



Trastornos Psicológicos en Niños Abusados Sexualmente

A través de este estudio se explicará lo que sucede con los niños que están cerca de nosotros y que han sido abusados sexualmente, la idea es tratar de dar herramientas útiles a ustedes para que puedan ayudar de una forma mejor y con mayor responsabilidad a éstos niños que han sido víctimas y que son completamente inocentes.

Comentaré una anécdota, que presencié en uno de los hospitales del país.

“En aquella ocasión estábamos hablando con una mujer que tenía alrededor de 30 años de edad, que había sido abusada sexualmente en la niñez y adolescencia.

En el momento en el que se le estaba entrevistando para que ella recordara y describiera la manera en que había sido abusada sexualmente, su rostro, sus fases empezaron a cambiar; de pronto se empezó a ver una palidez en su rostro, se empezó a poner sudorosa, a tener una respiración agitada y su frecuencia cardiaca empezó a aumentar.

Se hizo un silencio y nosotros esperábamos escuchar el relato de lo que había sucedido en aquella época, pero la mujer no podía hablar, estaba en una especie de estado de ánimo muy difícil, donde las palabras no podían salir, tampoco lloraba, pero pareciera que no estaba con nosotros, que estaba en un lugar diferente recordando aquellas circunstancias que le provocaban cambios fisiológicos, cambios que podíamos determinar por medio de una exploración física sencilla, pero que definitivamente ella no podía dejar aún lado.

No pudimos escuchar el relato de los acontecimientos porque no pudo hablar; su estado general empezó a deteriorarse en el momento en el que fue cuestionada y nos dimos cuenta que ella no podía platicar aquello por el solo hecho que en ese momento lo recordó y le trajo tal vivencia que no pudo compartir esa desagradable experiencia con nosotros”.

A esto se le conoce hoy en día como: “El trastorno por estrés postraumático”, es un trastorno que cada día se va reconociendo más en la comunidad médica, y que tiene serias repercusiones en el comportamiento de aquellos que han sido víctimas del abuso sexual.

¿CÓMO SURGE EL TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO?

Unos años atrás se empezaron a definir los efectos psicológicos de aquellas personas que habían estado expuestas o que habían participado, ya sea en forma directa o indirecta como testigos de un evento traumático, esto se empezó a estudiar con aquellas personas que habían estado en la guerra, principalmente los soldados, ellos cuando regresaban a su país después de la guerra, después de estos eventos tan traumáticos y que muchos de ellos describen como horribles empezaban a tener un comportamiento que de alguna manera los diferenciaba de los demás y era un comportamiento que se podía observar en todos aquellos que habían sido víctimas, o bien habían sido testigos o habían experimentado un tipo de trauma severo.

Este comportamiento se empezó a delimitar, a estudiar y recibió otro tipo de nombres, hasta que finalmente tomó forma y se le denominó *el trastorno por estrés postraumático*.

La característica esencial de este trastorno es que:

Se desarrollan síntomas característicos después de la exposición a una experiencia traumática extrema y que por lo general esta experiencia está muy relacionada con una amenaza hacia la vida o hacia una lesión seria o grave; en otras palabras, si esto que se observó inicialmente en los soldados, lo podemos trasladar a los niños, entonces entendemos que el trastorno por estrés postraumático se puede presentar de la misma manera en aquellos que han experimentado la guerra, como en aquellos que han sido abusados sexualmente.



Los libros de psiquiatría modernos determinan que el trastorno por estrés postraumático se puede presentar casi a cualquier edad, incluyendo las edades tempranas de la vida, esto es: los niños que han sido testigos o que han sido víctimas de un trauma severo, como lo es el abuso sexual, pueden desarrollar estos síntomas característicos como: el temor, la culpabilidad, la frustración, el enojo, la soledad y todos aquellos síntomas y emociones que acompañan a un abuso sexual.

Una sintomatología muy particular de un trastorno que también se observa en aquellos que han sido víctimas del abuso sexual, es un comportamiento bien definido y muy característico de responder hacia los recuerdos y los pensamientos de estas vivencias traumáticas, como el caso del inicio de la mujer de 30 años de edad, que el solo hecho de recordar el incidente que había sucedido algunas décadas atrás le provocó toda una serie de manifestaciones fisiológicas y físicas determinadas en medio de una exploración física sencilla, completamente anormales.

CONSECUENCIAS POR FALTA DE INTERVENCIÓN MÉDICA PROFESIONAL

El desconocimiento del trastorno por estrés postraumático, la nula o la falta de intervención médica profesional en una circunstancia como esta, puede tener repercusiones serias, severas y muchas veces no hay forma de volver atrás.

