

# Guía de Intervención Multidisciplinar para niños, niñas y adolescentes con Trauma Psicológico

Información, psicoeducación, valoración y  
derivación en Trauma Psicológico

# Índice

1. Introducción	Pág. 3
2. El Trauma Psicológico en la infancia y la adolescencia	Pág. 5
3. Síntomas en niño, niña y adolescente	Pág. 6
4. Recogida de información y detección: pasos a seguir	Pág. 7
5. Información, psicoeducación y valoración	Pág. 8
6. Intervención	Pág. 8
7. Referencias bibliográficas	Pág. 9
8. Autoría	Pág. 10

# 1. Introducción

La exposición a hechos estresantes está demostrando tener un papel fundamental en el origen de numerosas psicopatologías, especialmente si cuenta con factores psicosociales y de vulnerabilidad genética, como enuncia la 'Teoría del Origen Multifactorial de los Trastornos mentales' (Rutter, 2009).

Estas experiencias estresantes pueden darse a lo largo de toda la vida, no obstante, esta guía se centrará en el periodo de la infancia y adolescencia, definiendo qué es trauma complejo en este periodo de la vida, sus efectos en el desarrollo de la persona, los síntomas que pueden desarrollarse, la valoración y la intervención en niños, niñas y adolescentes con experiencias traumáticas.

De acuerdo con el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, versión 5 (American Psychiatric Association, 2013), en adelante DSM 5, el malestar psicológico derivado de una exposición a un evento traumático o estresante es variable y heterogéneo, en función de parámetros como las condiciones específicas del hecho estresante, el momento particular en el que ocurre, la edad a la que ocurre, el ambiente cultural y social, la fase evolutiva, la cronicidad, la predictibilidad, y otras variables (Labrador y Alonso, 2007). Estos hechos estresantes pueden derivar en experiencias traumáticas con mayor o menor grado de complejidad, generando una serie de consecuencias psicológicas, médicas y sociales.

El trauma complejo en la infancia está relacionado con la exposición a múltiples eventos traumáticos crónicos que generan estrés emocional y consecuencias físicas y somáticas en los primeros años de vida, como por ejemplo malos tratos, negligencia, violencia familiar, enfermedades, etc. El trauma complejo se deriva de la exposición a factores de estrés graves, repetitivos y prolongados, que suceden durante los periodos críticos de evolución del niño o niña y suelen dar como resultado mecanismos disfuncionales de regulación en el plano cognitivo, conductual y emocional (Burgermeister, 2007; Soler, 2008). La negligencia social o ausencia de cuidados adecuados en la infancia son considerados eventos traumáticos o estresantes que pueden derivar en diagnósticos de trastornos de apego según el DSM 5 (APA, 2013).

Las experiencias traumáticas pueden afectar, como vemos, al desarrollo de los niños y niñas a todos los niveles: médico, psicológico y social.

Algunos estudios demuestran que los niños y niñas que han vivido múltiples eventos traumáticos presentan problemas de adaptación y funcionamiento social, dificultades en las relaciones interpersonales, baja autoestima e inseguridad (Flynn, Cicchetti y Rogosch, 2014; Pereda, 2009; Young y Widom, 2014). Además, suelen experimentar un número mayor de emociones negativas y carecer de creencias positivas de sí mismos (Sanmartín, 2011; Shenk, Putnam y Noll, 2013).

A nivel cerebral sabemos que las estructuras responsables de regular las emociones, la memoria y el comportamiento se desarrollan rápidamente en los primeros años de vida y son muy sensibles al daño causado por los efectos del estrés emocional o físico, incluyendo la negligencia (Van der Kolk, 2002; Van der Kolk, 2003). En niños y niñas con experiencias de negligencia social temprana también pueden darse retrasos en distintas áreas del desarrollo como la cognición y el lenguaje (APA, 2013). Algunas de estas estructuras se han demostrado con técnicas de neuroimagen más contraídas en las personas supervivientes de abuso y maltrato grave y continuado, así como una actividad cerebral irregular (Bergherr, Bremner, Southwick, Charney y Krystal, 1997; Southwick et al., 1999).

