

INTERVENCIÓN

Cuándo buscar ayuda

Cuando síntomas como la depresión y la ansiedad, o reacciones postraumáticas, como evadir cosas que le recuerden el trauma que sufrió, agitarse excesivamente y revivir el evento traumático, persisten sin mejorar o empeoran, el tratamiento psicológico puede ser de ayuda. Otra manera de saber si se necesita tratamiento es cuando los síntomas interfieren en el funcionamiento en el hogar, el trabajo, la escuela o la comunidad. Lo mejor es buscar para el tratamiento a un profesional de salud mental entrenado en el tratamiento de traumas basado en la evidencia. Los pediatras, médicos de atención primaria, consejeros escolares, proveedores de servicios y otros profesionales que ayudan en la comunidad pueden referirlo a profesionales de salud mental.

Cómo buscar el tipo de tratamiento adecuado



No existe un tratamiento único que sirva por igual para todas las personas que han sufrido un abuso o una agresión. Un terapeuta puede usar una serie de estrategias para ayudar a la víctima, y distintas estrategias pueden ser más o menos útiles para las distintas personas. Es importante que el terapeuta conozca las evidencias de las investigaciones de los tratamientos que, según ha quedado demostrado, ayudan mejor a las personas que han sufrido un trauma. Lo más importante que hay que tener en mente es que el tratamiento puede ayudar y que la recuperación es posible. Con un tratamiento de buena calidad, muchos se recuperan completamente de los trastornos psicológicos que surgen después de un abuso o una agresión.

En el pasado se cuestionó el beneficio del tratamiento psicológico en personas diagnosticadas con trastornos del espectro autista (ASD, por sus siglas en inglés). Sin embargo, actualmente tiene amplio reconocimiento que las personas con trastornos del espectro autista pueden beneficiarse de un tratamiento psicológico adaptado a sus necesidades particulares, aun cuando no se comuniquen verbalmente. Para localizar a una persona preparada para brindar tratamiento a un paciente con autismo que ha sufrido un trauma hay que buscar a un proveedor de tratamiento que haya recibido capacitación tanto en el tratamiento de traumas como en el área de los trastornos del espectro autista y las discapacidades de desarrollo. Es importante que se planteen preguntas como:

- ¿Se siente cómodo trabajando con personas a las que se les ha diagnosticado un trastorno del espectro autista?
- ¿Qué entrenamiento tiene en el área de los trastornos del espectro autista?
- ¿Se siente cómodo tratando a personas que han sufrido abuso y agresión sexual?
- ¿Qué opciones de tratamientos basados en evidencia ofrece a personas que han sufrido un abuso o una agresión sexual?



Un buen terapeuta no tendrá problemas en responder sinceramente estas preguntas.

www.paautism.org/BeSafe

INTERVENCIÓN

Centros de ayuda

Muchas comunidades tienen Centros de Defensa del Niño (CAC, por sus siglas en inglés) que ofrecen apoyo y servicios coordinados para víctimas de abuso infantil.

Para ver una lista de los Centros acreditados de Defensa del Niño, estado por estado, visite el sitio web de la Alianza Nacional de Niños,

<http://www.nationalchildrensalliance.org/>, o llame al 202-548-0090.

Puede contactar a la Red Nacional contra la Violación, el Abuso y el Incesto (RAINN) llamando al 1-800-656-HOPE www.rainn.org pedir ayuda para encontrar apoyo en su área. RAINN trabaja en colaboración con más de 1.000 proveedores locales de servicios para víctimas de agresiones sexuales en todo el país y desarrolla programas para prevenir la violencia sexual, ayudar a los supervivientes y asegurarse de que los agresores sean juzgados.

Recursos locales

PARA ADULTOS:

Servicios de Protección de Adultos de Pensilvania
1-800-490-8505 para reportar sospechas de abuso

Otros recursos del Departamento de Servicios Humanos de Pensilvania:

<http://www.dhs.pa.gov/citizens/reportabuse/dhsadultprotectiveservices/>

PARA NIÑOS:

Pennsylvania Childline 1-800-932-0313 para reportar sospechas de abuso

Directorio de Servicios de la Oficina de Niños, Jóvenes y Familias:

http://www.keepkidssafe.pa.gov/cs/groups/webcontent/documents/document/c_260653.pdf

PARA TODOS:

Coalición de Pensilvania contra la Violación:

<http://www.pcar.org/help-pa/locations>

www.paautism.org/BeSafe