Repercusiones que si no son tratadas a tiempo, pueden tener consecuencias tan graves que pueden poner en riesgo la vida de la persona.

Testimonio de un niño abusado es el siguiente:

Un joven fue abusado sexualmente en forma repetida durante la niñez, alrededor de los 9 ó 10 años, pero que desafortunadamente para él los padres se tardaron muchos años en darse cuenta que esto estaba aconteciendo, para cuando los padres reconocieron el problema e intentaron formas de tratamiento, el problema había llegado a tal grado que las repercusiones eran notorias, quizás se dieron cuenta no tanto por el comportamiento, sino por lo que empezaron a observar en la escuela algunos de sus profesores.

El tiempo que se tardaron en tomar una posición terapéutica, y de tratar el problema, fue tan importante que no hubo manera de regresar al estado en el que se encontraba antes del abuso sexual, en otras palabras, los efectos del abuso y la falta de tratamiento aquí condicionaron secuelas, daños irreparables, que a pesar del tratamiento y de la intervención, no pudieron recuperar el estado de salud al abuso sexual.

Es muy importante que conozcamos este trastorno de

estrés postraumático, porque en el encontramos que hay posibilidades de tratamiento, posibilidades de éxito terapéutico, cuando hay una intervención oportuna, médica y profesional.

CRITERIOS PARA DIAGNOSTICAR UN TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO

1. La persona haya experimentado o sido testigo, o bien confrontado con un evento puso en riesgo su vida o dañado seriamente, o bien, una amenaza física contra su integridad, pero aunado a este evento como puede ser el caso de un abuso sexual, tuvo que haber sentimientos de temor, horror, de desesperanza, de que no había forma de ayudarlos y sentimientos que acompañan en forma fuerte a esta experiencia, en otras palabras, el primer criterio que observamos es todo aquello que se experimenta durante la circunstancia adversa.

El abuso sexual es característicamente un evento traumático que representa fielmente estas dos características que involucran: un miedo intenso, una sensación de falta de ayuda y de horror.

En los niños, a veces se expresa este trauma con ideas desorganizadas o bien, con un comportamiento agitado o alterado. Una vez que se ha experimentado el abuso sexual, vamos a encontrar una serie de síntomas que se presentan aunados a esta experiencia, durante un periodo de 3 meses posterior al evento, es reexperimentado en forma persistente por aquellos que han sido víctimas del abuso sexual.

2. La persona reexperimenta o vuelve a sentir la misma experiencia que le produjo el trauma, por ejemplo: la persona puede tener pensamientos, percepciones o imágenes de aquello que sucedió, en otras palabras se presentan en forma recurrente y no concientemente, esto es, la persona no esta pensando en aquella situación, sino que de pronto le viene la idea, de pronto le regresa aquella imagen, de pronto empieza a tener una percepción o una sensación de aquello que le sucedió y esto vuelve a provocar los sentimientos que habíamos descrito anteriormente como el horror o el miedo.

El trauma puede ser llevado al juego y ahí encontramos niños que están jugando con aquél evento traumático, como pudiera ser: “el niño que toma dos carritos e insistentemente los está chocando porque él presencié un accidente automovilístico o aquéllos niños que quieren jugar a los juegos sexuales, cuando realmente fueron abusados sexualmente”.

Cuantas veces hemos visto, madres de familia que han encontrado a sus hijos con juguetes sexuales no propios para la edad y que no es más que una imagen de lo que el

niño vivió con un adulto.

Un caso de esto es el siguiente:

Un niño de 7 años de edad jugaba con su hermanito tener un relación sexual de tipo homosexual, la madre sin saberlo entra al baño y se da cuenta de la situación, y lo primero que pregunta ella es: “¿quien te lo enseñó?”.

Evidentemente un niño de 7 años tuvo que haber aprendido esta situación, esto solamente nos refleja el trauma que el niño había vivido, lo estaba reexperimentando en una forma de juego repetitiva, pero no podemos descartar que estaba provocando intenso miedo, horror, como lo había experimentado cuando fue abusado por una persona mayor que él en este caso y desgraciadamente un familiar cercano.

FORMAS DE REEXPERIMENTAR EVENTOS TRAUMÁTICOS

a. *Los sueños*, que en ocasiones son experiencias tan fuertes que parecen reales y a veces tenemos la misma sensación en el sueño como en la vida real. En el trastorno por estrés postraumático las personas llegan a reexperimentar aquél trauma por medio de los sueños, de hecho en los niños, estos sueños pueden ser pesadillas, o sueños con monstruos, o con aquello que el niño verdaderamente teme, por ejemplo; las serpientes.

