



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA CLÍNICA
MODALIDAD PRESENCIAL



DOCUMENTO PROBATORIO (DIMENSIÓN ESCRITA)
DEL EXAMEN COMPLEXIVO DE GRADO
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE PSICOLOGO CLINICO

PROBLEMA:

**Incidencia del estrés postraumático en las relaciones sociales en un joven
de 22 años.**

AUTOR:

AYRTON VICTOR RAMÍREZ CORNEJO

TUTORA:

MSC. NARCISA DOLORES PIZA BURGOS

BABAHOYO - ENERO 2020



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA CLÍNICA
MODALIDAD PRESENCIAL



AGRADECIMIENTO

En primera instancia agradezco a Dios por haberme dado salud y fuerzas necesarias para poder avanzar de a poco y así terminar con este gran objetivo, a mis padres por ser las dos personas más importantes dentro de mi carrera, ya que día a día me han dado ese ahínco que todo estudiante necesita para caminar firme en cada paso que de, por último, pero no menos importante a mis docentes que a lo largo de este proceso han contribuido con sus sabias aportaciones para así conjuntamente formar un profesional lleno de valores, sabiduría, conocimiento y pueda desenvolverse en la sociedad como tal.

AYRTON VICTOR RAMIREZ CORNEJO





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA CLÍNICA
MODALIDAD PRESENCIAL



DEDICATORIA

Dedico este proyecto a:

A mis hermanos, Gabriela y Steven por brindarme ese apoyo incondicional que día tras día lo necesitaba, cuando ya no podía más, estaban allí batallando junto a mí. A mi hijo Eithel que quizás no llegó en el mejor momento, pero sí en los buenos tiempos de Dios, para llenar mi vida de más esfuerzos, pero a su vez con muchos más motivos para seguir ese anhelado sueño.

AYRTON VICTOR RAMIREZ CORNEJO





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA CLÍNICA
MODALIDAD PRESENCIAL



RESUMEN

En la actualidad en el entorno social es muy frecuente observar la presencia de eventos no deseados como robos, accidentes, violencia intrafamiliar, homicidios, suicidios, terremotos, acoso laboral, enfermedades graves, muertes de familiares, entre otras situaciones inapropiadas que puede experimentar una persona e influyen de forma directa en el relacionamiento social del ser humano. El presente estudio de caso tiene como objetivo determinar la existencia del estrés postraumático en un joven de 22 años para conocer la influencia en sus relaciones sociales como aporte significativo en el manejo de las situaciones diarias.

En el proceso investigativo se aplicó una investigación bibliográfica porque ayudó a saber más sobre cada una de las variables planteadas en el tema, además se utilizó técnicas que permitieron conocer datos personales del paciente, motivo del trauma, consecuencias en sus relaciones familiares y sociales, información obtenida a través de la historia clínica, entrevista semiestructurada y Test de Escala de Gravedad del estrés postraumático.

Los resultados del estudio fueron: que el paciente tuvo un accidente de tránsito muy grave, que convive con sus padres y hermano, posee dificultad para concentrarse en sus actividades diarias y relacionarse con su entorno, tiene comportamiento de irritabilidad e incluso sueña con el suceso; en base a los hallazgos detectados en el paciente se implementó un plan terapéutico que ayude al joven a superar el evento traumático o mejorar su entorno social y familiar.

Palabras claves: estrés, trauma, relaciones sociales, inteligencia social.





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA CLÍNICA
MODALIDAD PRESENCIAL



ABSTRACT

At present, in the social environment it is very frequent to observe the presence of unwanted events such as robberies, accidents, domestic violence, homicides, suicides, earthquakes, workplace harassment, serious illnesses, deaths of relatives, among other inappropriate situations that a person may experience. person and directly influence the social relationship of the human being. The objective of this case study is to determine the existence of post-traumatic stress in a young person of 22 years to know the influence in their social relationships as a significant contribution in the management of daily situations.

In the research process, bibliographic research was applied because it helped to know more about each one of the variables raised in the subject to be analyzed, in addition techniques that allowed knowing the patient's personal data, reason for the trauma, consequences of it in their family relationships were analyzed and social, information obtained through the clinical history, semi-structured interview and test of severity scale of posttraumatic stress.

The results of the study were: that the patient had a very serious traffic accident, who lives with his parents and brother, has difficulty concentrating on his academic activities and interacting with his environment, has irritable behavior and even dreams of the event; Based on the findings detected in the patient, a therapeutic plan will be implemented to help the young person overcome the traumatic event or improve their social and family environment.

Keywords: stress, trauma, traumatic event, social relations and social intelligence





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGÍA CLÍNICA
MODALIDAD PRESENCIAL



ÍNDICE

CARATULA.....	I
AGRADECIMIENTO.....	II
DEDICATORIA	III
AUTORIZACION DE LA AUTORIA INTELECTUAL.....	IV
CERTIFICACION DEL TUTOR.....	V
CERTIFICACION DE URKUND.....	VI
RESUMEN	IVII
ABSTRACT.....	VIII
INDICE.....	IV
INTRODUCCIÓN	1
DESARROLLO	3
JUSTIFICACIÓN.....	3
OBJETIVO GENERAL.....	4
SUSTENTOS TEÓRICOS	4
TÉCNICAS APLICADA PARA LA RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN	13
RESULTADOS OBTENIDOS	14
SITUACIONES DETECTADAS	15
SOLUCIONES PLANTEADAS.....	17
CONCLUSIONES	20
BIBLIOGRÁFIAS.....	20
ANEXOS	



INTRODUCCIÓN

La línea de investigación de acuerdo al trastorno de estrés postraumático (TEPT) y su influencia con las relaciones sociales es: prevención y diagnóstico y la sublínea de investigación es: funcionamiento socio afectivo en el ámbito familiar y su influencia en el proceso de enseñanza aprendizaje, debido a que el desarrollo del caso de estudio realiza una indagación del entorno, factores de riesgo, complicaciones, síntomas y tratamiento, es decir, un diagnóstico que identifique cómo y por qué de la aparición de un comportamiento psicológico que refleja la poca interacción social en un joven de 22 años.

