Centro Educativo Jean Piaget

“Aprendemos **y construimos para trascender**”

**Calificación: 9**

**Pregunta de investigación y resumen: 1.75/2**

**Introducción: 1/1**

**Marco Teórico: 2.5/3**

**Discusión y conclusiones: 2.75/3**

**Formato: 1/1**

**Trastorno por estrés postraumático**

Alejandro Manuel Rocha García

Taller de Metodología de la Investigación

Preparatoria 4020

11/05/2019

**Resumen:**

Este trabajo se enfoca en dar a conocer el trastorno de estrés postraumático.

**Índice:**

1. **introducción** 
   1. ~~Objetivo~~
2. ~~General~~
3. ~~Específico~~ 
   1. ~~Justificación~~
4. **Marco teórico** 
   1. Factores de riesgo
   2. Síntomas
5. Reviviscencia
6. Evasión
7. Hipervigilancia y reactividad
8. Cognitivos y de estado de ánimo
   1. Efectos
   2. Flashbacks
9. **Discusión**
10. **Conclusión**
11. **Bibliografía**
12. **Introducción:**

¿Se verán más afectadas las personas dependido de su edad, sexo y localidad?

* 1. Objetivos:
* A. Objetivo General: Encontrar la relación que existe entre el Trastorno de estrés postraumático (TEPT) y los rasgos y condiciones en las que viven los afectados9
* B. Objetivo Específico:
* Los efectos que tiene sobre el individuo que lo padece y los efectos a su alrededor.
* Bajo qué circunstancias se da.
* Regiones con los índices de violencia mas altos del país y relacionarlo con algunos casos investigados y analizar cómo afectan a la sociedad que los rodea.
  1. Justificación:
* El trastorno de estrés postraumático además de afectar la vida del individuo, afecta a las miembros a su alrededor con una serie de comportamientos no benéficos para la sociedad.
* Es una investigación sobre el TEPT, pero enfocada a la relación que tiene con la violencia en México, lo cual es importante porque en México no se le da la importancia que requiere a este problema y servirá para concientizar al lector sobre los efectos de este trastorno y sus repercusiones.
* ¿Cuáles son las implicaciones teóricas y prácticas de este estudio?
* En cuanto a las implicaciones teóricas se investigará a fondo el TEPT, sus efectos e implicaciones para la sociedad. En las implicaciones prácticas se buscarán historias, relatos e individuos que padezcan este trastorno y se entrevistarán con el fin de entender a fondo su aflicción, que tipo de efectos tiene sobre ellos y si el tratamiento que reciben es realmente efectivo.
* Es importante por que demuestra la realidad en la que viven los ciudadanos, reflejando los errores del pasado y haciendo un análisis lógico sobre el contexto en el que se vive.

**2. Marco Teórico**

El temor provoca muchos cambios químicos en el cuerpo en menos de un segundo para responder ante el peligro o para prevenir un peligro. Casi todo el mundo sufrirá un tipo de reacción después de una experiencia traumática o de alta presión, sin embargo, la mayoría de las personas se recuperará de los síntomas de forma natural.

Según una investigación de (Robert J. Ursano, 2005.) entre el 50 a 90% de la población general ha estado expuesta a eventos traumáticos alguna vez en su vida.

“El trastorno por estrés postraumático (TEPT) constituye uno de los trastornos mentales más incapacitantes. El retardo en su diagnóstico y tratamiento dificulta el manejo del paciente y empobrece su pronóstico. El Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT), es un padecimiento que se caracteriza por la aparición de síntomas de intrusión, evitación, e hipervigilancia de larga duración como respuesta a una experiencia traumática (amenaza de muerte, lesiones graves o amenaza a la integridad física de uno mismo o de otras personas)”. (Chapa Koloffon et al., n.d.)

Según (Bados, 2017) el TEPT puede comenzar a cualquier edad, incluso en la infancia. En muestras clínicas la edad media ha sido 21,5 años.

