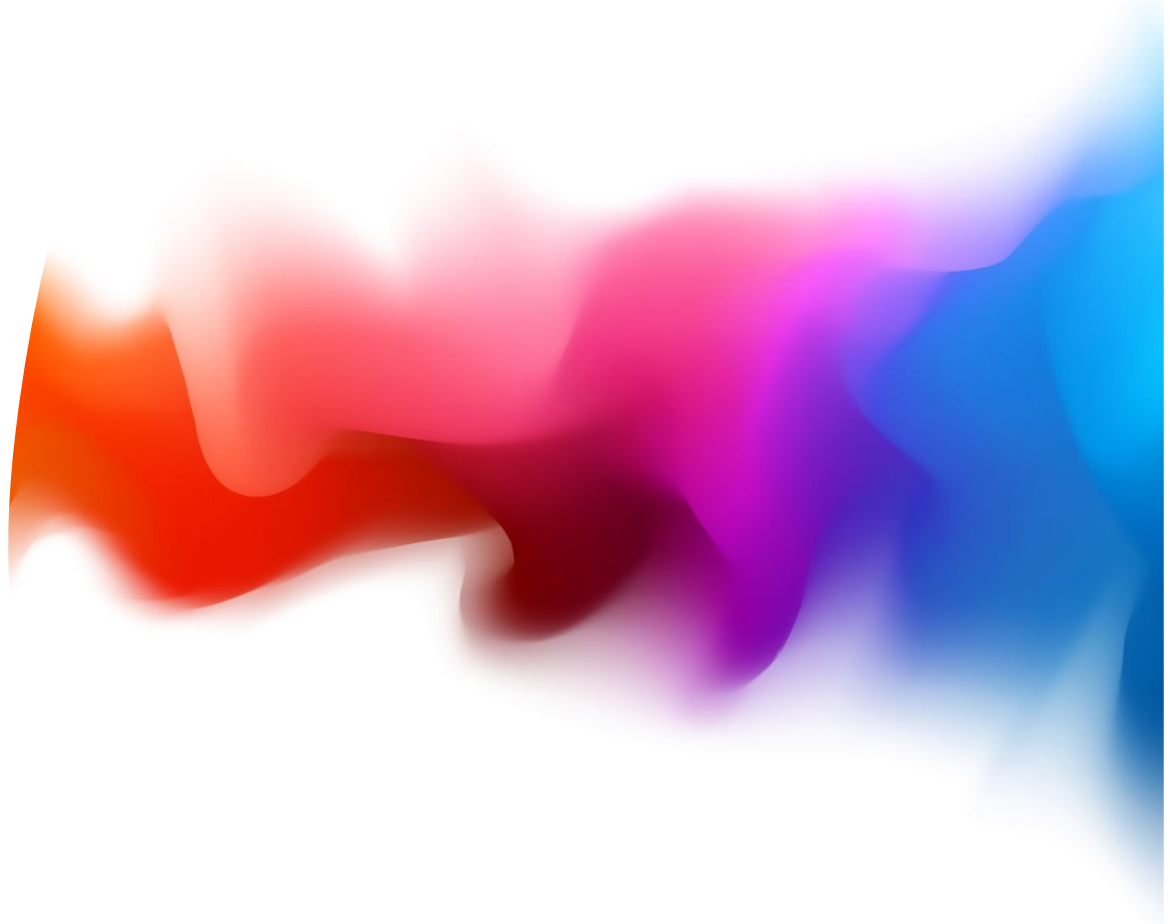


HOW TRAUMA IMPACTS YOUR CHILD

Romelia Gomez, LMFT

04/17/2025





AGENDA

What is trauma?

Types of trauma

The impacts of trauma

Effects of Trauma

What is ACEs?

The fight, flight, Freeze
Response

The ACE Antidote

Psychological treatment

Resiliency

How to prevent trauma

Post-Trauma (Healing)

Que es el trauma?

Tipos de traumas?

Los impactos del trauma

Los Efectos del Trauma

Que es la experiencia
adversa de un niño

Respuesta de supervivencia
de lucha, huida o
inmovilización.

Los antídotos de las
experiencias adversas de un
niño

Resiliencia

Como prevenir el trauma

Cuidados después del
trauma

WHO HAS
EXPERIENCED
TRAUMA? QUIEN
HA
EXPERIMENTADO
TRAUMA?