En la actualidad, en el entorno social es muy frecuente observar la presencia de eventos no deseados como robos, accidentes, violencia intrafamiliar, homicidios, suicidios, terremotos, acoso laboral, enfermedades graves, muertes de familiares, entre otras situaciones inapropiadas que puede experimentar una persona de 22 años e influyen de forma directa en el relacionamiento social del ser humano que ha sido objeto de estos contextos violentos o que haya sido testigo de uno de los entornos narrados anteriormente, situaciones que pueden causar trastornos de estrés postraumáticos que imposibilita el desarrollo normal de las relaciones sociales, constituyéndose en un problema de salud mental que limita a la persona afectada a enfrentar dicho contexto desafortunado con naturalidad.

Según estudios realizados por la Organización Mundial de Salud en más de 21 países de Latinoamérica y Europa, demuestran que los eventos de mayor frecuencia que causan estrés postraumáticos son la violencia interpersonal, conflicto bélicos y situaciones relacionadas con familiares, además se estima que alrededor del 4% de la población en todo el planeta han sufrido problemas de salud mental como el estrés postraumáticos, o también conocido por sus siglas TEPT, datos estadísticos que demuestran la importancia que posee brindar un apoyo social que tenga como objetivo mitigar los síntomas que presenta una persona con este tipo de enfermedad y así contribuir con su reinserción a la sociedad de forma progresiva.



La presente investigación se encuentra orientada a identificar el nivel de influencia del estrés postraumático en las relaciones sociales de un joven de 22 años, donde se analiza sus principales síntomas y cómo estos interfieren en el desarrollo normal de sus tareas diarias, puesto que aquella persona que ha sido testigo de actos violentos o desafortunados, presentan síntomas de estrés postraumáticos, y este trastorno puede prolongarse meses e incluso años, que de forma paralela ocasiona el aislamiento del entorno social. En resumen, la investigación sobre el TEPT y su incidencia en las relaciones sociales, también permite identificar los principales factores de riesgo que pueden suscitarse por la débil atención a este tipo de trastorno psicológico.

El análisis que se efectúa sobre el nivel de influencia que posee el estrés postraumático de una persona de 22 años en su entorno social, ha permitido determinar en el desarrollo investigativo las principales complicaciones que genera la enfermedad mental objeto de estudio, debido a que esta puede ser causa de la presencia de otro tipo de riesgos de salud, como la depresión, ansiedad, alcoholismo, drogadicción, desórdenes alimenticios o pensamientos suicidas; frente a los posible riesgos narrados, resulta vital la acción de personas con habilidades, capacidades y compromiso en brindar el apoyo social adecuado a las personas que padecen TEPT, y mayor número de prácticas sociales que fomenten su adaptación al entorno social, familiar o laboral de forma adecuada y optimista.



DESARROLLO

JUSTIFICACIÓN

La presente investigación es conveniente puesto que el contexto social en que los seres humanos viven, cada vez es más complejo, lo que da paso a que los casos de TEPT se hayan aumentado de forma exponencial en los últimos años; de allí que es importante realizar un estudio para conocer los factores que intervienen de manera directa e indirecta en la presentación de este trastorno que, de no ser tratado con ayuda de un profesional, puede causar graves repercusiones.

Todas las personas están expuestas a presentar este tipo de trastorno, por esta razón, el tratamiento de este tema tiene relevancia social; pues es conocido que nadie está exento de que en algún momento de la vida suceda alguna situación no prevista, la cual cause conmoción en la estabilidad emocional, misma que de no ser afrontada de manera adecuada, puede provocar una complicación en la salud mental de los individuos, lo que incluso de no ser intervenida a tiempo puede llevar a la muerte de quien padece este trastorno.

El trabajo investigativo es factible en virtud de que se cuenta con los recursos necesarios para llevar a cabo la investigación, es decir: el talento humano que va ser observado y analizado mediante la aplicación del test psicológico y demás métodos de investigación, disponibilidad de los sustentos teóricos que avalen científicamente los argumentos planteados en la investigación y los recursos financieros para desarrollar el trabajo investigativo.

Los beneficiarios directos de la realización del presente estudio son todos aquellos que padecen de estrés postraumático, puesto que al leer el caso podrán conocer el tratamiento sugerido para afrontar de manera adecuada este trastorno que puede causar mucho daño a la



estabilidad emocional de las personas; los beneficiarios indirectos son todos aquellos jóvenes que se encuentran en una edad aproximada a 22 años, pues al empoderarse de este caso conocerán los métodos para tratar el trastorno.

El estudio del estrés postraumático es trascendente porque más allá de que una persona no padezca este trastorno, existe una alta probabilidad de que alguien del círculo familiar posea esta afectación en su salud mental, por tal razón, los argumentos presentados en esta investigación trascienden de la cotidianidad y se convierte en un aspecto importante para ser abordado, analizado y discutido, de manera que cause un impacto positivo en la sociedad.