El sistema hipotálamo-hipofiso-suprarrenal también se encuentra alterado (Serra,2003); las personas que han experimentado trauma a menudo tienen niveles anormales de hormonas de estrés (Carpenter, Shattuck, Tyrka, Geraciotti, y Price, 2011) y las partes del cerebro responsables de manejar el estrés pueden no funcionar tan bien como en las personas que no han sido expuestas al trauma, provocando dificultades en el ámbito psicosocial, emocional, relacional y fisiológico (Soler, 2008). Además, se sabe que el estrés crónico modifica la plasticidad del hipocampo, las funciones cognitivas y la neurogénesis (Sauro et al., 2008).

Los diferentes estudios científicos indican que las personas que han padecido trauma psicológico en la infancia son más proclives a desarrollar trastornos mentales y problemas conductuales en la etapa adulta. Las adversidades en la infancia se asocian al 44% de las psicopatologías con inicio en el desarrollo y al 32% en las personas adultas con un inicio tardío (Green et al., 2010). También, las adversidades en el periodo de la infancia están asociadas al consumo de sustancias, otras dependencias y al sufrimiento en la adultez de numerosos trastornos psicológicos como pueden serlos relacionados con el estado de ánimo, la ansiedad, el estrés postraumáticos, la disociación y otros (Agorastos, et al., 2014; Van Nierop et al., 2015). De acuerdo con el DSM 5 (APA, 2013), los síntomas relacionados con la ansiedad y el miedo son una característica clínica típica en aquellas personas que han experimentado experiencias traumáticas o estresantes, así como los síntomas anhedónicos y disfóricos, exteriorizados como síntomas de enfado y hostilidad o síntomas disociativos.

La memoria es un aspecto fundamental de la salud y la patología (Shapiro, 1995, 2001). Cuando los niños o niñas sufren malos tratos, negligencia, abusos, enfermedades, hospitalizaciones o diferentes estresores, estas experiencias dejan huella en el cerebro en forma de redes neuronales disfuncionales y desadaptativas (Solomon y Heide, 2005). La memoria es una parte fundamental en la re-experimentación de los eventos traumáticos; dichos recuerdos están formados por elementos sensoriales, emocionales y fisiológicos; y pueden generar gran angustia y activación (DSM 5, APA, 2013). Esto quiere decir que, el daño psicológico y emocional se almacena en el cerebro, como una memoria desconectada, si no se ha resuelto adecuadamente en el momento del suceso, comprometiendo el desarrollo psicológico y emocional futuro (Shapiro, 2009). Por ello, la intervención temprana es de vital importancia.

Las heridas y los traumas psicológicos tempranos (también relacionales o de apego) previos al desarrollo de las estructuras cerebrales que integran y almacenan esa información, como el hipocampo, se mantendrán en un nivel inconsciente. Los síntomas posteriores están relacionados con la dificultad de procesar la información de un cerebro inmaduro, porque las experiencias han ocurrido con anterioridad al desarrollo de dichas estructuras cerebrales (18-24 meses), o bien porque el trauma ha desregulado el sistema, inhibiendo el funcionamiento adecuado de dichas estructuras (Cozolino, 2011; Levin, Lazrove y van der Kolk, 1999; Siegel, 1999).

## 2. El Trauma Psicológico en la infancia y la adolescencia

Lejos de intentar hacer un listado exhaustivo, en la **Tabla 1. 'Posibles circunstancias asociadas a secuelas traumáticas'** exponemos determinadas circunstancias que, con mayor probabilidad, dejan secuelas traumáticas en los niños y niñas que las atraviesan:

<b>Familia</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dinámica familiar disfuncional/ violencia familiar (negligencia, exigencia, aislamiento, abusos físicos, psicológicos, y sexuales)</li><li>• Enfermedad propia o de un familiar cercano</li><li>• Muerte de algún miembro de la familia</li><li>• Patologías mentales de algún miembro de la familia</li><li>• Trauma temprano de los progenitores</li><li>• Divorcio</li><li>• Proceso de adopción o acogimiento familiar o residencial</li></ul>
<b>Escuela</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Maltrato</li><li>• Negligencia</li><li>• Acoso</li><li>• Bullying</li><li>• Violencia escolar</li></ul>
<b>Deporte</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Deporte de alta competición</li><li>• Abuso físico, psicológico y mental dentro del contexto deportivo</li><li>• Violencia deportiva</li></ul>
<b>Accidentes y enfermedades</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Accidente propio o de familiares</li><li>• Tratamiento médico propio o de algún familiar</li><li>• Ingresos hospitalarios</li><li>• Negligencia médica</li></ul>
<b>Migración involuntaria</b>	Venir de un país por motivos ajenos a la voluntad (países en guerra, trata de seres humanos, extrema pobreza)

