

Técnicas de prevención secundaria de consecuencias psicológicas postraumáticas ATENCION INMEDIATA Y POST-INMEDIATA

Mexico, 20.10. 2009

Gisela Perren-Klingler, Visp/Suiza
iptsperren@rhone.ch
www.institut-psychotrauma.ch



SALUTOGÉNESIS

Antonovsky

Control, impotencia: lo más posible; decisión; opciones; red social propia;

Capacidad de comprensión, confusión:

Información permanente; explicaciones; personas informadas;

Sentido desesperación: Reconocimiento social, basado en control y comprensión

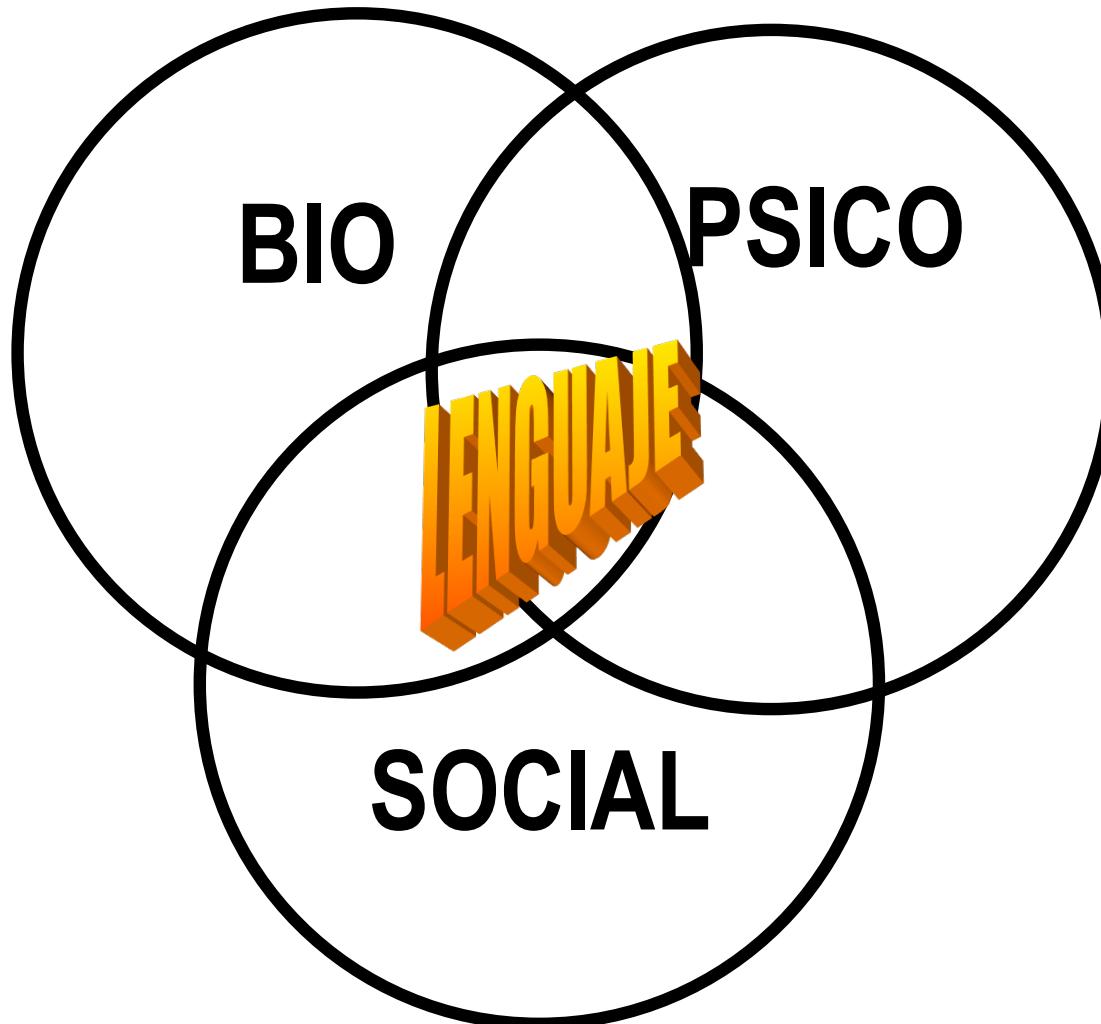
**DSM IV: Trauma = Experiencia de violencia,
fuera de la norma, en la cual la integridad física
y/o psíquica esta agredida, y donde
se vive miedo de morir y/o impotencia total**