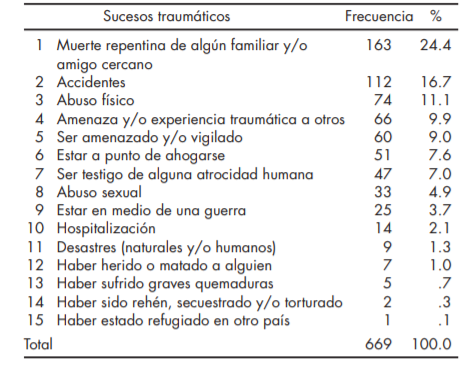
En base a un experimento realizado por (Leal-Morales, Vázquez-Martínez and Cantú-Solís, 2013) con 300 pacientes (53.7% correspondió a mujeres y 46.3% a Hombres), para notar la prevalencia del TEPT en Tamaulipas (Uno de los estados más violentos de la república), se demostró que el 49.68% de las mujeres y 50.36% de los hombres padecen tept.

Los factores productores de estrés más comunes en esta zona fueron: desastres naturales, muerte violenta o repentina de un familiar cercano y violencia intrafamiliar.

En el estado de Tamaulipas se reportaron 9.6 homicidios por cada mil habitantes y también se reportaron 2.4 secuestros con. Además, se registraron 2.6 extorsiones y 64 robos a vehículo por cada mil habitantes. (Medina, 2017) Tamaulipas: reportó 9.6 homicidios por cada mil habitantes y se colocó en el primer lugar en tasa de secuestros con 2.4. Además, registró 2.6 extorsiones y 64 robos a vehículo por cada mil habitantes.

* Tamaulipas: reportó 9.6 homicidios por cada mil habitantes y se colocó en el primer lugar en tasa de secuestros con 2.4. Además, registró 2.6 extorsiones y 64 robos a vehículo por cada mil habitantes.

(Mendoza Mojica et al., 2013) Por otra parte, en una encuesta realizada 4 universidades del Estado de México por participaron 669 jóvenes de ambos sexos con edades de 18 a 25 años, quienes contestaron la escala en su totalidad. El suceso más frecuentemente encontrado fue la experiencia de muerte repentina de algún familiar y/o amigo cercano con un porcentaje del 24.4 %.

(Mendoza Mojica et al., 2013)

Es importante entender que no todo el que pasa por una situación peligrosa tendrá el trastorno por estrés postraumático, muchos se recuperaran rápidamente sin necesidad de algún tipo de terapia. (Robert J. Ursano, 2005.)

Para determinar si algunos factores pueden ser predictores del desarrollo o cronicidad del TEPT, se requieren de estudios longitudinales grandes. Los estudios hasta ahora no permiten determinar la naturaleza de la relación con TETP, es decir, cuando son causa del desarrollo o de la cronicidad. (Córdoba Castañeda et al., 2011)

2.1 Factores de riesgo

(Córdoba Castañeda et al., 2011), (Nimh.nih.gov, 2016)

* Sexo
* Edad en la que se presenta el Trauma
* Escolaridad
* Coeficiente intelectual
* Etnicidad
* Antecedentes personales de historia psiquiátrica
* Reporte de abuso en la niñez o de otros eventos adversos
* Severidad del Trauma
* Apoyo social post-trauma
* Haber pasado por algún suceso peligroso o traumático.
* Haber salido lastimado.
* Ver a personas heridas o muertas.
* Sentir terror, impotencia o miedo extremo.
* Lidiar con un exceso de estrés después de un hecho traumático (la pérdida de un ser querido, lesiones y dolor, perdida del empleo o la vivienda.)
* Tener antecedentes de tener alguna enfermedad mental o consumo de drogas.Los factores de resiliencia son:

(Nimh.nih.gov, 2016)

* Buscar apoyo en otras personas, ya sean amigos o familiares.
* Encontrar un grupo de apoyo después de la experiencia.
* Aprender a sentirse bien con uno mismo por la toma de decisiones durante su enfrentamiento al peligro.
* Tener una estrategia enfrentar o superar el hecho traumático y aprender de él.
* Aprender a ser capaz de actuar y responder de manera eficaz ante el miedo.

Todavía está en investigación la importancia y como afectan los diversos factores de riesgo y resiliencia, y su relación con los aspectos genéticos y neurológicos.

2.2 Síntomas

(Nimh.nih.gov, 2016),(sanjuan-es, 2018)

Un médico experto en enfermedades mentales, como un psiquiatra o un psicólogo, puede diagnosticar el trastorno por estrés postraumático.