### 3. Síntomas en niño, niña o adolescente

El trauma psicológico y emocional no es, a priori, algo visible al entorno familiar y social del niño, niña o adolescente, pero sí lo son sus consecuencias, a corto, medio o largo plazo. Una característica de estos síntomas es que pueden presentarse en el momento del evento o eventos traumáticos o varios años después, lo que dificulta la asociación de la sintomatología y de los sucesos estresantes. En la **Tabla 2. 'Listado de posibles síntomas que pueden presentar'** detallamos un listado de algunos síntomas que pueden presentar los niños y niñas con el objetivo de facilitar la detección por parte de su entorno cercano para su posterior actuación:

<b>Síntomas Cognitivos</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Alteraciones en la atención y concentración</li><li>• Creencias negativas sobre sí mismo, los otros o el mundo</li><li>• Hipervigilancia</li><li>• Baja flexibilidad cognitiva</li><li>• Baja tolerancia a la frustración</li><li>• Retraso en la adquisición del lenguaje</li><li>• Problemas académicos / retrasos significativos</li><li>• Exceso de responsabilidad</li></ul>
<b>Síntomas Conductuales</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Conductas de riesgo o amorales</li><li>• Promiscuidad sexual</li><li>• Enuresis / encopresis</li><li>• Impulsividad</li><li>• Agresividad</li><li>• Juegos repetitivos relacionados con la temática</li><li>• Conducta autodestructiva</li><li>• Adicciones (pantallas, drogas, alcohol, etc.)</li><li>• Tics</li><li>• Tartamudez</li></ul>
<b>Síntomas Fisiológicos y Psicosomáticos</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Alteraciones del sueño</li><li>• Pesadillas</li><li>• Irritabilidad</li><li>• Alteraciones de la conducta alimentaria</li><li>• Problemas digestivos</li><li>• Problemas en la piel</li><li>• Dolor de cabeza</li></ul>
<b>Síntomas Emocionales</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Baja autoestima</li><li>• Bajo rendimiento</li><li>• Timidez</li><li>• Inseguridad</li><li>• Arrebatos de ira / furia</li><li>• Sentimientos de culpa y/o vergüenza</li><li>• Depresión y ansiedad</li><li>• Riesgo de suicidio</li></ul>

## 4. Recogida de información y detección: pasos a seguir

Un niño, niña o adolescente con experiencia de traumas sin integrar, presenta una sintomatología que no es fácilmente resuelta por los procedimientos de intervención habitualmente eficaces en otros casos aparentemente similares, teniendo una duración o manifestación virulenta preocupante para el entorno. Por ello, es necesario:

1. Desarrollar una indagación exhaustiva en diferentes ámbitos de la vida de este, ya que puede no ser evidente el impacto que diferentes circunstancias biográficas, potencialmente traumática, han tenido en la génesis y mantenimiento del síntoma.

2. Recoger información sobre los síntomas presentes en el niño, niña o adolescente desde la concepción, hasta el momento. Para ello, es necesario ponerse en contacto con otros entornos en los que interactúa:

- Entorno Familiar: familia nuclear y familia extensa, tales como primos, tíos, abuelos.
- Entorno Educativo: todos los profesores que tienen contacto con el niño, personal del comedor, profesores de actividades extraescolares.
- Entorno Judicial: recopilar información acerca de si presenta o no antecedentes penales, problemas con la autoridad, delitos menores.
- Entorno Sanitario: historia clínica del paciente, patologías físicas y psicológicas.
- Entorno Social: amigos, redes sociales (tanto virtuales como reales).
- Entorno Deportivo y de Ocio: deportes que realiza, profesores, compañeros.