OBJETIVO GENERAL

Determinar de qué manera el estrés postraumático influye en las relaciones sociales de un joven de 22 años.

SUSTENTOS TEÓRICOS

Estrés

En la actualidad una de las variables que es objeto de análisis en el campo profesional de psicología es el estrés, debido a que genera cambios en el comportamiento del individuo, el autor Ospina (2016) menciona lo siguiente:

Es un sentimiento de tensión física o emocional que proviene de cualquier circunstancia o pensamiento que haga sentir frustrado, furioso o nervio a una persona, también es considerado una experiencia emocional es considerado como el estado de tensión excesiva como resultado de una actividad continua y nociva para el organismo, además es definido como un conjunto de respuestas determinantes desde lo neurológico, fisiológico, cognitivo y comportamental, relacionado a situaciones extremas o estímulos internos denominados estresores.



Trauma

Los autores Martínez, Ucros, & Vanegas (2016) definen al trauma como:

Una situación particular en la biografía de una persona, quien no puede integrar este hecho en forma consciente a la experiencia de su vida, por tal motivo, se constituye así en un acontecimiento cuya carga informacional se mantiene a lo largo del tiempo causando daños en la persona traumada; es decir, es un evento que amenaza el bienestar o la vida de un individuo, que trae como consecuencia el quebramiento de la salud mental del sujeto. También se puede decir que el trauma es la exposición personal directa a un evento de peligro, que atenta la integridad física.

Estrés postraumático

Los criterios que dan inicio al estrés postraumático son variados, los cuales ocasionan serias consecuencias en el desarrollo integral de las personas, porque su desenvolvimiento en la sociedad o en su entorno está condicionado a acontecimientos que se han presentado en alguna parte de su vida, como lo indica los autores Vargas & Coria (2017):

Un trastorno de ansiedad que surge a partir de que una persona ha pasado por un momento traumático en su vida que le causo impotencia, miedo extremo, este padecimiento comienza después de que la persona experimente situaciones horribles como violación, asalto, secuestro, accidentes entre otras circunstancias que pueden generar dicho trastorno. Según la Asociación Psiquiátrica Americana el estrés postraumático se define como la exposición a la amenaza, lesiones graves o violencia sexual, la cual puede ser experimentada de forma directa e indirecta. El trastorno psiquiátrico se caracteriza por presentar síntomas intrusivos como recuerdos de manera continua, sueños angustiosos sobre el evento vivido, en algunos casos existen reacciones disociativas, lo que significa que la persona está en un estado grave.

Síntomas del TEPT

El comportamiento en cada uno de los individuos es diferente al igual que su reacción ante un evento de alto impacto, lo cual puede provocar síntomas de traumas; es por ello que se



presentan una serie de aspectos esenciales en la salud emocional de una persona, que se consideran cómo síntomas para el TEPT como lo indica el autor Bordas (2015):

Los aspectos más comunes son la reexperimentación del evento traumático a través de pesadillas, imágenes o recuerdos emocionales o físicos, la evasión conductual y cognitiva de lugares o situaciones asociados al suceso experimentado y también presenta reacciones de miedo, estado de hiperactivación que afecta la capacidad de respuesta, dificultad en la concentración, presenta irritabilidad, problemas para conciliar el sueño, presenta conductas de hipervigilancia.

Consecuencias de la TEPT

Para el autor Barlow (2018), el individuo que es diagnosticado con estrés postraumático podría acarrear una serie de consecuencias que se reflejaran en el desarrollo de su vida cotidiana, por tal razón manifiesta su perspectiva sobre este tema:

Se genera el trastorno de estrés postraumático mediante estados de ánimo negativos como temor, ira, culpa y venganza; disminución del interés en la realización de actividades; sensación de desapego; distanciamiento de los demás; falta de capacidad para responder ante ciertas circunstancias; problemas de afectividad como la incapacidad para experimentar emociones positivas; e inestabilidad mental.

Evento traumático

El inicio de una de las problemáticas con mayor incidencia en el comportamiento humano como el estrés postraumático surge de una serie de eventos que pueden afectar a las personas de diversas formas, es por ello que la autora García (2014), menciona que:

Son aquellas situaciones de peligro excepcional que salen del ámbito de la experiencia de la vida normal, como los desastres naturales o sociales (robos, secuestros, guerras, violaciones y accidentes), situaciones extremas que producen síntomas de estrés que por lo general requieren de apoyo especializado para poder superarlo; es decir, el suceso traumático es un acontecimiento negativo intenso que surge de forma violenta e incontrolable que pone en



peligro la integridad física de una persona que no es capaz de afrontar dicha situación, lo que genera consecuencias dramáticas para la víctima provocándole temor.

Criterios de diagnóstico del trastorno de estrés postraumático

Los profesionales especializados en temas de la conducta humana aportan a determinar si un individuo atraviesa un episodio de estrés postraumático, al poseer criterios científicos que diagnostican la presencia de este tipo de trastorno en las personas, además existen criterios de diagnóstico como el DSM 5 y el CIE 10 que se consideran pertinentes de aplicar en este sector.