DEFINICIÓN EVENTO TRAUMATOGÉNICO

LO IMPENSABLE SE HACE REALIDAD

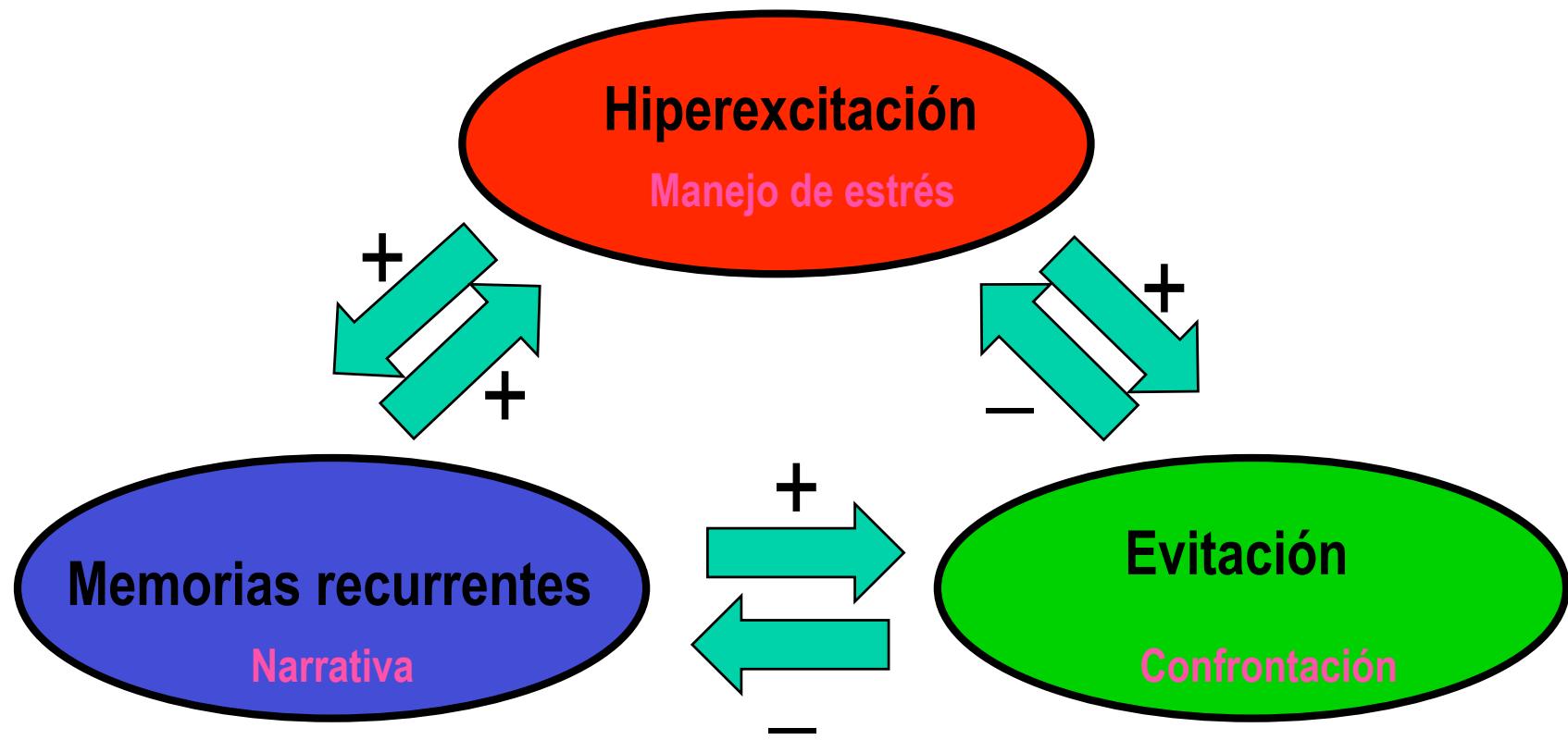
para individuos o para comunidades

Influencia de eventos críticos



REACCIONES post TRAUMÁTICAS específicas

el circulo vicioso



