Centro Educativo Jean Piaget

Aprendemos y Construimos para Aprender

Síndrome de Estrés Postraumático

TMI

Índice

* Introducción……………………………………………2
* Preguntas de Investigación…………………………..2
* Objetivo…………………………………………………2
* Justificación…………………………………………….2
* Marco Teórico………………………………………….3
* Método…………………………………………………..5
* Resultados……………………………………………...5
* Conclusión………………………………………………6
* Bibliografía…………………………………………...….7

Introducción

* Preguntas de Investigación

¿Qué es el Estrés Postraumático?

¿Qué hace y que síntomas tiene?

¿Qué causas te trae el Estrés Postraumático y sus consecuencias?

* Objetivo

Analizar las consecuencia que trajo el sismo del pasado 19 de Septiembre del 2017, y observar si la gente presenta estrés-postraumático.

* Justificación

Quiero realizar este trabajo de investigación para que la gente esté informada de este suceso, ya que ha habido 2 sismos de tal magnitud que han sacudido muy fuerte a nuestra ciudad y quiero saber que tanto le afecto a las personas y si estas tienen un Estrés Postraumático.

También que la gente esté consiente acerca del ~~este~~ estrés para saber tratarlo y cómo hacer para que estas precuelas no le afecten más al individuo, ya que si la gente no conoce las consecuencias de este trauma pues la gente no va a poder superar lo que le trajera estos 2 sismos y lo que les tiraran si hay más de estos.

* Marco Teórico

El síndrome de estrés postraumático es un trastorno psiquiátrico que aparece en personas que han vivido un episodio dramático en su vida (guerra, secuestro, muerte de un familiar etc.).

Y las personas que son afectadas por este trastorno tienen frecuentes pesadillas acerca de los momentos más fuertes que hayan vivido.

Cuando se sufre este trauma el individuo se siente estresado y con temor. Eso afecta a su vida y a la gente que le rodea. Según Benjamín Domínguez (año), académico de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), puede durar hasta 20 años y lo vive el 20% de los afectados.

El trastorno de estrés postraumático le puede afectar a cualquiera, incluso niños.

Es importante que se sea atendido ya que esto causa que e incluso hay quienes repiten escenas traumáticas de manera involuntaria, lo que se conoce como “flashback”.

Y yo con esta investigación quiero investigar acerca de las personas que no sabían que tenían este problema para que ellos tomen en cuenta y no teman el riesgo de acudir al médico lo antes posible.

Síntomas

Los síntomas pueden aparecer inmediatamente después de la experiencia traumática o un tiempo después y prolongarse. En otros casos, pueden aparear nuevos síntomas o agravarse meses o años después del hecho.

Estos son algunos síntomas que te pueden dar:

* Pesadillas
* Pensamientos terroríficos incontrolables
* Sensación de culpa, preocupación o tristeza
* Problemas para conciliar el sueño
* Arrebatos de furia
* Depresión
* Flashbacks
* Soledad
* Depresión

Tratamientos

Existen distintos tratamientos y lo más indicado es que un profesional de la salud mental (psicólogo o psiquiatra) evalúe al paciente y decidan cual es el tratamiento más acorde. La medicación para la ansiedad o la depresión puede ayudar en estos casos. El apoyo familiar y los grupos de apoyo, también suelen ser de gran importancia en estos casos.

Causas

* Guerras
* Catástrofes naturales como tornados, huracanes, incendios, temblores, etc.
* Muerte o enfermedad de un ser querido
* Ser víctima o presenciar violencia
* Accidentes automovilísticos o de avión
* Robo violento o donde hayan heridos o muertos

Prevención

Las consecuencias de esta enfermedad se pueden omitir si el paciente antes de enterarse de esta enfermedad se va con un especialista para que le diga que medicamento o que tratamiento usar, porque para salir de una trama tan difícil como este es necesario ir con alguien ya que si sigues así puede causarte daños mayores.

Lo que trato de demostrar con esta investigación es que la gente se dé cuenta que sepa si tiene Síndrome de Estrés Postraumático comparándolo con el sismo del 19 de Septiembre del 2017 y ver que flashbacks tiene la gente y que piensan cuando les dicen o les muestran imagen o videos acerca de este desastre y cuál es su reacción acerca de este suceso.

* Método

El desarrollo de esta investigación fue realizada a través de una encuesta para saber si las personas tienen o no el Síndrome Post-Traumático, ya que es muy dañino para la salud.

Voy a encuestar a mis amigos del salón y a algunos familiares.

Ellos me contestaran y dependiendo del resultado analizare si tienen o no el Síndrome.

* Resultados

En la encuesta realizada anteriormente pudimos observar que la mayoría y si no todos los entrevistados concluyeron que ellos todavía se acuerdan o les atemoriza el simple hecho de recordarles lo que paso ese día y como se sintieron ya que todos ellos al resolver la encuesta obtuvieron que todos tiene el Síndrome Post-Traumático.

Esa conclusión la saque con las preguntas ya que todos al momento de escuchar sirenas de policías o de ambulancias piensan que es la alerta sísmica, eso significa una cosa.

Que todos sin excepción siguen recordando el suceso lo cual me llego a pensar y a afirmar que todos tienen este síndrome lo cual es necesario que platican con alguien de mucha confianza este tema ya que es de suma importancia.

* Conclusión

Mi conclusión es que las personas encuestadas que vivieron el sismo del 19 de Septiembre del 2017, tiene un trauma acerca de este el cual se le denomina Síndrome Post- Traumático.

Pero esas personas nos son las únicas ya que las encuetadas no perdieron sus casas, su familia, etc. Lo cual me lleva a pensar que las personas que perdieron algo son las más afectadas ya que ese sismo les quito algo de lo cual nunca se les va a olvidar, lo que mis lleva a que la mayoría de la gente de la Ciudad de México tiene este problema.

Este sismo en efecto destrozo a nuestro país más de lo que estaba por eso con este trabajo le quiero decir a la gente que si tiene algunas de las consecuencias anteriormente dichas que vayan con un especialista ya que el daño puede ser mayor y que la verdad lo superen, no digo que sea fácil, pero en verdad México necesita ser más unidos en esos desastres porque si nadie hace nada no nos hubiéramos levantado del primero, ni del segundo ni de los que vendrán.

Por eso digo que con este trabajo la gente debe saber cuidar su salud, leyendo más acerca de lo que les puede pasar, ya que este Síndrome casi nadie lo sabe y la gente no sabe lo que les pasa cuando adquieren dichos subtemas.

Y este trabajo les ayudara a que su problema se les pace y no sufran tanto.

* Bibliografías

<https://www.sanar.org/salud-mental/trastorno-de-estres-postraumatico>

<https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psiquiatricas/sindrome-de-estres-postraumatico.html>