Criterio DSM 5: es un manual que permite el diagnóstico preciso de trastornos mentales, además contiene estadísticas que hacen referencias a la salud mental a nivel mundial, elaborado por la Asociación Americana de Psiquiatría más conocida como APA, siendo uno de los criterios con mayor aprobación para los médicos especializados en esta área. (APA, 2014, pág. 11)

Criterio CIE 10: es considerado como una guía para la detección de traumatismos, enfermedades y causas de defunción de uso internacional, el cual se define como Manual de Clasificación Internacional de Enfermedades, que presenta una estructura organizada para la detección eficaz de los traumatismos o enfermedades que pueden padecer las personas, a través de una codificación efectiva que logra asegurar el diagnóstico de acuerdo a los síntomas que los individuos presenten. (Unidad Técnica de Codificación CIE-10-ES, 2016, pág. 10)

Los autores Reynoso, Becerra, & Lugo (2019), exponen una serie de criterios que contribuyen a comprender esta problemática:

Las personas expuestas a situaciones graves como la muerte, lesiones o violencia sexual, están expuestas a sufrir estrés postraumático, el cual se considera como un acontecimiento que es reexperimentado a través de recuerdos angustiosos, recurrentes e involuntarios, además se crea un círculo de protección para evitar estímulos asociados al trauma, se presentan alteraciones cognitivas y del estado anímico relacionado al evento traumático que comienzan y empeoran después del suceso, y por último se produce una alteración de



la alerta y reactividad asociada al suceso, la cual está conformada por: comportamiento irritable, imprudente o autodestructivo, respuesta de sobresaltos, alteración del sueño y problemas de concentración (p. 20).

Factores de riesgo

Los factores de riesgo del estrés postraumático son: falta de apoyo social después del acontecimiento traumático; nivel de estrés alto que presenta la persona después del hecho ocurrido; severidad de trauma, es decir, haber salido lastimado; la edad de la víctima; el sexo de la víctima (las mujeres son más vulnerables); psicopatología persistente que predispone al individuo, como el número de veces expuesto al suceso, recursos de afrontamiento, eventos de vida estresantes. (Ybarra, Orozco, & Valencia, 2015)

Factores de resiliencia

Estos factores pueden reducir el riesgo de trastorno por estrés postraumáticos, entre los cuales están: buscar ayuda de otras personas como amigos y familiares, encontrar un grupo de apoyo después del acontecimiento traumático, aprender a sentirse mejor por las decisiones tomadas al enfrentar el peligro, crear formar para superar el evento traumático y ser capaz de actuar de manera eficaz a pesar del miedo. (Instituto Nacional de Salud Mental, 2016)

Tratamiento

Existen diferentes intervenciones psicológicas para tratar el trastorno de estrés postraumático que son efectivas en el tratamiento de pacientes con TEPT, los cuales se describen a continuación:

Terapia cognitivo conductual centrada en el trauma: Es un tratamiento que requiere 8 sesiones de 60 minutos cada una con frecuencia semanal; esta intervención se basa en la exposición imaginada del suceso traumático y en la exposición en vivo a situaciones evitadas, esta considera la psicoeducación de la violencia y síntomas del paciente, además aporta a la disminución de los trastornos de ansiedad y los síntomas detectados del estrés postraumático.



Técnicas de exposición prolongada: Es un tratamiento basado en la exposición imaginativa de los estímulos asociados al evento traumático, esta terapia tiene como objetivo que el paciente pueda tener un nuevo aprendizaje de la situación experimentada a través de la exhibición al suceso traumático con una condición controlada y sin los niveles de ansiedad cursados originalmente.

Técnicas de procesamiento cognitivo: Este tratamiento busca la reestructuración cognitiva, el dialogo socrático como técnica de exposición que consiste en escribir todos los recuerdos del acotamiento traumático, leérselos al terapeuta de manera que se realice un procesamiento emocional asociado a los recuerdos del evento, con el propósito de comparar los elementos aplicados frente a la terapia de exposición prolongada.

Técnicas de desensibilización y reprocesamiento del movimiento ocular: Este tratamiento se basa en la evaluación inicial del paciente; en el que primero el terapeuta busca en la narración de la víctima el evento experimentado, declaración positiva auto referente, auto confianza que promueva el cambio y puede ser generalizable a otras situaciones y que asocie seguridad. (Guzmán, Padrós, & Laca, 2015)

Relaciones sociales

Son aquellas habilidades emocionales que posee el individuo para relacionarse, determinadas bajo un contexto personal, que procura la conexión entre dos o más personas, lo cual posibilita la acción de compartir actitudes, deseos, sentimientos, derechos y opiniones; para lograr relaciones sociales positivas dentro de los diferentes entornos que rodea al individuo, es necesario la aplicación de la inteligencia emocional, característica intrínseca de los seres humanos que al ser desarrollada permite estabilizar el comportamiento en los diferentes grupos que comparte (Ontoria, 2018).

Un criterio establecido por Serje (2015), expresa que las relaciones sociales son todas aquellas interacciones que se efectúan dentro de un grupo de personas, el vínculo formado por los individuos, crea un fuerza para mejorar aspectos relacionados con la salud, educación,



naturales, puesto que, proyectan capacidades sociales que se enmarcan en tomar decisiones que contribuyen al bienestar de la sociedad.

Susceptibilidad en las relaciones sociales

De acuerdo a la autora Crone (2019), las relaciones sociales se condicionan por diferentes factores que se encuentran en el entorno en el cual se desarrolla el individuo, lo que expresa de la siguiente forma:

Durante el desarrollo de las relaciones sociales, pueden existir variaciones de comportamiento, acontecimientos que puede ocasionar que un individuo presente dificultades para interactuar en un grupo de personas, estos factores de susceptibilidad se relacionan a los cambios que se producen en el entorno, perfiles genéticos, que determinan diferencias en los niveles de reacción a ciertos eventos que se dan de sorpresiva, además estos criterios pueden accionar en las relaciones personales de las personas de forma positiva o negativa, dependiendo de la asimilación que hayan percibido.