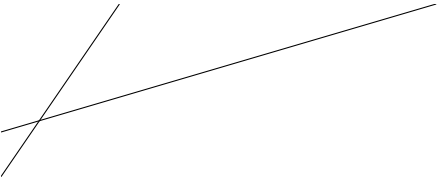


WHAT IS TRAUMA?

¿QUE ES EL TRAUMA?

Trauma is a Greek word that mean “severe wound.” Trauma is the lasting emotional response that often results from living through a distressing event. The DSM-5 definition of trauma requires **“actual or threatened death, serious injury, or sexual violence.”**

Trauma es la respuesta emocional usualmente como resultado de vivir una angustia. El DSM-5 lo define como “una Muerte real o amenaza, una herida grave, amenaza a la integridad física de si mismo u otro o violencia sexual.



TRAUMATIC EVENTS EVENTOS TRAUMATICOS

Nature/Naturaleza

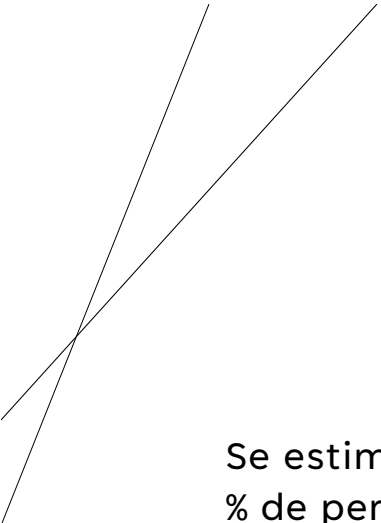
Violence/Violencia

Medical Problems/Problemas de Salud

Neglect and Abuse/Abuso y Negligencia

Life Changes/ Cambios en la vida

TRAUMA LEADS TO PTSD
EL TRAUMA LLEVA A TEPT
(TRASTORNO DE ESTRES POSTRAUMATICO)



THE IMPACT OF TRAUMA/ EL IMPACTO DEL TRAUMA

Se estima que un 89.7 % de personas han vivido al menos un evento traumático.

Approximately 89.7 % of people have experienced at least one traumatic event in their lives.

Se ha reportado que la exposición a traumas para las personas que viven sin hogar es del 90% o mas

About 90% of homeless have been expose to some type of trauma

El 87% ha sufrido este abuso ambos en la niñez y como adulto.

About 87% have experience trauma in their childhood and as adult.

SIGNS OF TRAUMA/ SEÑALES DE UN TRAUMA

Behavior/comportamiento _____

Temper tantrums, misbehave, trouble eating or sleeping or accidents in their pants or bed.