Lo importante es ver que estas re-experimentaciones provocan el mismo estado como si se estuviera en el evento, en otras palabras, imagínese la condición de estos niños que no solamente sufrieron el trauma de haber sido abusados sexualmente, sino que lo siguen reexperimentando y viviendo en una forma dramática.

b. *Las emociones*, esto es, pueden ser momentos tan difíciles como las alucinaciones o aquello que se conoce como episodios de flash back, es decir, la persona regresa al pasado y de pronto despierta y esta en esa situación, son ideas y pensamientos que pueden llegar a una persona y que le despiertan nuevamente la sensación de la experiencia desagradable que vivieron.

c. *El estrés psicológico*, es cuando hay símbolos o circunstancias similares a las que se encontraron en el momento de la violación como: un olor, quizás el perfume que utilizó el abusador sexual y cuando el niño o el joven pasa por algún lugar donde huele de la misma manera, la persona vuelve a reexperimentar aquella sensación, alguna textura, una imagen, le vuelve el pensamiento, le vuelve la idea y está viviendo en la misma circunstancia que le provocó el trauma, esto provoca un estrés psicológico,

una reactividad a aquello que le simboliza o le recuerda la experiencia traumática.

Entonces estamos hablando de una persona que no solamente recibió la agresión en el momento del trauma, sino que la sigue reexperimentando.

OTRO CRITERIO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO

La persona que ha tenido esta experiencia o esta vivencia, va a tratar de evitar en forma persistente aquellos estímulos que están asociados con el trauma y evitarlos.

Características para evitar estímulos asociados con el trauma

1. La persona hace grandes esfuerzos para evitar los pensamientos, las sensaciones o las conversaciones que la persona determina como relacionadas con el trauma, esto es: la persona en forma persistente quiere evitar los pensamientos y las sensaciones, no quiere hablar del tema, no quiere ni siquiera pensar en él y trata de alguna forma de desviar la atención cuando hay circunstancias o eventos que le quieren traer a la memoria ese evento o aquellas situaciones que están íntimamente relacionadas con el trauma.
2. Evitará aquellas actividades, lugares o personas que despiertan el recordatorio del trauma, en otras palabras, aquellos que han sido identificados como personas, lugares o actividades que están relacionados con el evento que ellos padecieron lo va a tratar de evitar a toda costa y van a tener esfuerzos importantes para no relacionarse con ellos.
3. Hay una falta de habilidad para recordar algún aspecto importante del trauma, esto es, por mas que la persona quiere hacer uso de su memoria, hay partes del trauma que no las puede recordar o circunstancias específicas como si hubiera sido tan fuerte esta experiencia que la olvidó por completo, no hay forma que la pueda recordar aún que es un evento que se consideraría importante, como quizás al lugar donde se dio, a la conversación que hubo o la manera como se llevó a cabo.
4. Un interés disminuido en la persona y muy marcado, en las actividades que antes le parecían importantes, esto es, ya no hay interés, participación en aquellas actividades que en un tiempo eran consideradas como placenteras o disfrutables. Por ejemplo, los niños se empiecen a distanciar de sus

amigos, las notas o las calificaciones en la escuela empiecen a disminuir, la distracción, la falta de interés en aquellos deportes o actividades que normalmente practicaban.

5. Un sentimiento de aislamiento, empieza a ver a los demás como extraños, en otras palabras son aquellos niños que empiezan a gustar más de la soledad que de estar acompañados, como si estuvieran diciendo: “no confío en los demás”, “quiero estar solo”, “he sido grandemente dañado” y “no quiero tener la probabilidad de que alguien se vuelva a acercarme a mí con las intenciones con las que se acercó el agresor”, de tal forma que empiezan a tener una desconfianza y prefieren estar aislados y ver a los demás como extraños.

6. No tienen la capacidad para tener afecto y amor para con los demás, se encuentran sumamente restringidos, esto es, aquellos niños que pudieran verse con una nula capacidad para amar o para tener sentimientos por los demás, no es una realidad sino que es parte de este cuadro clínico, de este trastorno secundario a un evento tan violento como lo es el abuso sexual.

Estos actos no son simplemente un desahogo sexual, sino que tiene tan serias repercusiones que puede llevar a algunos a quitarse la vida.