Importancia de las relaciones sociales

Las relaciones inician con el ejercicio de las relaciones humanas desde la niñez, con los padres, que al largo del tiempo se van expandiendo por la interacción del individuo en otros entornos, lo cual conlleva a desarrollar relaciones sociales, que de forma constante otorgan al individuo aprendizaje, acción importante que permite identificar y establecer lazos afectivos, con personas que comparten apreciaciones similares o producen un estado de tranquilidad (United Nations ECLAC, 2018).

Qué permiten las relaciones sociales

El proceso de socialización, a través del establecimiento de las relaciones sociales dentro de los diferentes ambientes en los cuales se desarrollan los seres humanos, permite acumular experiencias y aprendizajes que aportan a la construcción de la identidad del individuo, influenciado por los espacios sociales, además se considera como un proceso contribuye de forma directa a la adaptación de los cambios políticos, sociales, culturales y económicos, bajo



medidas razonables que inciden de forma positiva en el desarrollo de las relaciones sociales (Díaz & Rodríguez, 2018).

Las emociones y las relaciones sociales

El individuo como parte de su desarrollo interpersonal, genera emociones acordes al entorno en el cual se desarrolla, las cuales son asimiladas por los seres humanos de forma distinta, por ello, se presenta la capacidad de adaptación emocional a los diferentes momentos o eventos que se han suscitado en la vida de las personas, como parte de la inteligencia emocional, aspecto que si no es desarrollado desde la niñez afecta gradualmente en el efecto de las relaciones sociales, porque los impactos sucedidos en la vida del ser humano y la falta de capacidad para reaccionar con inteligencia emocional, provoca un aislamiento en la sociedad (Torres, 2017).

Medios que aportan al mejoramiento de las relaciones sociales

De acuerdo a Molero, Lois, & García (2017), existen condiciones que favorecen a las relaciones sociales, desde una perspectiva general que aporta a mejorar las capacidades en cuanto a la interacción de los individuos con la sociedad, manifestando lo siguiente:

En las relaciones sociales se presentan actores que aportan al mantenimiento positivo de esta acción, una de ellas es el aporte de la sociedad, la cual impulsa a la conexión de las personas por medio de la creación de espacios que mejore las situaciones no positivas o que frenen la interacción dentro de los grupos sociales, además uno de los aportes con mayor significancia que derriba las dificultades para ejercer relaciones sociales positivas, es la contribución de los profesionales que desempeñan el trabajo social, en el área educativa, la psicología, la sociología, que inducen a los seres humanos la importancia de establecer relaciones sociales saludables.



Las relaciones sociales en las prácticas cotidianas

Las relaciones sociales en las prácticas cotidianas son intercedidas por distintos factores que se relacionan a los aspectos transculturales, acciones que se inician por la globalización y la automatización de los procesos como elementos que aportan a suplir a las necesidades personales, gestiones que van instaurando en el ser humano conexiones interpersonales sin apego, con falta de emociones, alterando las dinámicas colectivas, por el incremento de las tendencias tecnológicas (Gómez, y otros, 2019)

Las relaciones sociales y la conducta

Para los autores Cacho, Silva, & Yengle, (2019), las relaciones sociales se vinculan a la conducta humana, lo cual presenta la siguiente apreciación:

Las problemáticas que afectan las relaciones sociales en los seres humanos, causan un impacto en la conducta de los individuos, los cuales se convierten en un factor de riesgo que disminuye las probabilidades de establecer relaciones sociales saludables dentro de un grupo de personas, lo cual perjudica en la vida cotidiana, entre las limitantes más comunes acarreadas por una conducta negativa debido a impactos que surgen durante el desarrollo del ser humano y no permiten alcanzar una relación interpersonal efectiva entre los diferentes ámbitos, son: deficiencia de comunicación con los miembros de la familia, inicio del consumo de bebidas alcohólicas o sustancias ilícitas, violencia, deficiencia en el control emocional de las personas, eventos que deberán ser tratados para mejorar la participación del ser humano en el entorno.

Características que tiene el joven con TEPT

Las personas pueden sufrir de eventos traumáticos que marcan cambios en su estabilidad emocional, complejidades que afectan la interacción normal con el entorno en el cual desarrolla sus actividades diarias, en varios de los casos se presentan aumento del nivel de estrés, sudoración excesiva, cambios repentinos del estado de ánimo, dificultad para concentrarse, alteración de los horarios de sueños, irritabilidad, entre otras características significativas que denotan un estado de alerta del joven, que no le permite vincularse y desarrollarse de forma efectiva en su entorno. (Vallejo, 2015)



TÉCNICAS APLICADA PARA LA RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

Para iniciar con el proceso de psicodiagnóstico es necesario aplicar herramientas que aporten a determinar con precisión el trastorno que padece el paciente, es por ello que se prevé la utilización de diferentes técnicas que permitan recolectar información veraz y pertinente a las variables de estudio.

Historia clínica

Se utilizó con el objetivo de obtener información precisa de las situaciones que se relacionan al estrés postraumático del joven de 22 años identificado como paciente investigado, en la cual se analizó el motivo de la consulta, los antecedentes familiares, aspectos de orden personal que permiten verificar la regularidad de las acciones que efectúa en el día, las relaciones en su entorno, hábitos alimenticios y todo los factores relacionados a su estado mental, puesto que son criterios que aportaron a establecer un diagnóstico preliminar del trastorno del paciente.

