

Abuso doméstico y trauma

El trauma es común en casos de abuso doméstico. También es común cuando una persona tiene problemas vinculados con la salud mental, las drogas o el alcohol. Si todos estos factores se presentan al mismo tiempo, es posible que la situación sobrepase a quien la sufre. El trauma puede afectar tanto a niños como a adultos.

El trauma puede derivar de un evento puntual o de eventos que se repiten durante un período determinado. Las causas del trauma vinculado con el abuso doméstico pueden ser:

- Abuso físico o sexual
- Abuso emocional o mental
- Abandono
- Aislamiento
- Privación de la libertad o de la capacidad para elegir
- Privación de alimentos o medicamentos
- Consumo forzado de drogas o alcohol
- Ser testigo de abusos

El trauma afecta a las personas de distintas maneras. Para enfrentarlo, hay quienes recurren al consumo de drogas o alcohol. Esta no es una manera segura de lidiar con el trauma. Una persona puede perder su casa o empleo, ya que el trauma reduce la capacidad de trabajo. Los eventos traumáticos pueden causar problemas de salud urgentes como enfermedades, hematomas, fracturas o quemaduras. Los problemas de salud mental o física derivados del trauma pueden ser duraderos. Entre ellos se pueden incluir:

- Diabetes
- Problemas estomacales o cardíacos
- Pensamientos suicidas
- Inanición
- Desórdenes alimentarios
- Depresión
- Ansiedad
- Paranoia
- TEPT
- Conductas sexuales riesgosas

Estos efectos del trauma pueden durar toda la vida. Con la asistencia adecuada, los efectos del trauma pueden reducirse o durar poco tiempo. La carga de lidiar con el trauma no debe recaer exclusivamente en la víctima. El causante del trauma también debe buscar ayuda y alejarse de la persona a la que está lastimando.

Para encontrar el programa contra el abuso doméstico más cercano en su zona, visite <http://pcadv.org> y haga clic en *Find Help* (Buscar ayuda) o bien utilice el mapa que aparece en la página principal.

Comuníquese con la Línea Telefónica Nacional de Ayuda Contra la Violencia Doméstica al 1-800-799-SAFE (7233).

Para teléfonos con TTY: 1-800-787-3224.