

**Técnicas de prevención secundaria de
consecuencias psicológicas postraumáticas
ATENCIÓN 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

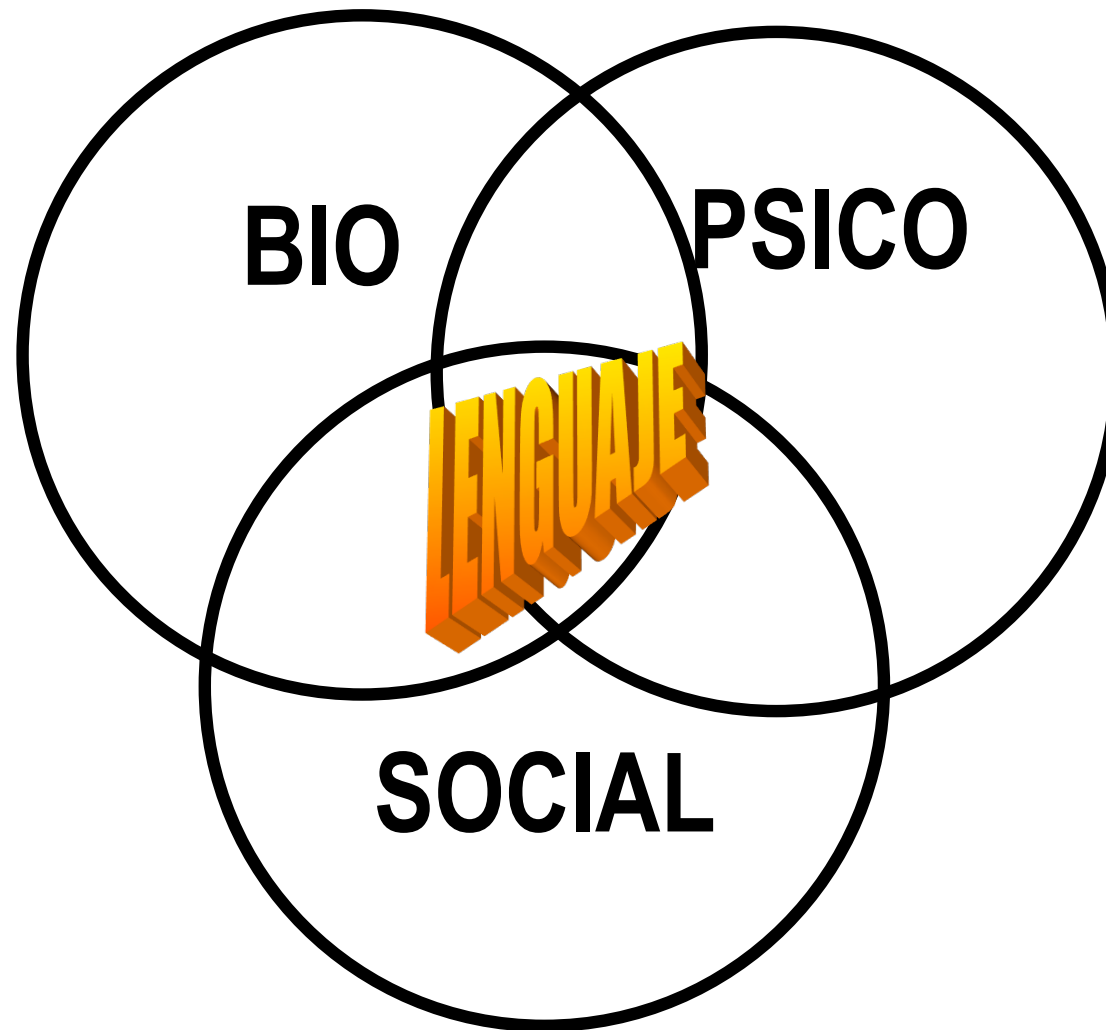
**DSM IV: Trauma = Experiencia de violencia,
fuera de la norma, en la cual la integridad física
y/o psíquica esta agredida, y donde
se vive miedo de morir y/o impotencia total**