Emotional/emocional _____

Anger, sadness, irritable, unmotivated, crying

Physical/Físico _____

Constantly sick, somatic symptoms, tiredness, headaches,

Psychological/psicológico _____

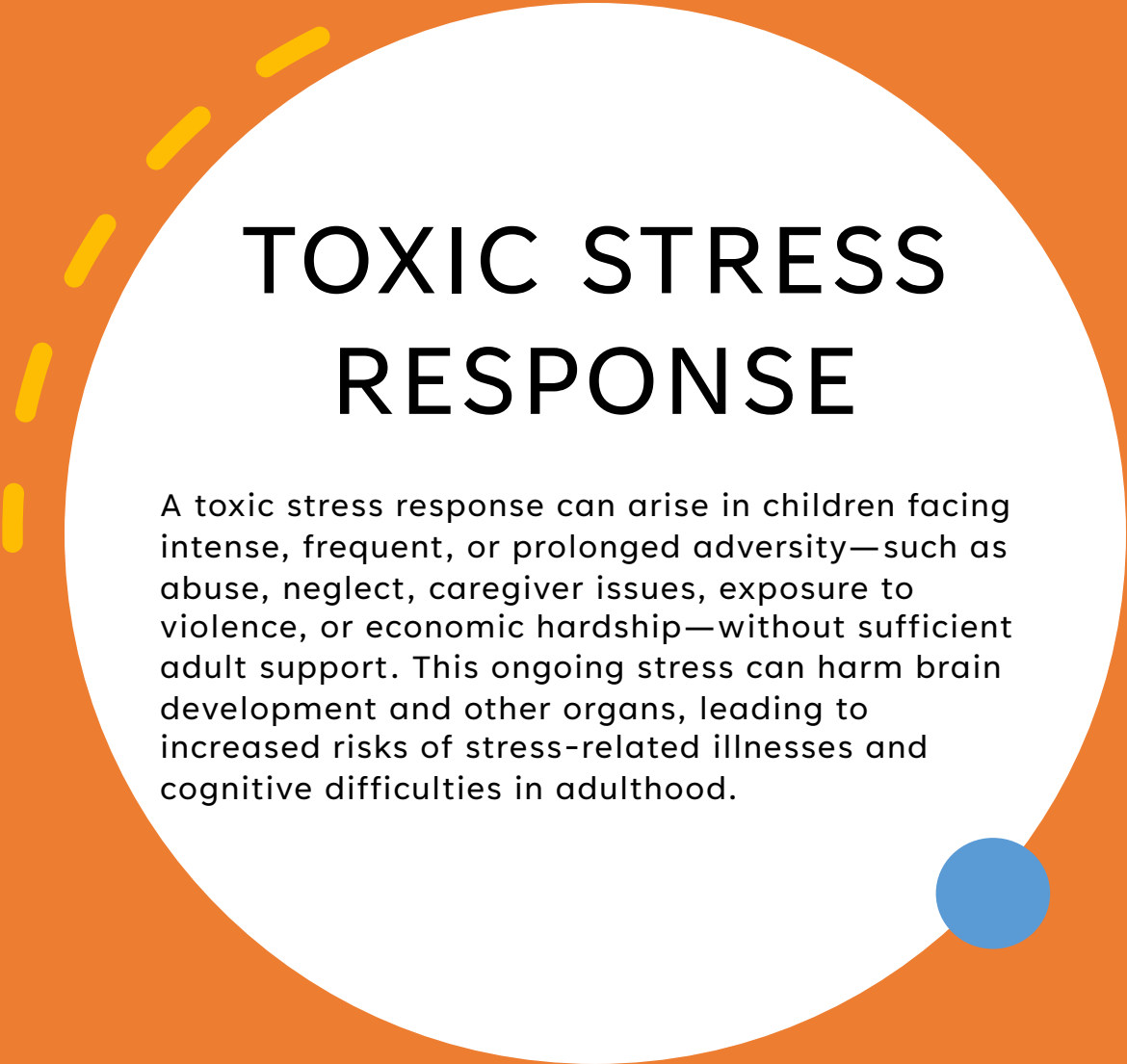
Withdrawn, anxiety, depression ,afraid, nightmare, hyper, unfocused,

EFFECTOS DEL TRAUMA EN NIÑOS / EFFECTS OF TRAUMA ON CHILDREN

- Cuando un niño/a traumatizado no hacen frente a un trauma de manera saludable, el/la niño/a puede dar propenso a:
 - Abuso de sustancia
 - Problemas de salud mental
 - Promiscuidad
 - Comportamiento criminales
 - Enfermedad física graves

ESTUDIO ACES EVENTOS ADVERSOS EN LA INFANCIA)





TOXIC STRESS RESPONSE

A toxic stress response can arise in children facing intense, frequent, or prolonged adversity—such as abuse, neglect, caregiver issues, exposure to violence, or economic hardship—without sufficient adult support. This ongoing stress can harm brain development and other organs, leading to increased risks of stress-related illnesses and cognitive difficulties in adulthood.

5. LUCHA, HUIDA O INMOVILIZACIÓN

Los adultos, niños y jóvenes suelen reaccionar ante un evento traumático con una respuesta de supervivencia de lucha, huida o inmovilización.

Algunos niños pasan la mayoría de sus vidas en este modo de respuesta, así que ellos no se pueden enfocar en aprender.

- Lucha
- Huida
- Inmovilización



Estudio ACE (eventos adversos en la infancia)

ACEs can have lasting effects on...