REACCIONES ESPECÍFICAS

el circulo vicioso

Hiperexcitación: Estar hiperactivado, impaciente, desconcentrado, trastornos del sueño.

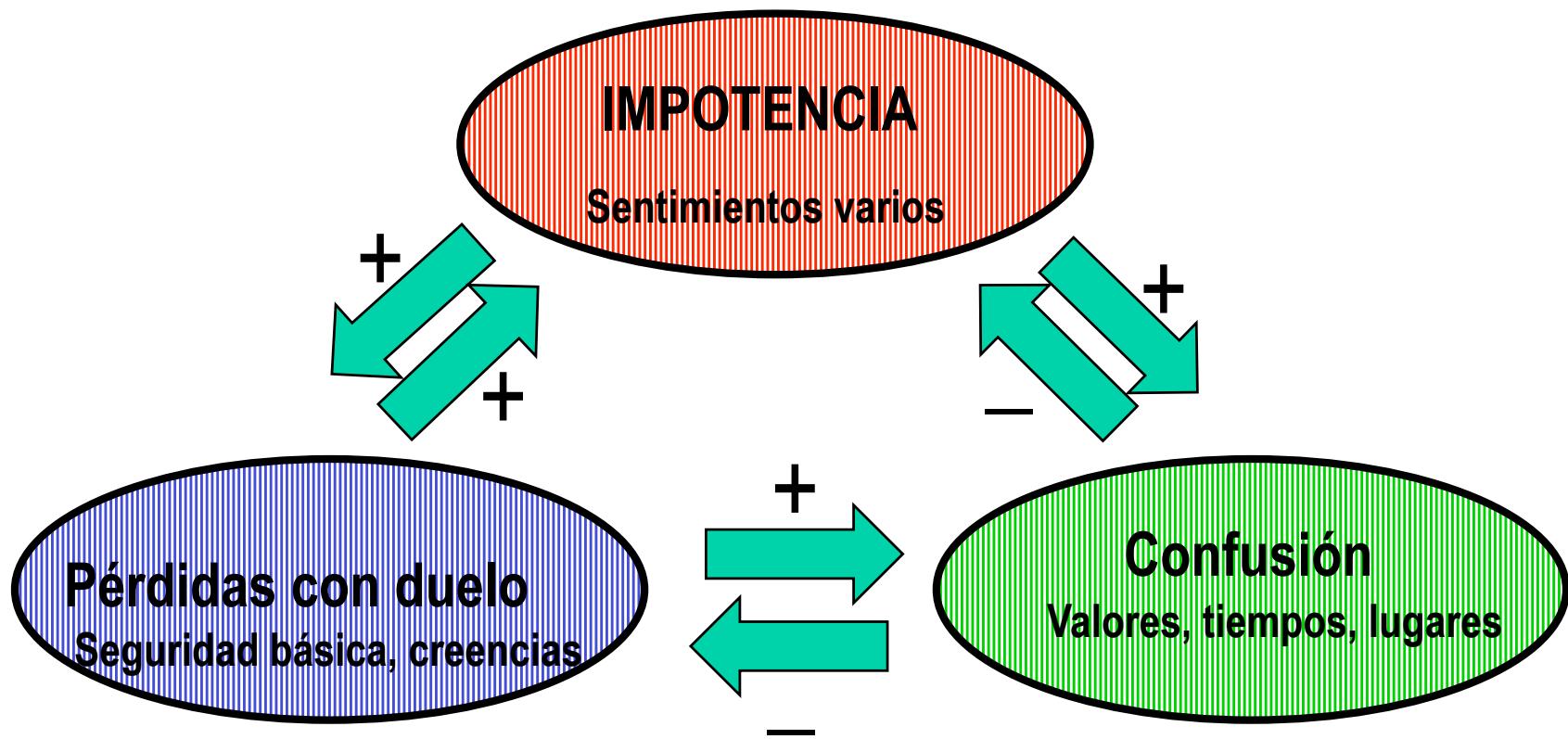
Recuerdos intrusivos recurrentes: Flash Backs, pesadillas, juego traumático, Acting out

