



## BOLETÍN INFORMATIVO

Algunas personas desarrollan trastorno de estrés postraumático después de haber experimentado un hecho impactante, aterrador o peligroso. Así lo dio a conocer la Dra. María Rosa Hernández Miranda, Médica Psiquiatra de la Clínica Psiquiátrica "Dr. Everardo Neumann Peña".

Es natural sentir miedo durante y después de una situación traumática. El temor forma parte de la respuesta normal de lucha o huida del cuerpo, que nos ayuda a evitar o a responder ante un posible peligro. Después de un acontecimiento traumático, algunas personas pueden experimentar una variedad de reacciones, pero con el transcurso del tiempo la mayoría superará los síntomas. Aquéllas personas que continúan experimentando síntomas se les puede diagnosticar trastorno por estrés postraumático.

Cualquier persona puede tener trastorno por estrés postraumático a cualquier edad. Esto incluye a personas que han experimentado o presenciado una agresión física o sexual, maltratos, un accidente, una catástrofe, un ataque directo u otros hechos graves. Las personas con este trastorno pueden sentirse estresadas o asustadas, incluso cuando ya no corren peligro.

La Dra. María Rosa Hernández Miranda comentó que no todas las personas con estrés postraumático han pasado por un hecho peligroso. En algunos casos, con solo saber que un familiar o amigo cercano experimentó un acontecimiento traumático, se puede desencadenar este trastorno.

Aproximadamente 7 u 8 de cada 100 personas experimentarán este trastorno en algún momento de su vida. Las mujeres son más propensas que los hombres a desarrollarlo. Ciertos aspectos del acontecimiento traumático y algunos factores biológicos como los genes, pueden hacer que algunas personas sean más susceptibles a presentar este trastorno.

Por lo general, los síntomas del estrés postraumático comienzan dentro de los tres meses posteriores al incidente traumático, pero a veces surgen más tarde. Para cumplir con los criterios del trastorno por estrés postraumático, los síntomas deben durar más de un mes y deben ser lo suficientemente graves como para interferir en aspectos de la vida diaria, como las relaciones personales o laborales. Los síntomas tampoco deben estar relacionados con el uso de medicamentos o consumo concomitante de sustancias.

En lo que va del año en la Clínica Psiquiátrica se han detectado 102 casos relacionados con el trastorno por estrés postraumático.

El curso de la enfermedad varía y aunque algunas personas se recuperan en seis meses, otras tienen síntomas que duran un año o más. A menudo, las personas con este trastorno tienen afecciones concurrentes, como depresión, trastorno por uso de sustancias o uno o más trastornos de ansiedad.



## BOLETÍN INFORMATIVO

Después de haber tenido una experiencia peligrosa, es natural tener algunos síntomas o incluso sentirse disociados con la experiencia, es decir, como si estuviera observando las cosas en lugar de estar viviéndolas. Los profesionales en salud mental, como un psiquiatra, un psicólogo o un trabajador social clínico, que tenga experiencia en ayudar a las personas con enfermedades mentales pueden determinar si los síntomas cumplen con los criterios de este trastorno.

Finalmente, se invita a toda la población a buscar ayuda profesional al teléfono (444) 100-92-50 y 100-92-61 para citas o bien acudir directamente a la Clínica Psiquiátrica "Dr. Everardo Neumann Peña", ubicada en Carretera a Matehuala Km. 8.5, Soledad de Graciano Sánchez, S.L.P., los 365 días del año, las 24 horas del día por el área de urgencias, finalizó.