**Enfoques Sensibles al Trauma para el Hogar y la Escuela**

**Video 1 Hoja informativa: Entendiendo el trauma**

¿Qué es el trauma?

El trauma se refiere a experiencias que causan intensas reacciones tanto físicas como psicológicas al stress.

Puede referirse a un solo evento, múltiples eventos o aun conjunto de circunstancias que son física y /o emocional o potencialmente dañinas y dan como resultado efectos adversos durando mucho tiempo en la salud física, social, emocional o espiritual de un individuo.

**Causas y tipos de trauma**

Desastres naturales EN LUGAR DE PREGUNTAR “¿Que pasa contigo? “Se

Abuso sexual debería usar una pregunta más constructiva

Abuso físico “ ¿Que te ha pasado? “

Violencia domestica

Violencia escolar

Negligencia y privación

Trauma al dolor

Accidentes

Lesiones médicas, enfermedades y procedimientos

Perdida de un padre, o cuidador

Exposición a la violencia comunitaria o al terrorismo

**Experiencias Adversas de la Infancia (ACEs)**

El estudio inicial de ACE, realizado por los Centros para el Control de Enfermedades y Kaiser Permanente, Identifico una asociación entre 10 experiencias de maltrato infantil y problemas posteriores con la salud y el bienestar de los adultos. El estudio utiliza la calificación realizada por ACE, un conteo total de la cantidad de experiencias adversas en la infancia reportadas por los encuestados, para evaluar la cantidad total de estrés durante la infancia. En cuanto mayor sea el número de ACE, mayor es el riesgo de sufrir los siguientes problemas más adelante en la vida, como alcoholismo, depresión, múltiples parejas sexuales, intentos de suicidio, tabaquismo y enfermedad hepática entre otros problemas negativos relacionados con salud.

Finalmente, este estudio demostró el vínculo directo entre el trauma infantil y los malos resultados de salud en la edad adulta.

Experiencias Adversas de la Infancia (ACEs) son importantes porque desencadenan la respuesta de lucha, huida o congelación, lo que puede conducir a resultados negativos internalizando las emociones y externalizando comportamientos. Los 10 ACEs definidos por el estudio son:

-Abuso físico

-Abuso sexual

-Abuso verbal

-Negligencia física

-Negligencia emocional

-Perder a un padre por divorcio, separación u otra razón.

-Ser testigo de una madre maltratada

-Un miembro de la familia que esta: Deprimido o diagnosticado con otra enfermedad mental. Adicto al alcohol u otras sustancias.

-En prisión.

**¿Qué es el estrés traumático?** El estrés traumático infantil incluye reacciones ocasionadas al haber sido expuesto a uno o más traumas a lo largo de la vida. Estas reacciones persisten y afectan la vida diaria de un niño incluso después de que los eventos hayan terminado. La experiencia de estrés puede abrumar la capacidad de un niño para hacer frente a las tareas diarias. Las respuestas y los síntomas varían, pero pueden ser más evidentes cuando se le recuerda al niño de alguna manera el evento o eventos traumáticos.

**Tipos de trauma**

Agudo, crónico, complejo, sistémico, inducido por el sistema.

**Signos de trauma**

Las reacciones al trauma pueden incluir una variedad de respuestas, signos o síntomas, entre ellos

-Pérdida de apetito o comer en exceso

-Irritabilidad o ira inexplicables

-Evasión escolar

-Fijación en ciertos eventos

-Problema para concentrarse en proyectos, tareas escolares y conversaciones.

-Regresión o pérdida de habilidades

-Dormir demasiado o muy poco, pesadillas

-Alto nivel de preocupación, problemas con los cambios, o un alto nivel de sentirse inseguro

-Arrebatos de ira, alto nivel de emociones, o mala concentración

-Comportamiento perturbadores, irrespetuoso, descortés, retraído, evasivo, o comportamientos ansiosos

-Síntomas físicos, como dolores y molestias

-Problemas para relacionarse con otros o formar vínculos

-Los niños mayores pueden abusar de las drogas o el alcohol y comportarse de manera riesgosa

**Impacto del trauma en la escuela**

Cuando los niños experimentan traumas y estrés traumático demuestran una forma de pelea, huida o congelación, ellos pueden tener problemas para cumplir las demandas de la escuela. Los maestros y otros miembros del personal de la escuela pueden ver grandes comportamientos actuados. Algunos niños pueden pasar desapercibidos y usar comportamientos evasivos. La respuesta de cada niño al trauma es única. Los educadores deben mirar más allá de los comportamientos para determinar las necesidades del estudiante.