

TRASTORNO POR ESTRÉS POSTRAUMÁTICO

Congreso Estudiantil de Medicina de la Universidad de Sonora: Neurociencias – Septiembre 2019

Ponente: *Dr. Jaime Orozco-Ibarra*

Redactó: : *Alesandra León-Duarte*

Hablar de estrés postraumático pareciera ser algo sencillo, sin embargo, se torna complejo al tomar en consideración que cualquier situación puede llegar a generarnos una experiencia desagradable que termine por desencadenar este trastorno.

Si bien la depresión es el trastorno mental más incapacitante a nivel mundial, no necesariamente es el más frecuente. Según la Encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiátrica (ENEP), los trastornos de ansiedad son los más prevalentes, afectando del 5% al 7% de la población mexicana. Aunque el porcentaje de prevalencia del trastorno por estrés postraumático no es tan elevado, ha ido incrementando por diversas razones. Cada día se presentan más situaciones desagradables que van contra la voluntad de cada persona, siendo su presentación más frecuentemente en mujeres con antecedente de abuso sexual.

La ansiedad como tal es un mecanismo biológico favorable para la vida, que permite al individuo prepararse para enfrentar un peligro inminente. Si se logra dar un manejo adecuado, puede ayudar a focalizar alternativas, organizarse, realizar una introspección y pensar lo que es más conveniente para uno mismo. En conjunto con la presión, puede llegar a deformar y cambiar a las personas transformándose en una mejor versión de sí mismas.

En el estrés patológico, las personas ya no son capaces de manejar las situaciones que se les presentan; haciendo que tengan una mirada en túnel, viendo todo oscuro, deformando su ser y generando finalmente una disfunción. Se manifiesta como una regla tres de tres: preocupación por el futuro, pensando constantemente en qué pasará después; malestar físico y una sensación de sentirse superado. Además, existe una conducta de apatía, angustia y aislamiento social, una somatización de la incapacidad de relajación y la presentación de mecanismos de evasión, causando que esta enfermedad tenga la capacidad de llegar a ser incapacitante.

Mientras que los trastornos fóbicos, son un miedo irracional a algo no necesariamente amenazante, el trastorno por estrés postraumático causa una angustia secundaria a un evento generalmente desagradable para todos, como un secuestro, maltrato, abuso o asalto; sin embargo, la percepción del trauma

por parte de la víctima juega un papel importante en el surgimiento del trastorno. Estos individuos presentan aislamiento, una racionalización alterada como mecanismo de defensa y una falta de espontaneidad, frescura y libertad, provocándoles una sensación de encarcelamiento dentro de sí mismos y dolor emocional por la conciencia de pérdida de oportunidades. La exposición del paciente con TEPT a una situación que le parezca similar, lo puede llevar a un ataque de pánico secundario por asociación a trauma. En éste, todos los síntomas de ansiedad, junto con su expresión física se amplifican, dando como resultado una sensación de pérdida de razón total.

El tratamiento correcto consiste en una combinación de psicoterapia y el uso de medicamentos para una resiliencia bioquímica, haciendo funcionar al organismo. La elección de medicamentos depende del proceso y evolución del padecimiento; además, es realmente significativo valorar el tiempo de uso del fármaco y su vida útil para asegurar que el tratamiento sea el adecuado. Si lo que se quiere es disminuir la ansiedad en un paciente con este trastorno, y se le indica una benzodiacepina, cuya capacidad es principalmente miorrelajante, la ansiedad seguirá ahí.

Es necesario reconocer que el desencadenamiento del trastorno por estrés postraumático no depende de la dimensión de intensidad del trauma, sino del manejo interno que el paciente le dé y su campo bioquímico. Por esto, es necesario que el psiquiatra valore la complejidad del caso para brindarle al paciente el apoyo y entendimiento que requiere, en conjunto con la farmacoterapia y cambiar así su calidad de vida.



Figura 1. Violencia contra la mujer

