



# SALUD MENTAL

El abuso y otras formas de trauma pueden tener efectos de por vida en las personas, familias y comunidades. Muchos estudios han demostrado la estrecha relación entre el trauma el trastorno de estrés postraumático, la depresión, la ansiedad, el consumo de sustancias, los problemas de salud física e incluso la pobreza y la muerte prematura. Pero pueden prevenirse cuando las personas reciben servicios y apoyo basados en evidencia desde el principio. Los tratamientos que se ofrecen en los Centros de Abogacía de Menores (CAC), pueden reducir significativamente los síntomas del trauma y prevenir los efectos a largo plazo.

Los CAC se comprometen a utilizar métodos de detección, evaluación y tratamiento basados en evidencia y específicos para cada trauma de modo que las personas afectadas por un trauma puedan sanar.

*Los Centros de defensa de los niños en Dakota del Norte son entornos amigables para los niños que coordinan y brindan servicios para niños que pueden haber sido abusados. Los CAC ayudan a miles de personas cada año mediante prácticas basadas en evidencia.*

## Beneficios de los Servicios de Salud Mental

- Inicia el proceso de sanación tras un trauma
- Enseña habilidades de afrontamiento para hacer frente al impacto del trauma
- Ayuda a restablecer la seguridad tras el trauma
- Ayuda a abordar otros problemas como la depresión/la ansiedad
- Permite expresar sentimientos que, de otro modo, podrían manifestarse en forma de comportamientos
- Da la oportunidad de hablar de la experiencia en un lugar seguro
- Mejora la autoestima y la confianza
- Aumenta la seguridad en el futuro
- Aumenta la resiliencia para hacer frente al estrés en el futuro
- Builds resiliency to handle future stress

La terapia puede reducir los síntomas del trauma

**75%** de los niños que tenían TEPT cuando iniciaron el tratamiento ya no lo tenían en su última cita

*Cohen et al., 2011*

# Tratamientos Basados en Evidencia: ¡Terapia que Funciona!

## Servicios de Salud Mental CAC

Los CAC ofrecen exámenes de salud mental, evaluaciones y tratamiento para determinar las necesidades de la persona e informar al terapeuta sobre qué terapia específica para el trauma satisfará mejor las necesidades identificadas del cliente. En cada CAC se ofrecen varias terapias in situ o vía telesalud.

## Accediendo a Servicios CAC

Los servicios de salud mental de los CAC son gratuitos para las familias y se ofrecen en persona o vía telesalud.

## ¿Qué es el Tratamiento de Salud Mental?

El tratamiento de salud mental, o terapia, es una oportunidad única para reunirse con un profesional cualificado que guiará al paciente a través de un tratamiento basado en evidencia para reducir los síntomas. Es importante recordar que la sanación es un proceso diferente para cada persona. El tratamiento depende de la voluntad de cada uno de estar abierto y participar. El paciente, o su cuidador, deben sentirse bienvenidos a expresar cualquier preocupación o barrera al tratamiento con el terapeuta.

## El Papel del Cuidador en el Tratamiento

Un factor predictivo importante a la sanación tras un trauma es el apoyo de los cuidadores no agresores\*, quienes cumplen una función integral al ayudar al niño. El tratamiento funciona mejor cuando participan los cuidadores (se incluyen dependiendo del modelo de tratamiento). Pueden ayudar a los niños al practicar las habilidades aprendidas en el hogar. El trauma afecta a toda la familia, por lo que parte del tratamiento incluirá al cuidador.

*Szota, Schulte, Christiansen, 2022*

## Terapia Cognitiva-Conductual Centrada en el Trauma (TF-CBT)

Intervención que integra técnicas cognitivo-conductuales con intervenciones para el trauma

## Intervención por Estrés Traumático Infantil y Familiar (CFTSI)

Una intervención breve y temprana para los niños y sus cuidadores

## Alternativas para Familias Terapia Cognitiva-Conductual (AF-CBT)

Una intervención que mejora la relación entre niños y cuidadores en familias muy conflictivas

## Conducta Sexual Problemática Terapia Cognitivo-Conductual (PSB-CBT)

Intervención en grupo de niños y cuidadores para reducir o eliminar los incidentes sexuales problemáticos

## Terapia de Interacción Padres e Hijos (PCIT)

Adiestramiento de cuidadores para niños pequeños con problemas de comportamiento perturbador

## Psicoterapia de Padres e Hijos (CPP)

Una intervención para que los niños muy pequeños y sus cuidadores aborden las experiencias estresantes

## Terapia de Procesamiento Cognitivo (CPT)

Una intervención para adultos que han sufrido traumas

## Psicoterapia Estructurada para Adolescentes con Estrés Crónico (SPARCS)

Intervención grupal para adolescentes con traumas y estrés crónico



Dakota Children's  
ADVOCACY CENTER

Bismarck • Dickinson • Jamestown  
Standing Rock • Watford City

701.323.5626 | dakotacac.org  
mentalhealth@dakotacac.org



Northern Plains  
Children's Advocacy Center

Minot • Williston • Bottineau

701.852.0836 | northernplainscac.org  
info@northernplainscac.org



RED RIVER  
CHILDREN'S  
ADVOCACY CENTER

Fargo • Grand Forks • Devils Lake

701.478.5880 | rrcac.org  
mentalhealth@rrcac.com