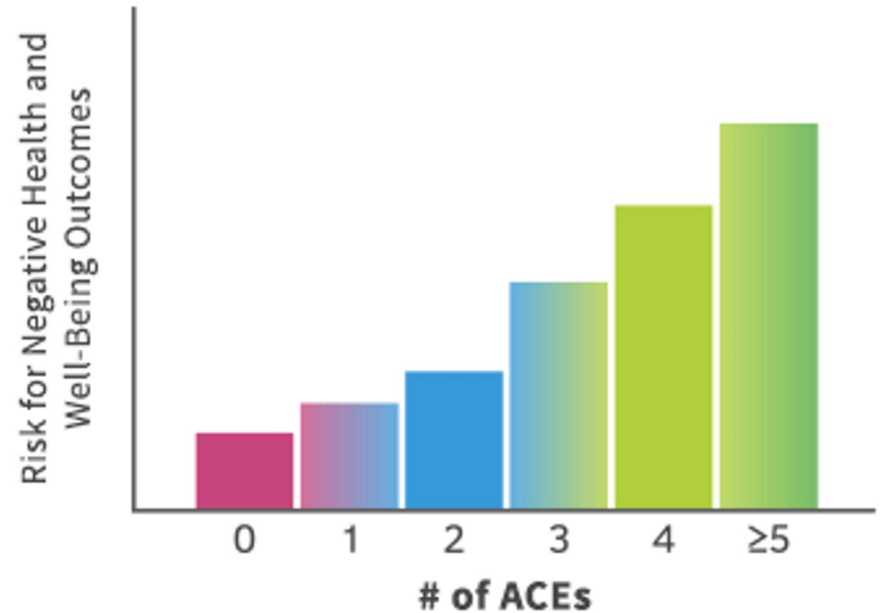
Health (obesity, diabetes, depression, suicide attempts, STDs, heart disease, cancer, stroke, COPD, broken bones)



Behaviors (smoking, alcoholism, drug use)



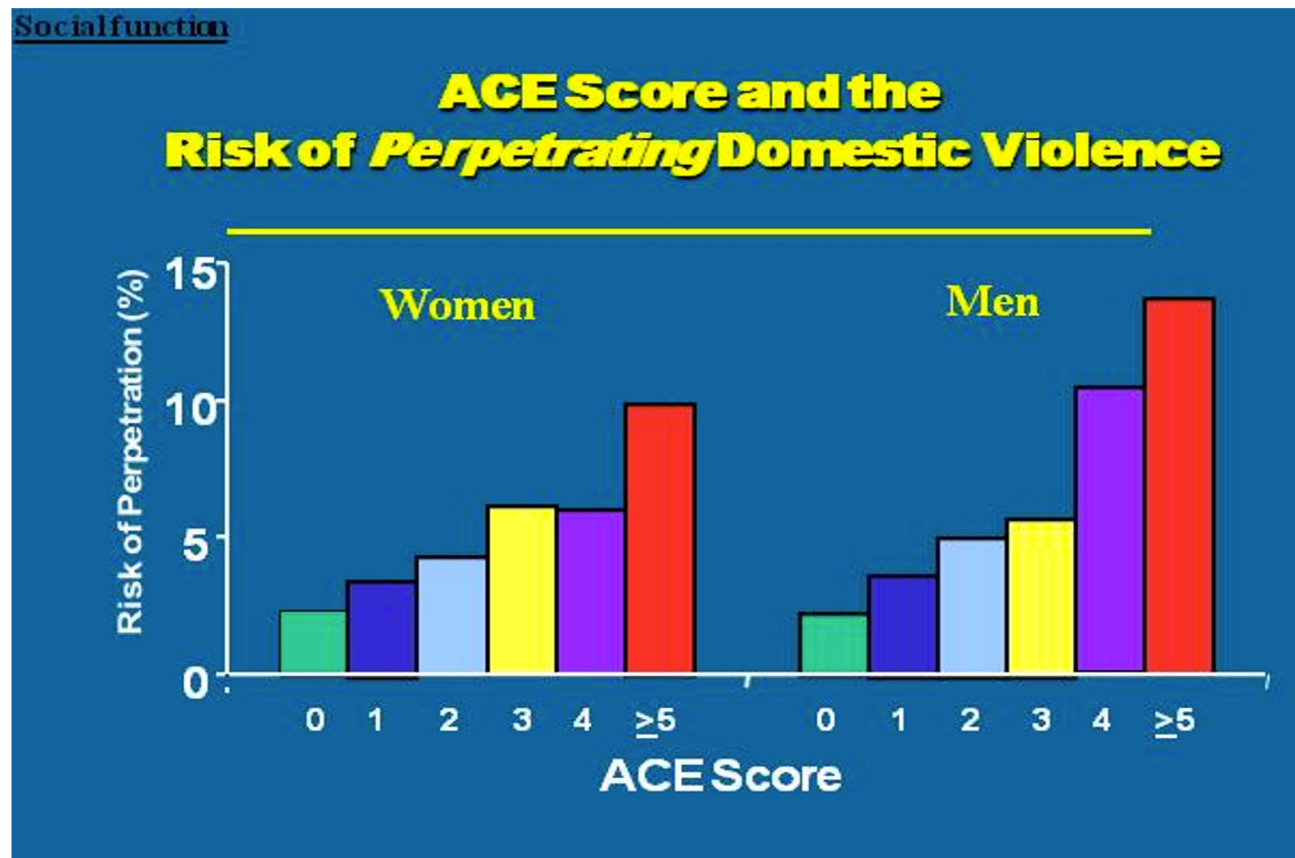
Life Potential (graduation rates, academic achievement, lost time from work)



