorios o “disparadores” del trauma. Los niños pueden reaccionar de manera diferente al trauma según la edad, pero no todos los niños que experimentan traumas desarrollarán síntomas. Hay factores, como la edad del niño, su nivel de desarrollo y los recursos de apoyo, que pueden afectar el modo en que un niño vive el estrés traumático.

Indicadores de preocupación para todas las edades:

- Tener síntomas depresivos, sentir temor y menos seguridad
- Mostrarse ansioso, triste, enojado, atemorizado o en estado de alerta o distracción extrema
- Demostrar comportamientos rebeldes o riesgosos
- Tener problemas para dormir o pesadillas
- Expresar quejas físicas
- Tener un comportamiento obsesivo o en estado de alerta extrema
- No poder concentrarse o enfocarse o tener una capacidad extrema para hacerlo

Cómo brindar apoyo a los niños

- Conservar las rutinas habituales para las comidas, el sueño, el juego y la escuela
- Pasar tiempo positivo juntos dirigido al niño
- Ser bueno escuchando
- Aportar comentarios de validación y tranquilizadores

CAUSAS DE PREOCUPACIÓN EN EL DESARROLLO

CÓMO BRINDAR APOYO A LOS NIÑOS

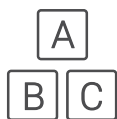


Edades:

Recién nacidos a bebés

- Llanto o tristeza inconsolable
- Sensibilidad a los estímulos (tacto, luz, sonido)
- Dificultades con el apego
- Rango limitado de emoción y poca afectividad
- Imposibilidad para crecer

- Dar consuelo al llanto y la angustia de manera coherente
- Desarrollar una sensación de seguridad
- Ser más receptivo que lo habitual
- Proporcionar objetos que den consuelo para promover la autorregulación (chupetes, muñecos, etc.)



Edades:

Niños pequeños a preescolares

- Llanto regular o difícil de calmar
- Temeroso en exceso
- Revive el trauma durante el juego
- Poca o ninguna reacción cuando una persona familiar se acerca o se va
- Regresa a un nivel de desarrollo anterior

- Proporcionar un entorno previsible manteniendo las rutinas
- Reafirmar la seguridad y la pertenencia
- Ser coherente acerca de las expectativas
- Alentarlos a jugar o hablar sobre sentimientos y pensamientos



Edades:

Preescolar a edad escolar

- Problemas de comportamiento en la escuela
- Agresivo/hostil con los demás
- Temeroso con familiares adultos o demasiado amable con extraños
- Regresa a un nivel de desarrollo anterior

- Alentarlos a jugar o hablar sobre sentimientos y pensamientos
- Dar respuestas simples y realistas a las preguntas
- Definir límites amables, pero firmes, por “exteriorizar el comportamiento”
- Reducir el estímulo de televisión, películas y videojuegos



Edades:

Preadolescente a preadultez

- Sensación de desaliento
- Retraído de amigos y familia
- Comportamiento violento o abusivo
- Más conflictos
- Dificultad para controlar las emociones de forma saludable
- Uso de alcohol o drogas

- Alentarlos a hablar sobre el trauma con un profesional o alguien de confianza
- Responder las preguntas de modo directo
- Fomentar la participación en la rutina
- Establecer límites claros
- Tratar el comportamiento irresponsable

¿Qué es el programa de evaluación Ongoing Mental Health (Salud mental constante, OMH)?

El programa de evaluación OMH se implementó para ampliar la identificación de las necesidades de salud mental y el acceso a los servicios de salud mental adecuados para niños y jóvenes de 3 a 17 años de edad con el objetivo de mejorar el bienestar emocional, la seguridad y la permanencia de los niños en la colocación fuera del hogar. Después de que un niño ha estado en cuidado durante más de 6 meses, los evaluadores de OMH vuelven a administrar las evaluaciones de salud mental usadas en la evaluación CHET inicial. Los resultados de las nuevas evaluaciones se comparten con el cuidador, el joven (según corresponda) y el trabajador del caso. Las evaluaciones que se vuelven a administrar son las siguientes:

- Ages & Stages Questionnaire, Social Emotional, second edition (Ages & Stages Questionnaire: Socioemocional, segunda edición; ASQ-SE2); de 3 años a 71 meses
- Screen for Child Anxiety and Related Emotional Disorder (Escala para trastornos de ansiedad y emocionales relacionados del niño, SCARED); de 7 a 17 años
- Pediatric Symptom Checklist (Lista de verificación de síntomas pediátricos, PSC-17); de 6 a 17 años
- Más 4 preguntas de evaluación relacionadas con el trauma; de 3 a 17 años

¿Qué es la fatiga por compasión?

Cuidar de niños y jóvenes abusados y maltratados puede resultar estresante. Los niños pueden llevar reacciones emocionales y comportamientos que eran sensatos en el pasado al nuevo entorno de cuidado. Las reacciones y los comportamientos pueden ser confusos o desafiantes. En consecuencia, los cuidadores pueden tener dificultades con el trauma secundario y, finalmente, experimentar un agotamiento mental. La mayoría de las personas tienen habilidades de superación que pueden usar cuando el estrés se torna abrumador. Recurrir a las estrategias que funcionaron en el pasado es un buen punto de partida. Es importante recordar que todos necesitan reponerse antes de seguir dando de sí mismos. Hay muchas formas de recuperar el equilibrio cuando este se alteró. Considere estrategias de autocuidado físico, emocional y espiritual. Encuentre formas que sean útiles para usted.

Berliner, L. (2013). Trauma, its impact and becoming a survivor 1-19.

Franks, Robert P. National Child Traumatic Stress Network. (n.d). Claiming Children, Federation of Families for Children's Mental Health, Special Issue on Trauma, otoño de 2003. 5-7

National Child Traumatic Stress Network. (n.d). Recursos para padres y cuidadores Recuperado el 08/06/2014 de www.nctsn.org/resources/audiences/parents-caregivers

National Child Traumatic Stress Network. (n.d). Complex Trauma: Facts for Caregivers; recuperado el 08/11/2014 de www.nctsn.org/sites/default/files/assets/pdfs/complex_trauma_caregivers_final.pdf

Si tiene preguntas sobre el programa OMH, comuníquese con:

SUSAN SCHROEDER

Administradora del programa de evaluación

Susan.Schroeder@dcyf.wa.gov o llame al (360) 603-0759

El DCYF no discrimina y les proporciona igualdad de acceso a sus programas y servicios a todas las personas sin distinción de raza, color, sexo, religión, creencia, estado civil, nacionalidad, orientación sexual, edad, condición de veterano ni por presencia de alguna discapacidad física, sensorial o mental.

Si desea obtener copias gratuitas de esta publicación en un formato o lenguaje alternativo, comuníquese con el DCYF Constituent Relations (Relaciones Constituyentes de DCYF) al 1-800-723-4831 o envíe un correo electrónico a communications@dcyf.wa.gov.

DCYF PUBLICATION CWP_0001 SP (06-2023) Spanish