DEFINICIÓN EVENTO TRAUMATOGÉNICO

LO IMPENSABLE SE HACE REALIDAD

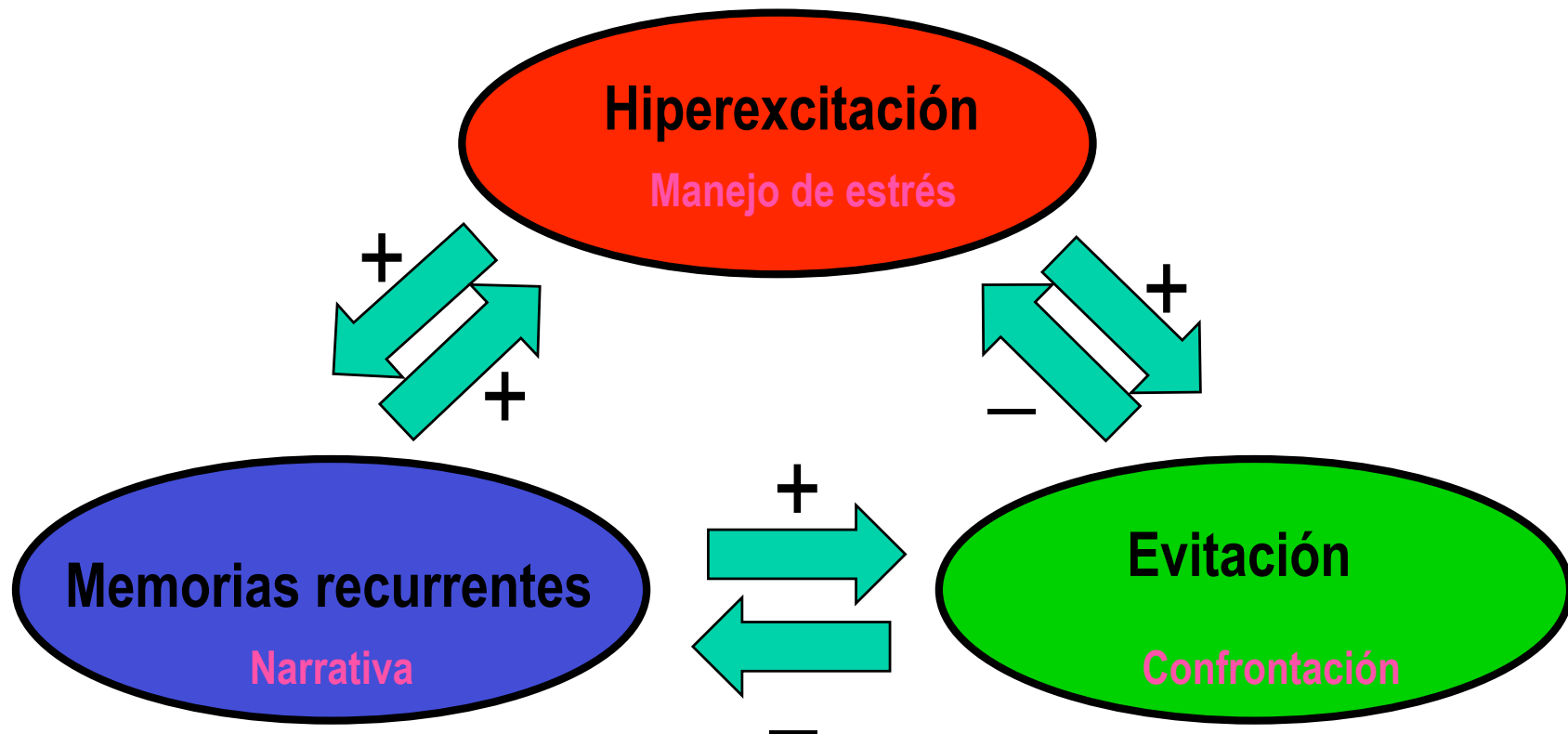
para individuos o para comunidades

Influencia de eventos críticos



REACCIONES post TRAUMÁTICAS específicas

el círculo vicioso



REACCIONES ESPECÍFICAS

el círculo vicioso

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

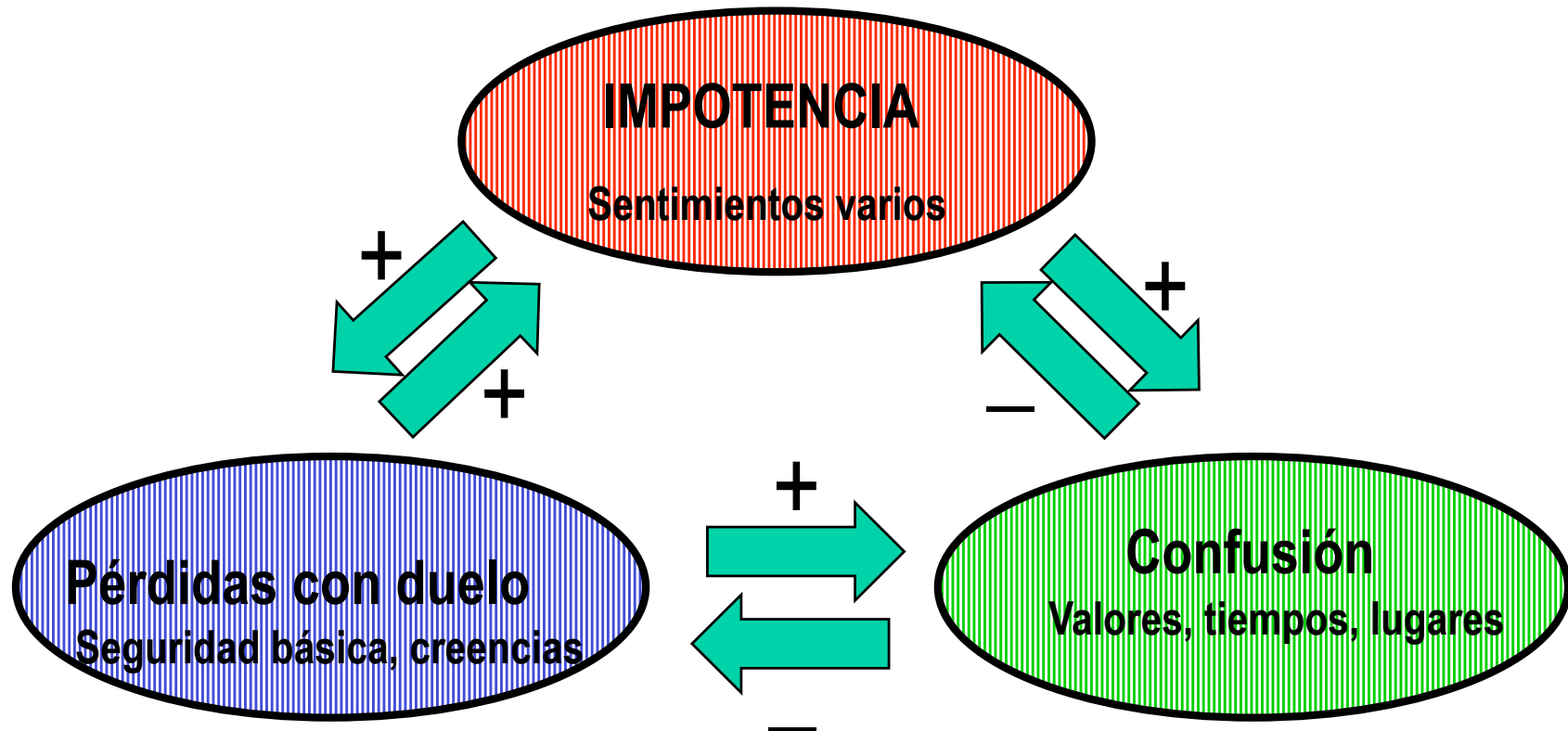
Recuerdos intrusivos recurrentes: Flash Backs, pesadillas, juego traumático, Acting out

Evitación: hacía 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
presencia física,
sacar atención hacia
fuera**

**Immovil, eshoqueado,
congelado, disociado**

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 posttraumático

Después de varios meses: Trastorno por estrés posttraumático 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)

S eguridad

T rasmitir, enseñar (Talk)

O rganización

P ar

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

Información

bomberos

población

psicoeducación

**información después de
eventos traumatógenicos**

buscar voluntarios

firmas de colegas/jefes

buscar organización

formar voluntarios

ayudarlos: supervisión

debriefing psicológico

formación continúa

CONSECUENCIAS para EQUIPOS de APOYO

- **Mobilización 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