Puede variar el tiempo en el que los síntomas aparecen. Para que se considere que se trata de trastorno por estrés postraumático, los síntomas deben durar más de un mes y ser lo suficientemente graves como para interferir con su vida personal o laboral. El curo de la enfermedad varía de una persona a otra, algunas personas se recuperan en seis meses, mientras que otras tienen síntomas que duran mucho más tiempo, En algunos casos el problema se vuelve crónico.

Diagnóstico de TEPT (Por lo menos durante un mes).

* A. Un síntoma de reviviscencia.

Son: Volver a vivir mentalmente el acontecimiento traumático (flashbacks) una y otra vez, incluso con síntomas físicos como palpitaciones o sudoración, Pesadillas y Pensamientos aterradores.

Los síntomas de reviviscencia pueden causar problemas en la rutina diaria de quien los presenta, se pueden generar de los pensamientos y los sentimientos de la propia persona. Palabras, objetos o situaciones que hacen recordar el episodio también pueden desencadenar síntomas de reviviscencia.

* B. Un síntoma de evasión

Son: Mantenerse alejado de los lugares, los acontecimientos o los objetos que traen recuerdos de la experiencia traumática. - Evitar los pensamientos o los sentimientos relacionados con el acontecimiento traumático.

* Estos síntomas pueden hacer que la persona cambie su rutina personal. Por ejemplo, después de un accidente grave de automóvil, alguien que generalmente conduce puede evitar conducir o montarse en un automóvil.
* C. Dos síntomas de hipervigilancia y reactividad.

Son:  Sobresaltarse fácilmente - Sentirse tenso - Tener dificultad para dormir o arrebatos de ira.

Suelen ser constantes, en lugar de ser ocasionados por algo que trae recuerdos de la experiencia traumática. Estos síntomas pueden hacer que la persona se sienta estresada y enojada. También pueden dificultar las tareas diarias, como dormir, comer o concentrarse.

* D. Dos síntomas cognitivos y de estado de ánimo.

Son: Problemas para recordar detalles importantes de la experiencia traumática - Pensamientos negativos sobre uno mismo o el mundo - Sentimientos distorsionados de culpa o remordimiento - Pérdida de interés en las actividades placenteras.

Los síntomas cognitivos y del estado de ánimo pueden comenzar o empeorar después de la experiencia traumática. Estos síntomas pueden hacer que la persona se sienta aislada o distanciada de sus amigos o familiares.

Después de sufrir algún acontecimiento peligroso, es lo más normal sufrir de algunos de estos síntomas. A veces pueden ser muy graves, pero desaparecen después de unas semanas. Esto se conoce como trastorno por estrés agudo. Muy a menudo el trastorno de estrés postraumático viene acompañado de depresión, drogadicción, y uno o más trastornos de ansiedad.

2.3 Efectos

(Nimh.nih.gov, 2016), (Córdoba Castañeda et al., 2011)

Este trastorno hace que el que lo sufre tenga una gran afectación en su vida personal, si no se recibe el tratamiento adecuado. Los efectos afectan su vida, en la gente que los rodea y en su bienestar en general.

Problemas:

* 2.4 Flashbacks
* Pesadillas y dificultad para dormir
* Disminución en la cantidad y la calidad de las relaciones interpersonales
* Dolor crónico
* abuso de sustancias
* Ideas suicidas
* Conductas autolesivas
* Intentos suicidas
* Preocupación, culpa o tristeza
* Pérdida del empleo
* Aislamiento social o retraimiento
* Angustia grave
* Mal desempeño académico
* Fracaso académico
* Soledad
* Afectación del funcionamiento ocupacional
* Desarrollo de otro padecimiento de salud mental
* Discordia familiar
  1. **Discusión** :

Con base a la información obtenida en la investigación podemos observar que el trastorno por estrés postraumático es más común edades cortas con una media de 21.5 años, pero los síntomas pueden afectar a personas de cualquier edad, esto no correspondió con lo que pensaba anteriormente ya que la media representada ya son adultos, además puede afectar a cualquier edad.

Se puede observar que el TEPT si tiene una relación entre la región donde viven los ciudadanos y la facilidad para padecerla, lo cual parecía tener bastante sentido ya que las regiones más violentas tienden a generar más trastorno por estrés postraumático.