Entrevista semiestructurada

Este tipo de entrevista permitió realizar un cuestionario específico sobre el tema “estrés postraumático y su influencia en las relaciones sociales”, de manera que facilitó información que no quedó clara en las sesiones anteriores (historia clínica) realizada al paciente, es decir, se recabó datos que contribuyeron al desarrollo del caso en base a las preguntas abiertas (3) y cerradas (6) aplicadas que dieron a conocer los motivos y secuelas de la enfermedad que padece el joven de 22 años, además los datos recolectados sirvieron de pauta para la creación del plan terapéutico.

Escala de gravedad de síntomas del trastorno de estrés postraumático



Esta técnica aportó a la identificación de la intensidad de los síntomas de experimentación, evitación y aumento de la activación, es decir ayudó a determinar desde cuando el joven de 22 años presenta los síntomas descritos, con el objetivo de evaluar la puntuación que posee el paciente analizado y de esta forma conocer cuál es su nivel del trastorno por estrés postraumático; por medio de la aplicación de esta escala de gravedad de síntomas nos permitió inducir el diagnóstico que tiene el PI, resultados que se relacionan con los problemas existentes en cuanto a su contexto social, además contribuyó a la identificación de un mayor número de problemas en el estado mental del joven de 22 años.

RESULTADOS OBTENIDOS

SESIONES

Primera sesión

Inició el día 25 de noviembre del 2019 a las 10:00, se aplicó la técnica de la historia clínica como parte del análisis de los signos y síntomas que permite diagnosticar de forma preliminar el posible trastorno que padece el joven de 22 años; en esta primera sesión se recopilaron datos del motivo de la consulta de las cuales se analiza si ha presentado comportamientos inadecuados que afectan las relaciones sociales en su actividades diarias, además se indagó respecto a su estado emocional actual como parte de la detección del trastorno, se verificó los antecedentes familiares y cuál es la relación con cada uno de los miembros que viven en conjunto con él en su hogar, como parte de obtener información pertinente del PI, se efectuaron preguntas personales, relacionados a su entorno educacional, adaptación social, criterios importantes que aportan a la investigación de las variables planteadas.

Segunda sesión

En este periodo de tiempo empleado el 02 de diciembre del 2019, se efectuó un análisis profundo para determinar los posibles cambios o avance del comportamiento que ha presentado el paciente en el tiempo transcurrido de una sesión a otra, periodo de 8 días, catalogado como periodo corto, pero que son días en los cuales el joven realiza diferentes actividades en varios entornos. Dentro de esta sesión se enfatizó en la adaptación social, la alimentación y sueño, su



desempeño en el aspecto académico y el estado mental, factores estratégicos necesarios para continuar la evaluación del paciente y ejecutar un diagnóstico preliminar de su estado de salud.

Tercera sesión

Fue realizada el 9 de diciembre del 2019, en la que se aplicó la entrevista semiestructurada compuesta de 9 preguntas entre abiertas y cerradas, las cuales estuvieron relacionadas a: familia, amigos, actividades sociales, la experiencia del trauma, su comportamiento después del evento traumático, sus relaciones sociales y cotidianas, estos componentes se planteó con el objetivo de conocer más del problema que tiene el paciente, debido a que en la sesión anterior solo se recabo información general y no específica que permita determinar causas y consecuencias del estrés postraumático que sufre el joven de 22 años.

Cuarta sesión

Se desarrolló el 16 de diciembre del 2019, donde se aplica el Test de Escala de Gravedad de Síntomas de Trastorno de Estrés Postraumático, con el propósito de establecer la sintomatología que posee el paciente, relacionado con el trastorno que padece, la realización de la sesión se ejecutó con la presencia de la madre y persona evaluada, la cual no presentó actitud de inquietud o inadecuada, debido a que por medio de la exploración del estado mental obtenido en la aplicación de la historia clínica el paciente es consciente de la enfermedad que padece. La aplicación del test de estrés postraumático ayuda a la determinación del diagnóstico que presenta la persona analizada sobre el suceso traumático, puesto que se conoce durante el desarrollo de la sesión que el paciente posee inconvenientes en las relaciones sociales, debido a que experimenta de forma reiterada pesadillas que le imposibilita dormir de forma adecuada, además, recuerda el suceso por medio de proyecciones del evento traumático cuando ve imágenes de automóviles cerca.

SITUACIONES DETECTADAS

Los principales hallazgos a través de la aplicación de las diferentes técnicas clínicas para la recolección de información del caso de estudio denominado como Psicodiagnóstico aplicando el criterio de DSM 5 son los siguientes:



La primera sesión aplicando la técnica de historia clínica se obtuvieron los siguientes resultados, iniciando por la motivación propia del paciente para iniciar el proceso de análisis de su situación actual a causa de sufrir un accidente de tránsito de gravedad en el que estuvo al borde de perder la vida; se continuó con la verificación de los antecedentes familiares en donde el joven manifiesta que su núcleo familiar está compuesto por madre, padre, hermano y hermana, aspecto en el cual no se identificó mayor relevancia o anormalidad, dentro del cuadro psicopatológico actual se identifica que posee dificultad para concentrarse en sus actividades académicas, insomnio y pensamientos distorsionados.