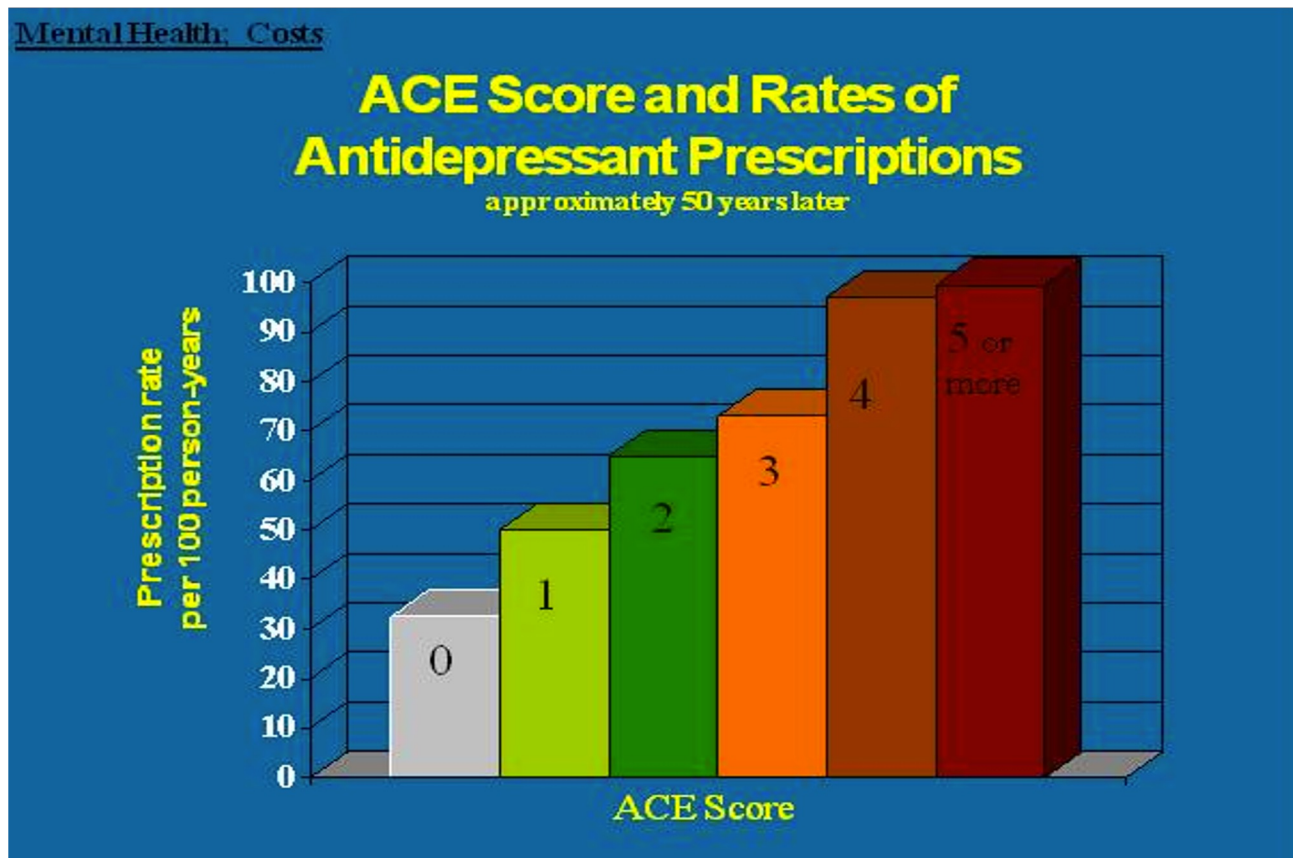
Estudio ACE (eventos adversos en la infancia)



