

## Promover servicios de sensibilidad al trauma

Una vez que usted entiende cómo el trauma puede afectar a un niño, a menudo el siguiente paso es procurar servicios terapéuticos y apoyo general para ayudar con las conductas o los síntomas.

Muchas familias se sorprenden al enterarse de que no todos los terapeutas han recibido capacitación específica sobre la forma como el trauma afecta a los niños. Cada vez que usted busca a un especialista para ofrecer atención, es su responsabilidad hacer preguntas sobre los antecedentes y experiencia del profesional, y de lo que espera de ese tratamiento. Un buen terapeuta agradecerá que usted esté lo suficientemente interesado como para hacer esas preguntas y dedicará el tiempo necesario a responderlas. Recuerde que nunca está de más entrevistar a más de un profesional antes de decidir cuál será el más apropiado para su familia.

Las siguientes preguntas pueden ser útiles para los padres a la hora de determinar si el terapeuta es el que mejor se ajusta a sus necesidades específicas.

### **1. ¿Ofrece terapia específica o sensible al trauma? En caso de que lo haga, ¿cómo determina si el niño necesita terapia específica al trauma?**

El terapeuta debe describir un proceso de evaluación que:

- Abarque una detallada historia social del niño, incluyendo todos los tipos de trauma a que se haya visto expuesto (agudo, crónico, y complejo).
- Busque opiniones de padres/proveedores de cuidados y otras personas que conozcan al niño.
- Sea empleado para determinar el plan de tratamiento.

### **2. ¿Cuán familiarizado está usted con modelos de tratamientos basados en evidencias, diseñados y comprobados para tratar síntomas relacionados con trauma en los niños?**

Los investigadores constantemente evalúan tratamientos para encontrar los que dan mejores resultados. Los terapeutas que usan tratamientos basados en investigación científica emplean los que se conocen como “tratamientos basados en evidencias”.

Cuando se les hace esta pregunta, los terapeutas deben mencionar un nombre específico de tratamiento. En el sitio del National Child Traumatic Stress Network ([www.NCTSN.org](http://www.NCTSN.org)) hay una lista actualizada de modelos de tratamientos para trauma infantil basados en evidencias.

### **3. ¿Cómo encara la terapia con niños traumatizados y sus familias? ¿Cuáles son los componentes de su enfoque de tratamiento?**

Haga estas preguntas tanto a aquellos terapeutas que indiquen que usan modelos basados en evidencias, como a los que dicen estar capacitados para tratar el estrés traumático infantil. Pídales también que describan un curso típico de tratamiento.

Los terapeutas deben describir enfoques que incorporen algunos de los siguientes elementos:

- Forjar una relación firme entre los terapeutas, el niño, y sus proveedores de cuidados.
- Ayudar al niño y a los proveedores de cuidados a entender las reacciones normales al trauma.
- Enseñar a los padres técnicas que pueden usar para ayudar al niño.
- Ayudar al niño a identificar, expresar, y manejar las emociones relacionadas con el trauma.
- Enseñar ejercicios de relajamiento.
- Ayudar al niño a entender que lo que le sucedió no fue su culpa y que no es responsable de ello.
- Ayudar al niño a aprender a hablar de lo que le sucedió sin que le resulte abrumador.
- Exponer gradualmente a los niños a los recuerdos y a los sentimientos traumáticos para que puedan controlar sus reacciones.
- Capacitar en cuanto a seguridad personal.
- Forjar resistencia y hacer que el niño y la familia puedan sentirse esperanzados en cuanto al futuro.

## Tenga presente que:

- **La terapia debe incluir a los padres y a otros proveedores de cuidados.** Si bien los adolescentes tienen derecho a la privacidad en cuanto a lo que traten con sus terapeutas, un niño de 3 años nunca debería participar en terapias sin un proveedor de cuidados a su lado. Aun en el caso de un adolescente, él pasa 50 minutos por semana con un terapeuta aprendiendo destrezas, pero es a menudo el proveedor de cuidados quien actúa como entrenador y ayuda al joven a practicar el uso de esas destrezas por el resto de la semana. Si el padre no es incluido en el proceso de la terapia, o si no está aprendiendo las mismas cosas que aprende el niño, el valor de la terapia será muy limitado.
- **El medicamento solo no es terapia.** Si bien se recetan muchos medicamentos a niños que sufrieron trauma, los medicamentos por sí solos a menudo solamente tratan los síntomas. Pregunte a los terapeutas por qué recetan medicamentos específicos, qué función cumplen, y cómo determinan si las conductas están o no relacionadas con el trauma. Si tiene dudas, investigue.

- **¡La terapia no es un estilo de vida!** Si usted procurara atención por un dolor de pecho crónico, esperaríamos que el médico hiciera algunos exámenes, determinara cuál es el problema, y recomendara un tratamiento. Si el tratamiento diera resultado, usted esperaríamos que, con el tiempo, el dolor decreciera. Si eso no sucediera, esperaríamos que el médico reevaluara su situación y recomendara un tratamiento mejor. Lamentablemente, algunos niños en terapia tienen la experiencia opuesta —no llegan a sentirse mejor pero en vez de buscar un profesional o un tratamiento diferente, siguen en esa situación por años. Así como no aceptaríamos ese tipo de atención médica para un niño con dolores físicos, tampoco deberíamos aceptarla para casos de salud conductual. Si bien a menudo no hay una solución inmediata o mágica, los tratamientos para sanar el trauma no tienen como fin durar para siempre.
- **Los niños que reciben atención pueden tener desafíos particulares.** Cuando busque atención para su niño quizá le sea útil hallar un terapeuta que esté familiarizado con los desafíos particulares a los que se enfrentan las familias temporales, las parientes, y las adoptivas. Además, deben estar dispuestos a trabajar con las familias biológicas y con proveedores de cuidados, según sea apropiado.

## Este material suplementario fue adaptado de:

---

Resources for Parents and Caregivers bajo la sección (Trauma Treatment) creada por la National Child Traumatic Stress Network (<http://nctsn.org/resources/audiences/parents-caregivers>) abierta en junio de 2016.

“Putting it Together: Working with Providers Who Deliver Trauma-Informed Care” parte de Child Welfare Trauma Training Toolkit: Comprehensive Guide, 2a edición. 2008. Páginas 35-38. Creada por la National Child Traumatic Stress Network ([http://nctsn.org/nctsn\\_assets/pdfs/CWT3\\_CompGuide.pdf](http://nctsn.org/nctsn_assets/pdfs/CWT3_CompGuide.pdf)).