Un aporte importante que se determinó mediante la historia clínica es que posee dificultades para relacionarse de forma normal con su entorno, obteniendo un resultado esquivo y reservado cuando se encuentra con un grupo de personas, en cuanto a los hábitos alimenticios del paciente se establece un grado de normalidad, debido a que no consume café y sustancias psicotrópicas como alcohol, sus horas de sueño han sido afectadas debido a los pensamientos distorsionados en relación al evento traumático sufrido hace siete meses atrás de la fecha actual; también se verifica que posee un aspecto normal, el lenguaje no verbal de acuerdo a sus gestos y posición del cuerpo se refleja tensión al relatar lo ocurrido y se establece como rasgo importante la conciencia de la enfermedad.

Los resultados obtenidos de la aplicación de la historia clínica por segunda ocasión en un periodo de tiempo de 8 días ejerciendo un énfasis en el cuadro psicopatológico actual, su desenvolvimiento en el entorno académico, adaptación social, sueño y por último el estado mental, se registra la siguiente información; en la actualidad el paciente mantiene dificultad para concentrarse específicamente en el ámbito académico, presenta episodios de insomnio y evita relacionarse con un grupo de personas numerosas y lugares cerrados para desarrollar actividades relacionadas a cualquier orden; en cuanto a los datos obtenidos de la observación realizada el día de esta sesión se obtuvo que su estado anímico se encontraba normal y cuando se le pidió que relatara el evento del accidente se observó una actitud tensa, pero en menor frecuencia en relación a la primera sesión, los signos y síntomas persistieron y son ansiedad, insomnio marcado, conducta social esquivada, pensamientos distorsionados a la realidad. Datos



preliminares recolectados de la aplicación de la técnica historia clínica, lo cual nos permite emitir un diagnóstico estructural de trastorno de estrés postraumático por accidente vehicular de acuerdo al criterio DSM 5 309.81 (F43.10), resultado que será corroborado con la aplicación de las demás técnicas implementadas.

En la aplicación de la entrevista semiestructurada, se realizaron nueve preguntas al joven de 22 años, en donde él respondió según su criterio, pudiendo evidenciar que el paciente tuvo una experiencia estresante porque le representó una amenaza para su integridad física hasta pensó que iba a morir, debido al accidente de tránsito que sufrió, también contestó que al momento del evento mantuvo una reacción de miedo intenso por el susto de perder la vida y de verse ensangrentado. En otra de las preguntas relacionadas al trauma manifestó que hasta la actualidad no ha podido superar el suceso vivido y que dicho evento le ha traído consecuencias negativas para su vida, afectando principalmente sus relaciones sociales, porque no puede convivir con otras personas, donde persiste la ansiedad y el ruido le aturde, tal es el caso, que le ocurrió cuando lo invitaron a una fiesta de quince años que salió corriendo despavorido al recordar pensamientos del suceso traumático.

Otra de las consecuencias negativas después del trauma ha repercutido en la relación familiar debido a que no existe una comunicación fluida con sus padres y hermano, con los amigos ya no existe un trato y fraternidad que había hasta antes del accidente, por lo que ha afectado sus relaciones sociales en su entorno académico y personas en general, contexto que ha provocado aislamiento. También respondió que el suceso lo recuerda/sueña de manera continua aun cuando no desea hacerlo; esta experiencia le ha generado un comportamiento de irritabilidad, a tal punto de provocar un deterioro social ante el mundo que lo rodea.

SOLUCIONES PLANTEADAS

En la variable de estrés postraumático en la categoría emocional, se plantea los siguientes criterios estructurados:



Objetivo: Preparar emocionalmente al joven de 22 años para que disminuyan sus reacciones negativas en su entorno social.

Técnica: Se aplicará la técnica de autocontrol emocional para mejorar la interacción del joven de 22 años en su entorno social.

Proceso: Se le indicará al paciente que efectúe una relajación progresiva con la tensión de cada uno de los músculos del cuerpo por un periodo de 5 a 7 segundos y luego relajarse de 20 a 30 segundos como estímulo para disminuir la tensión, el ejercicio debe repetirse una vez en cada sesión el cual se le preguntará al joven la diferencia entre la tensión previa al ejercicio y como percibe la tensión posterior al ejercicio, actividad que forma parte de la técnica de autocontrol emocional porque permite una relajación progresiva del paciente, al igual se emplea un conversatorio en el cual se motiva al joven a enfrentar los aspectos o situaciones que le generan miedo y aprender que los estímulos que son seguros no los evite.

N° de sesiones: Tres sesiones

Resultados esperados: Se espera que el paciente puede desarrollar habilidades de autocontrol que le permitan reducir o eliminar emociones negativas que le causan estrés relacionadas a su entorno social.

En la variable de relaciones sociales en la categoría afectiva, se plantea los siguientes criterios estructurados:

Objetivo: Incentivar al joven de 22 años para mejorar las relaciones interpersonales por medio del aumento de los estímulos emocionales positivos con la aplicación de técnicas clínicas que aporten a la disminución del estrés postraumático.

Técnica: Se empleará la técnica de fortalecimiento de las habilidades sociales como parte estratégica para que el joven de 22 años pueda relacionarse de forma efectiva en sus diferentes entornos

Proceso: Se iniciará la aplicación de la técnica de fortalecimiento de las habilidades sociales indicando al paciente que establezca un conversatorio de un tema específico en el cual tendrá la oportunidad de hacer preguntas, expresar sus ideas y formular ejemplos prácticos respecto a la temática indicada, con el objetivos de que estos se realicen con naturalidad y con palabras usuales por el joven; como parte del desarrollo de las habilidades comunicativas por



medio de una persuasión de comunicación que le permitan mejorar sus relaciones sociales con las demás personas que se encuentran en los diferentes entornos en el que se desarrolla.

