



JEANNETTE RUIZ GOIKOTXETA

Monasterio de la Oliva 9-1º Of. 6 (Edif. telefónica en San Juan)
31011 Pamplona | psicologia@ederki.net | 948 27 13 80

➤ ESTRÉS POSTRAUMÁTICO

La persona ha estado expuesta a un **acontecimiento traumático** en el que ha experimentado, presenciado o le han explicado acontecimientos caracterizados por muertes o amenazas para su integridad física o la de los demás y ha respondido con un temor, una desesperanza o un horror intensos.

El **acontecimiento traumático** es reexperimentado en forma de recuerdos del acontecimiento recurrentes e intrusos en los que se incluyen imágenes, pensamientos o percepciones, sueños de carácter recurrente sobre el acontecimiento, que producen malestar.

La persona actúa o tiene la sensación de que el **acontecimiento traumático** está ocurriendo, también desarrolla malestar psicológico intenso al exponerse a estímulos que simbolizan o recuerdan un aspecto del acontecimiento traumático

Normalmente hay una **evitación** persistente de estímulos asociados al trauma y la persona hace esfuerzos para evitar pensamientos, sentimientos o conversaciones sobre el suceso traumático, esfuerzos para evitar actividades, lugares o personas que motivan recuerdos del trauma.

También demuestra incapacidad para recordar un aspecto importante del trauma, reducción acusada del interés o la participación en actividades significativas y sensación de desapego frente a los demás, restricción de la vida afectiva y sensación de un futuro desolador

Otros síntomas persistentes son: dificultades para conciliar o mantener el sueño, irritabilidad o ataques de ira, dificultades para concentrarse, hipervigilancia y respuestas exageradas de sobresalto.