



Gateway to Hope

Training Program of HHCI

# Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT)

# ¿Qué es el Trastorno de Estrés Postraumático?

- Reacciones psicológicas que pueden desarrollarse después de la exposición a un evento traumático o estresante, como negligencia infantil, abuso físico/sexual, combate, agresión física, agresión sexual, desastre natural, accidente o tortura

# Conozca los síntomas

- **Conductual:** agitación, irritabilidad, hostilidad, autodestrucción o aislamiento social
- **Psicológico:** Recuerdos, miedo, ansiedad severa o desconfianza
- **Humor:** pérdida de interés o placer en las actividades, culpa o soledad
- **Dormir:** insomnio o pesadillas
- **También es común:** Desapego emocional o pensamientos no deseados

# Tratamientos y Terapias

- **Inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina (ISRS):**
  - Bloquea la reabsorción de la serotonina en las células cerebrales
- **Psicoterapia:**
  - Crea un entorno seguro para "exponer" al paciente al miedo y reducir la evitación
- **Terapia de Procesamiento Cognitivo (CPT):**
  - Los pacientes aprenden a comprender el evento traumático y a tomar el control de la angustia