Nª de sesiones: Tres sesiones

Resultados esperados: Que al paciente le permita restablecer la capacidad y vínculo comunicativo con las personas en general y su familia de manera asertiva y proactiva. Como solución conjunta para mejorar las relaciones sociales se estable implementa criterios estructurados en la categoría conductual.

Objetivo: Impulsar a que el joven de 22 años con estrés postraumático desarrolle habilidades de relajación y control personal para que pueda manejar sus emociones negativas cuando se encuentra rodeado de un grupo de personas.

Técnica: Se implementará la técnica de relajación y respiración como parte principal del control emocional en espacios públicos del joven de 22 años con estrés postraumático

Proceso: Se indicará al joven que realice la técnica de relajación progresiva para así obtener disminución de la tensión, lo cual nos permitirá iniciar con las técnicas de respiración que consiste en trabajar por periodos de 5 minutos la respiración profunda, con la finalidad de que estas aporten al control de la conducta.

Nº de sesiones: Dos sesiones

Resultados esperados: Se espera con la aplicación de esta actividad, que el joven pueda mantener un comportamiento y conducta adecuada, además de sentirse cómodo en lugares públicos que poseen gran afluencia de personas, para que de esta forma pueda relacionarse con normalidad con las personas que lo rodean.



CONCLUSIONES

El paciente no puede desempeñarse con normalidad dentro de su contexto social, debido que cuando se encuentra en reuniones familiares o de amigos recuerda el suceso traumático y empieza con síntomas de ansiedad, sudoración y pensamientos dispersos, que obliga a retirarse del entorno en el que se encuentra. Una de las principales consecuencias es que el paciente vive reexperimentación, incremento de la activación por recuerdos desagradables del evento traumático, problemas de concentración y dificultades para desaparecer aquellos pensamientos, factores que condicionan de forma negativa su estabilidad emocional.

El adolescente presenta inconvenientes en el ámbito académico donde se le dificulta atender y a su vez participar activamente en el desarrollo de sus clases como lo hacía anteriormente, en el desarrollo de actividades deportivas, debido a que los estudios realizados en el PI reflejan que cuando realiza juegos deportivos en ocasiones recuerda momentos del suceso traumático que impide concentrarse por completo en dicha actividad.

La divergencia de la investigación, es que a pesar de que existen personas con problemas psicológicos que afectan su entorno social en la unidad educativa no se considera con prioridad para el manejo de técnicas específicas en el área psicológica.

Se recomienda que el paciente desarrolle un plan terapéutico conformado en función del modelo cognitivo conductual para mejorar en el adolescente sus relaciones sociales a través de la aplicación de técnicas psicológicas como de autocontrol o entrenamiento de habilidades sociales con el propósito de incrementar las acciones comunicacionales del individuo dentro de contexto social, además se sugiere que el núcleo familiar debe predestinar mayor atención para evitar que el cuadro clínico empeore en el futuro



BIBLIOGRAFÍAS

- APA. (2014), DSM-V, manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, Arlington, medica panamericana.
- Barlow, D. (2018), manual clínico de trastornos psicológicos: tratamiento paso a paso, México, el manual moderno.
- Bodas, D. (2018), trastorno por estrés postraumático, recuperado de: <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/65623/1/TEPT.pdf>.
- Cacho, Z. (2019), el desarrollo de habilidades sociales como vía de prevención y reducción de conductas de riesgo en la adolescencia. Revista Transformación.
- Crone, E. (2019), el cerebro adolescente: cambios en el aprendizaje, en la toma de decisiones y en las relaciones sociales, Madrid, Narcea Ediciones.
- Díaz, J. (2018), introducción a la sociología. Madrid. UNED.
- García, E. (2014), psicología general. México, Grupo Editorial Patria.
- Gómez, M. (2019), relaciones sociales y prácticas cotidianas del habitante de calle en Medellín, Colombia. Psicología en Pesquisa.
- Guzmán, M., (2015), interenciones psicológicas tasadas en la evidencia para el trastorno de estrés postraumático. Revista Electrónica de Psicología Iztacala.
- Instituto Nacional de Salud Mental. (2016), trastorno por estrés postraumático, Obtenido de: NINH: <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/español/trastorno-por-estrés-postraumatico/index.shtml>.
- Martínez, M., (2016), impacto de experiencias traumáticas sobre el desarrollo cognitivo, emocional y familiar en niños y adolescentes víctimas de violencia, Tesis Psicológica.
- Molero, F., (2017), psicología de los Grupos, Madrid, UNED.
- Ontoria, M., (2018), habilidades sociales, Madrid, Editex.
- Ospina, A. (2016), síntomas, niveles de estrés y estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes masculinos y femeninos de la Institución de Educación Superior, Colombia, Tesis de Posgrado.
- Reynoso, L., (2019), trastorno de estrés postraumático en Adultos, México, Qartupp.



Serje, M. (2015), los impactos sociales: guía de campo, Bogota, Universidad de los Andes.

Torres, M. (2017), persona, personalidad y relaciones interpersonales, Mexico, Editorial Panoamericana.

United Nations ECLAC. (2018), notas de población, Santiago, CEPAL.

Vargas, A., (2017), estres postraumatico: trastorno basado en la terapia de aceptacion, Mexico, El Manual Moderno.

Ybarra, J., (2015), intervenciones con apoyo empirico: herramienta para el psicologo, Mexico, El Manual Moderno.

Zautra, A., (2014), inteligencia social: aplicación practica en el contexto educatavo, Madrid, Secretaria General Tecnica.