7. La persona ve el futuro como algo negro, realmente no tiene grandes expectativas, ni para estudiar, ni para casarse, ni para llevar una vida normal, en otras palabras, se destruye el interés por los planes a futuro y la persona solamente empieza a vivir en el presente, y el presente realmente es muy triste porque vive reexperimentando y teniendo vivencias continuas de lo que sucedió cuando fue abusado sexualmente

Si ponemos en conjunto estas siete características que hemos descrito, en primer lugar vamos a ver que la persona trata de evitar aquellas actividades, pensamientos, sentimientos o lugares que le recuerden el trauma, pero a su vez esto va a tener serias repercusiones en el comportamiento y va a ser una persona que va a tender a aislarse, a ver a los demás como extraños, no va a tener una capacidad para amar y que se convierte tristemente en una persona pesimista y no con grandes miras hacia el futuro.

SÍNTOMAS ANTES DEL TRAUMA DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO

Nos enfocaremos específicamente a los niños.

a. Tienen una dificultad para dormir o para mantener el sueño, en otras palabras lo que conocemos como un insomnio, esto es, incapacidad para poderse dormir, por ejemplo: que una vez que entró al sueño, se vuelve a despertar a media noche y le cuesta mucho trabajo volver a dormir.

b. Se vuelve irritable o con exabruptos, enojos, fácilmente puede explotar y enojarse, cuando realmente el incidente o aquella situación no daba para más, en otras palabras una respuesta exagerada al enojo, que no existía antes del trauma, porque ahora se presenta como una característica del trastorno.

c. Una dificultad para concentrarse, y esta continuamente reexperimentando el evento y está tratando de evitar todo aquello que se lo recuerde, su mente está ocupada en algo y por lo tanto va a tener una gran dificultad para concentrarse y empieza a tener serias repercusiones a nivel escolar.

d. Tienen un estado de hipervigilancia, es decir, el niño está muy pendiente de lo que pueda suceder a su alrededor y esto a su vez también tiene serias repercusiones en el sueño.

Imagínese usted aquellas niñas o niños que han sido abusados sexualmente en un cuarto oscuro y cuando llega la noche, y se tiene que dormir, están en un estado de hipervigilancia, a ver si llega el agresor, si nuevamente lo va a intentar y a ver de qué forma se van a defender. ¿Usted cree que puedan conciliar el sueño? ¿Usted cree que podrán ir a la cama con toda tranquilidad? De ninguna manera, están en un estado continuo de vigilancia y esto obviamente tiene repercusiones.

e. Una respuesta exagerada a los estímulos, por ejemplo un caso muy particular de: “Un estudiante de medicina, él venía de los Estados Unidos y había estado en la guerra de Vietnam, no se lo podía saludar por detrás, por la manera como él respondía, no era una broma ni un juego. La esposa para poderlo despertar tenía que aventarle un zapato a la cama y salir ella corriendo rápidamente de la habitación, por la manera como él respondía ante estos estímulos, en otras palabras

era una exageración a la respuesta, como con miedo, con temor, con una falta de control ante un estímulo que cualquiera de nosotros consideraría como sencillo”.

Imagínese en un niño que se le trata de acercarse o hacer una caricia, la manera como va a responder, ¿por qué? porque identifica o imagina que este tipo de contactos son similares o pueden tener una relación con aquel evento que sufrió.

Para diagnosticar el trastorno por estrés postraumático es, cuando encontramos la sintomatología que hemos descrito anteriormente que por lo menos que esté presente por más de un mes.

Esto no fue un incidente aislado, sino que es algo repetitivo y se presenta por más de un mes, y normalmente el inicio de esta sintomatología se observa por lo general en un periodo de 3 meses después del trauma.

Es decir; que una persona que ha tenido una de estas experiencias tan desagradables en un periodo de tres meses empieza a reexperimentar el evento esto puede perdurar por años.

Este trastorno causa disfuncionalidad significativa y discapacidad tanto en el funcionamiento social como en el ocupacional, educacional y en otras áreas de la vida, es obvio y claro, que estos niños pueden no tener un desarrollo normal secundario a la vivencia y a la reexperimentación del trauma que han vivido.

Se ha presentado un cuadro desolador, pero hay formas de rehabilitar y de tratar este padecimiento. Hoy en día hay buenas combinaciones de medicamentos y sistemas de terapias que pueden ayudar a regresar a la normalidad o bien controlar muchos de los síntomas que se presentan en este trastorno.

Un evento como este no solamente tiene repercusiones, sino que deja una estela de secuelas que pueden perdurar por toda la vida y que a su vez pueden poner en riesgo la salud y la vida de una persona, y es importante que lo identifiquemos para que tomemos responsabilidad y podamos ayudar a aquella persona que ha padecido un evento de este tipo.