Evitación: hacia afuera: Lugares, situaciones, personas (hasta ser fóbico)

hacia el interior: Bloqueo emocional, frialdad emocional

REACCIONES post TRAUMÁTICAS

no-específicas (Mollica)



REACCIONES NO ESPECÍFICAS

Mollica

Impotencia: con todos los sentimientos posibles, rabia, vergüenza, temor, culpabilidad, asco, horror

Pérdidas: Presuposiciones en cuanto a la vida y la seguridad, valores, confianza básica

Confusión: Lugares, tiempo, presuposiciones, valores, reacciones específicas

NIVEL COMPORTAMENTAL

tres grupos de comportamientos	tres respuestas
agitado, agresivo, peleador	presencia verbal, calmar para poder decidir
Immovil, eshoqueado, congelado, disociado	presencia física, sacar atención hacia fuera
lloron, se pega, regresivo:	presencia física, tocar, activar

Las 6 reglas de la intervención:

- **contacto auditivo: hablar a la persona**
- **contacto físico: tocar suave- y firmemente**
- **contacto visual: pedir (exigir) la mirada**
- **escuchar activamente y con interés**
- **hacer respirar**
- **soportar**

TIEMPOS

Durante: reacción aguda de estrés

Inmediatamente después hasta 8 semanas: reacción aguda traumática (Acute Stress Disorder)

Después de 8 semanas: Trastorno por estrés postraumático

Después de varios meses: Trastorno por estrés postraumático crónico

REACCIONES POLIMÓRFICAS Y LABILES

- Difíciles a diagnosticar, porque no la patología, sino la adaptación están en el centro de la observación
- Intuitivamente y eminentemente entendibles
- Provocan un apego mutuo (bonding) automático entre la víctima y el que ayuda

El modelo S T O P

(CR EEUU)

Seguridad

Trasmitir, enseñar (Talk)

Organización

Par

DIFERENTES INTERVENCIONES PRECOCES

Sostén inmediato en el lugar: víctimas directas y familiares (CARE)

Defusing: grupos de intervención: inmediatamente después de la intervención, con debriefing técnico

Debriefing psicológico: como mínimo 72 horas después del evento

si es necesario (falta de red familiar etc.: acompañamiento psicosocial en todo momento crítico

ESTABLECIMIENTO de GRUPOS de SOSTÉN

bomberos

Información

población

psicoeducación

información después de eventos traumatógenicos

buscar voluntarios

firmas de colegas/jefes

buscar organización

formar voluntarios

ayudarlos: supervisión debriefing psicológico formación continua

CONSECUENCIAS para EQUIPOS de APOYO

- Movilización inmediata de muchos para pocos días
- Equipos pertenecientes al entorno/lugar (cultura)
- Acompañantes formados psicotraumatología básica
- Debriefing psicológico grupal para acompañantes

PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS

Días 1 - 3: Equipos de apoyo de pares, hasta que las familias cumplan la función

Día 4 y siguientes: Debriefing psicológico individual o de grupo

Día 61 : Psicoterapia precoz, focalizada y breve

QUÉ ES UN DEBRIEFING PSICOLOGICO?

- **Es una intervención precoz y salutogénica**
- **Es una intervención estructurada de 7 pasos**
- **Contiene tres partes específicas: Cognición, emoción y psicoeducación**

DESARROLLO DE UN DEBRIEFING