Estudio ACE (eventos adversos en la infancia)

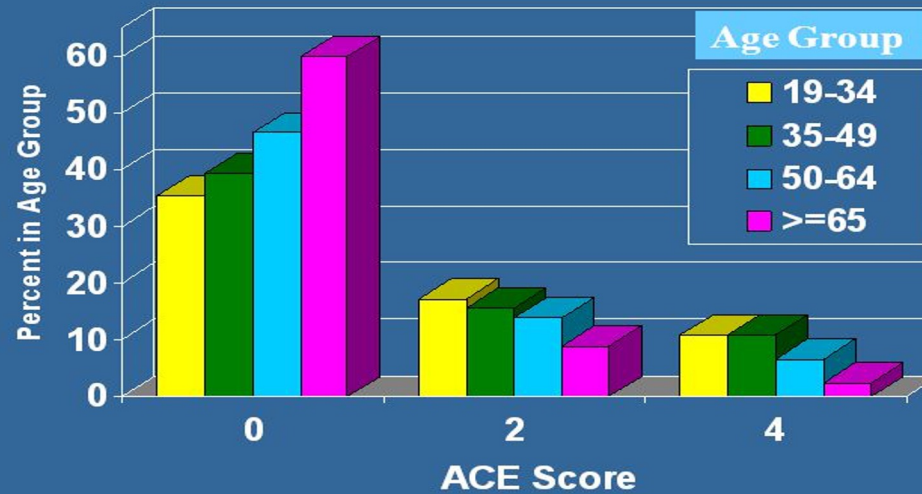


Estudio ACE (eventos adversos en la infancia)



Estudio ACE (eventos adversos en la infancia)

Effect of ACEs on Mortality



0 ACE 60% live to 65

4 ACE less than 3% live to 65

Sleep ————— Sleep at least 8 hours
Dormir 8 horas

Nutrition ————— Eat more healthy food
Eat less unhealthy food
Comer saludablemente

Healthy relationship ————— Family relationships
Friends' relationships
Relaciones sanas

Mental health ————— Therapy
Group therapy
Faith/spirituality

THE ACES ANTIDOTE

Exercise/ejercicio

Move your body at least 3x a week for 30 minutes
Mueve tu cuerpo por 30 minutos

Meditation/meditación

Be still/quietud
Pray /orar
Guided meditation /meditación guiada

Love/amor

Give love , be kind, be respectful, be affectionate with
action and words
Da amor, se generoso, se respetuoso, demuestra afecto con
acción y palabras.

Good support
system/grupo de apoyo

Social support, church, community
Grupo de apoyo, iglesia, comunicada

PSYCHOLOGICAL TREATMENT/ TRATAMIENTO SICOLOGICO

Cognitive behavioral
therapy



Play therapy/Trauma
Therapy



Child-parent
psychotherapy



Resiliencia

El término resiliencia significa la capacidad de una persona para superar la adversidad y continuar su desarrollo normal.

Alguien que ya es resistente cuando se produce un trauma no experimentará PTG porque **una persona resiliente no es sacudida hasta el núcleo** por un evento y no tiene que buscar un nuevo sistema de creencias, explica Tedeschi.

CDC strategies that can prevent ACEs from happening or re-occurring are included in the Technical Package of six strategies:

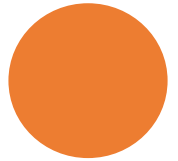
1. Strengthen economic supports to families
2. Promote social norms that protect against violence and adversity
3. Ensure a strong start for children
4. Teach skills
5. Connect youth to caring adults and activities
6. Intervene to lessen immediate and long-term harms

Las estrategias de CDC que pueden evitar que ocurran o vuelvan a ocurrir ACE están incluidas en el paquete técnico de seis estrategias:

1. Fortalecer el apoyo económico a las familias
2. Promover normas sociales que protejan contra la violencia y la adversidad
3. Asegurar un buen comienzo para los niños
4. Enseñar habilidades
5. Conectar a los jóvenes con adultos y actividades solidarios
6. Intervenir para disminuir los daños inmediatos y a largo plazo

Signos de crecimiento postraumático

- Busca respuestas positivas en cinco áreas:
- Apreciación de la vida
- Relaciones con los demás
- Nuevas posibilidades en la vida
- Fortaleza personal
- Cambio espiritual



Kintsugi



THANK YOU!
GRACIAS