ESTRÉS POSTRAUMÁTICO OCASIONADO POR OTROS SUCESOS

El enfoque ha sido específicamente al niño que ha sido víctima del abuso sexual, pero hay que recordar que existen otros eventos que también pueden generar un comportamiento similar, como puede ser el haber sido

testigo de un asesinato, testigo de un accidente, presenciado actos delictivos como una guerra, un secuestro y tantas circunstancias en las que nos vemos envueltos en esta violenta sociedad de principios de siglo.

Hoy en día para muchas personas la violencia en la televisión, cine son consideradas como normales, como parte de una expresión de la sociedad y “aceptadas”, pero sabemos que la violencia tiene serias repercusiones. Hay personas suficientemente maduras como para saber las consecuencias de la violencia, pero también hay quienes no alcanzan a distinguir los límites de la violencia y pueden recurrir a ella, se convierten en los agresores, violadores, gracias a un “permiso” que se le ha ido dando en esta sociedad a las actividades violentas.

El estrés postraumático cada día se va reconociendo más y afortunadamente existen mejores tratamientos, pero no es un problema aislado, se observa cada vez con mayor frecuencia en una sociedad que le ha dado permiso a la violencia para entrar en los hogares, escuelas, televisión, cine y en muchos otros lugares.

¿Qué está sucediendo el día de hoy en las familias, en las calles, etc.? Que la violencia se ha vuelto una forma de expresión, una forma de demostrar la incongruencia que se observa quizás en los valores de la sociedad y hoy en día muchos se quieren identificar con estos grupos rebeldes, de contracultura, que van en contra de lo que la sociedad normalmente ha aceptado como un comportamiento y después se convierten en los futuros agresores de los niños.

Hay demasiada violencia en el mundo y en la sociedad y debemos evitar introducirla al hogar y exponer a nuestros hijos ante estos hechos que después los pueden desensibilizar, es decir, perder la sensibilidad a la violencia y utilizarla como una manera de resolver sus problemas.

¿CÓMO PREVENIR EL TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO?

Las personas que están cerca de un niño víctima de un abuso sexual deben de atenderlo médicamente. Para evitar el trastorno de estrés postraumático es necesario:

1. Prevenir la violencia, no puede ser parte de nuestro comportamiento, la violencia no puede ser el ejemplo que los padres le den a sus hijos, la violencia no puede entrar a nuestros hogares y por lo tanto debemos estar vigilantes para que al menor asomo de la misma y esta sea rechazada y afrontada en forma directa para que no tenga repercusiones.
2. Estrechar los vínculos y la comunicación entre padres e hijos, porque tristemente muchas veces es esta situación

de soledad que viven los niños o esta falta de acercamiento entre los padres y los hijos que llevan a terceros a abusar sexualmente de ellos, sin que los padres noten o tengan la menor idea de lo que esta sucediendo.

Recomendamos la comunicación, la vinculación estrecha entre los padres y los hijos, porque los padres son los mejores protectores de los hijos, de otra forma, si no hay este acercamiento estamos poniendo exponiendo la vida de ellos a familiares, a personas cercanas a nosotros que utilizan la agresión, la violación o el abuso sexual con nuestros hijos.

3. Las personas que están cerca de una persona que ha sido víctima de un abuso sexual, busque ayuda profesional médica, porque hoy en día sabemos que los nuevos tratamientos que se existen sobre la evolución de la enfermedad son bastante alentadores.

Si por desgracia has estado en contacto o sido víctima de una de estas experiencias, queremos decirte que hay esperanza, que hay formas de poder regresar a aquel estado en te encontrabas anteriormente, que a pesar del cuadro desolador que hoy hemos descrito, hay vías para poder llegar a un estado de salud normal.

Es importante acudir a los médicos que tienen conocimiento de este tipo de trastornos, buscar consejeros familiares que son sensibles a esta problemática, y acercarse a los profesionales que los puedan ayudar, desgraciadamente las vidas de muchas personas quedaron completamente o parcialmente desechas porque no se atendió a tiempo esta problemática.

Por lo tanto, hay una esperanza para estos niños y que si todos tomamos nuestra responsabilidad ellos podrán tener un futuro más alentador.

Por: Dr. César Mascareñas

Esperanza para la Familia, A. C.

Tel. Lada Sin Costo 01-800-690-62-35

Apartado Postal #41 C.P. 64581 Monterrey., N.L.

Página Web: <http://www.esperanzaparalafamilia.com>

Correo Electrónico: info@esperanzaparalafamilia.com