Los detonantes de este trastorno pueden variar pero ultimadamente todos afectan al individuo de forma física, mental o emocional.

Actualmente se desconoce la naturaleza del trastorno por estrés postraumático, si se desarrollaron o son longitudinales, también algunas ocasiones el individuo puede sufrir una experiencia traumática pero no reflejar los síntomas y padecer trastorno por estrés postraumático.

* 1. **Conclusión**:

Con base a la investigación se demostró Una correlación entre la región donde se habita y el padecimiento. (Leal-Morales, Vázquez-Martínez and Cantú-Solís, 2013) (García Hernández, 2017) (García Hernández, 2017) (García Hernández, 2017) (García Hernández, 2017) Por otra parte se analizó que no tiene importancia la edad ni el sexo para padecer este trastorno y sus síntomas.

* 1. **Bibliografía**

1. Bados, A. (2017). *TRASTORNO POR ESTRÉS POSTRAUMÁTICO*. [ebook] Barcelona: Universitat de Barcelona, Available at: http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/115725/1/TEPT.pdf
2. Chapa Koloffon, G., Salinas Torres, L., Arceo Valdivia, R. y Ulloa Flores, R. (S.F.). *GUÍA CLÍNICA Diagnóstico y Tratamiento del Trastorno por Estrés Postraumático en Niños y Adolescentes*. MEXICO CITY, p.2. Available at: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/415794/Guia\_Trastorno\_por\_Estres\_Postraumatico.pdf
3. Córdoba Castañeda, A., Galindo Zamitis, P., Hernández Chavez, M., Platas Vargas, E. and Verdusco Fragoso, W. (2011). *Diagnóstico y Manejo del estrés postraumático*. México: División de Excelencia Clínica Coordinación de Unidades Médicas de Alta Especialidad. Available at: http://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/guiasclinicas/515GER.pdf
4. García Hernández, J. (2017). La violencia en Edomex superó en los últimos 5 años. SinEmbargo. Available at: https://www.sinembargo.mx/31-12-2017/3364946.
5. Leal-Morales, E., Vázquez-Martínez, V. and Cantú-Solís, O. (2013). *Prevalencia de estrés postraumático en unidades de medicina familiar de seis ciudades de la frontera México-Estados Unidos de América*. Reynosa. Available at: <https://ac.els-cdn.com/S1405887116301067/1-s2.0-S1405887116301067-main.pdf?_tid=82697e01-2e2a-4c01-b5c1-b9d60123c4da&acdnat=1552090697_2c1ed53e68682fafe8881fde5d396e1c>.
6. Medina-Mora ME, Guilherme Borges, Carmen Lara Muñoz, Corina Benjet, Jerónimo Blanco Jaimes, Clara Fleiz Bautista, Jorge Villatoro Velázquez, Estela Rojas Guiot, Joaquín Zambrano Ruíz, Leticia Casanova Rodas, Sergio Aguilar-Gaxiola. Preevalencia de Trastornos Mentales y uso de Servicios. Resultados de la Encuesta Nacional de Epidemiologia Psiquiátrica en Mexico. Salud Mental 2003.
7. Medina, A. (2017). Los 10 estados más inseguros, según el semáforo delictivo. [online] Forbes México. Available at: https://www.google.com/amp/s/www.forbes.com.mx/los-10-estados-mas-inseguros-segun-semaforo-delictivo/amp/.
8. Nimh.nih.gov. (2016). *NIMH» Trastorno por estrés postraumático*. [online] Available at: https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/trastorno-por-estres-postraumatico/index.shtml
9. Robert J. Ursano, M.D., Chair Carl Bell, M.D, Spencer Eth, M.D. Matthew Friedman, M.D., Ph.D. Ann Norwood, M.D. Betty Pfefferbaum, M.D., J.D. Robert S. Pynoos, M.D. Douglas F. Zatzick, M.D. David M. Benedek, M.D. Consultant. Practice guideline for the treatment of Patients with Acute Stress Disorder and Posttraumatic Stress Disorder, 2005.
10. sanjuan-es. (2018). *Causas y Efectos del Trastorno de Estrs Postraumtico - Hospital San Juan Capestrano*. at: https://www.sanjuancapestrano.com/trastornos/estres-postraumatico/sintomas-efectos/