3. Detectar a qué circunstancias experienciales ha estado expuesta la persona (punto 2 de este documento, página 5)

## 5. Información, psicoeducación y valoración

En la mayoría de los casos, el entorno más cercano desconoce que los síntomas que presenta el niño o niña puedan estar relacionados con algún evento traumático anterior. Brindar al contexto relacional más próximo información sobre el trauma y sus consecuencias, cómo afecta al desarrollo cognitivo, emocional y fisiológico especialmente en la infancia, nos ayudará a que dichas áreas sean parte integral en la mejora de la sintomatología, y que el tratamiento tenga mayor probabilidad de éxito. La información y la psicoeducación es esencial, ya que ese niño o niña por sí mismo no va a poder hacer una reflexión y modificación de sus circunstancias sin ayuda de las personas adultas de las que depende y de las que necesita su ayuda para la integración y reparación. El sistema en su conjunto debe dar respuesta a las necesidades que han sufrido experiencias traumáticas, los entornos a considerar y que deberían actuar desde el conocimiento de lo qué es y supone el impacto de vivencias traumáticas para obrar en consecuencia:

- Entorno familiar
- Entorno educativo
- Entorno judicial
- Entorno sanitario
- Entorno social
- Entorno deportivo

Es preciso señalar que para recabar información e intervenir requiere el consentimiento informado de ambos progenitores, en los casos de no ser así y si el interés superior de un niño o niña así lo requiriera sería un juez o jueza quién debería dar la autorización.

La valoración de la situación del niño o niña deriva del análisis de situaciones vividas, el contexto familiar y social en que se desarrolla y la sintomatología presentada.

El objetivo y fin último es sensibilizar al entorno, ser capaces de detectar el problema a tiempo para poder intervenir para evitar la re-traumatización, la re-victimización, la cronificación y el empeoramiento de los síntomas, así como las consecuencias en el presente y futuro por no recibir el tipo de ayuda especializada que necesita.

## 6. Intervención

Una vez identificadas las áreas problemáticas, las fortalezas y los recursos disponibles, la intervención se centra en trazar un plan de tratamiento personalizado. Aquí, es pertinente que el niño, niña o adolescente pueda contar con terapia psicológica específicamente cualificada en trauma, de cara a mejorar la sintomatología y con ello su calidad de vida. Entendemos que las situaciones expresadas en esta guía deberían ser abordadas por personas profesionales de la psicología clínica y personas profesionales sanitarias conformación específica en apego, trauma y disociación además de experiencia en trastornos relacionados con trauma y factores de estrés (DSM 5, APA, 2013) como el trastorno de apego reactivo, el trastorno de relación social desinhibida, trastorno de estrés postraumático, trastorno de estrés agudo y trastorno de adaptación. Sin olvidar la necesidad de un conocimiento profundo de la psicología del desarrollo para poder adaptarse al estado madurativo del niño o niña y no tanto a la edad cronológica dadas las características específicas de esta población.

En la intervención se tendrá en cuenta no solo al niño, niña o adolescente sino también al grupo familiar o entorno afectivo y relacional con las indicaciones que sean preceptivas en cada caso.



## 7. Referencias bibliográficas

- Agorastos A., Pittman J.O., Angkaw A.C., Nievergelt C.M., Hansen C.J., Aversa L.H., Parisi S.A., Barkauskas D.A., Marine Resiliency Study Team y Baker D.G. 'The cumulative effect of different childhood trauma types on self-reported symptoms of adult male depression and PTSD, substance abuse and health-related quality of life in a large active-duty military cohort'. *Journal of Psychiatric Research* 58, 46-54.
- Arlington V.A. 'Diagnostic and statistical manual of mental disorders' (5th ed. / 2013). American Psychiatric Association (A.P.A.).
- Bergherr T., Bremner J.D., Southwick S.M., Charney D.S. y Krystal J.H. 'Neurobiological perspectives on trauma and aging' (1997). *Journal of Geriatric Psychiatry*.
- Burgermeister D. 'Childhood adversity: a review of measurement instruments' (2007). *Journal of Nursing Measurement*, 15(3), 163.
- Carpenter L.L., Shattuck T.T., Tyrka A.R., Geraciotti T.D. y Price L. H. 'Effect of childhood physical abuse on cortisol stress response' (2011). *Psychopharmacology* 214(1), 367-375.
- Cozolino L. 'The neuroscience of relationships' (2011). New York: Norton.
- Ertem I.O., Leventhal J.M. y Dobbs S. 'Intergenerational continuity of child physical abuse: How good is the evidence?' (2000). *The Lancet* 356 (9232), 814-819.
- Flynn M., Cicchetti D. y Rogosch F. 'The prospective contribution of childhood maltreatment to low self-worth, low relationship quality, and symptomatology across adolescence: A developmental-organizational perspective' (2014). *Developmental Psychology* 50(9), 2165.
- Green J.G., McLaughlin K.A., Berglund P.A., Gruber M.J., Sampson N.A., Zaslavsky A.M. y Kessler R.C. 'Childhood adversities and adult psychiatric disorders in the national comorbidity survey replication I: associations with first onset of DSM-IV disorders' (2010). *Archives of general psychiatry* 67(2), 113-123.
- Labrador F. J. y Alonso E. 'Eficacia a corto plazo de un programa de intervención para el trastorno de estrés postraumático en mujeres mexicanas víctimas de violencia doméstica' (2007). *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica* 12(2), 117-130.
- Levin P., Lazrove S. y Van der Kolk B. 'What psychological testing and neuroimaging tell us about the treatment of posttraumatic stress disorder by eye movement desensitization and reprocessing' (1999). *Journal of Anxiety Disorders* 13(1-2), 159-172.
- Rutter M. 'Understanding and testing risk mechanisms for mental disorders' (2009). *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 50(1-2), 44-52.
- Pereda N. 'Consecuencias psicológicas iniciales del abuso sexual infantil' (2009). *Papeles del Psicólogo* 30 (2), 3-13.
- Sanmartín J. 'Maltrato Infantil en la familia de España' (2011). Madrid: Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad.

- Sauro C.L., Ravaldi C., Cabras P.L., Faravelli C. y Ricca V. 'Stress, hypothalamic-pituitary-adrenal axis and eating disorders' (2008). *Neuropsychobiology* 57(3), 95-115.
- Serra A.V. 'O Trastorno de estrés pós-traumático' (2003). Coimbra: Universidade de Coimbra.
- Shapiro F. 'EMDR: Basic principles, protocols and procedures' (1995). New York: Guilford.
- Shapiro F. 'Eye movement desensitization and reprocessing (EMDR): Basic principles, protocols, and procedures' (2001). Guilford Press.
- Shapiro F. 'EMDR treatment of recent trauma' (2009). *Journal of EMDR Practice and Research* 3(3), 141-151.
- Shenk C.E., Putnam F.W. y Noll J. G. 'Predicting the accuracy of facial affect recognition: the interaction of child maltreatment and intellectual functioning' (2013). *Journal of experimental child psychology* 114(2), 229-242.
- Siegel D.J. 'The developing mind' (Vol. 296, 1999). New York: Guilford Press.
- Soler C.L. 'Las reacciones postraumáticas en la infancia y adolescencia maltratada: el trauma complejo' (2008). *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica* 13(3), 159-174.
- Solomon E.P. y Heide K. M. 'The biology of trauma: Implications for treatment' (2005). *Journal of interpersonal violence* 20(1), 51-60.
- Southwick S.M., Bremner J.D., Rasmusson A., Morgan III C.A., Arnsten A. y Charney D.S. 'Role of norepinephrine in the pathophysiology and treatment of posttraumatic stress disorder' (1999). *Biological Psychiatry* 46(9), 1192-1204.
- Van der Kolk B.A. 'The assessment and treatment of complex PTSD' (2002). *Treating trauma survivors with PTSD* 127, 156.
- Van der Kolk B.A. 'The neurobiology of childhood trauma and abuse' (2003). *Child and adolescent psychiatric clinics of North America* 12(2), 293-318.
- Van Nierop M., Viechtbauer W., Gunther N., van Zelst C., de Graaf R., Ten Have, van Dorsselaer S., Bak M., Genetic Risk, Outcome of Psychosis investigators y van Winkel R. 'Childhood trauma is associated with a specific admixture of affective, anxiety, and psychosis symptoms cutting across traditional diagnostic boundaries' (2015). *Psychological Medicine* 45(6), 1277-1288.
- Young J.C. y Widom C.S. 'Long-term effects of child abuse and neglect on emotion processing in adulthood' (2014). *Child Abuse & Neglect* 38(8), 1369-1381.

## 8. Autoría

Guía elaborada por el Grupo de Trabajo de Trauma y EMDR del Colegio Profesional de Psicología de Aragón en colaboración con grupos de trauma de otros Colegios Profesionales de España, con la idea de poder ayudar a profesionales en la detección del Trauma en la Infancia y Adolescencia.