

Aprenda sobre el trastorno por estrés agudo [Learning About Acute Stress Disorder (ASD)]



¿Qué es el trastorno por estrés agudo?

El trastorno por estrés agudo es una afección de salud mental a corto plazo que puede ocurrir después de un evento traumático. Se trata de un evento en donde alguien es amenazado o lesionado gravemente, como un accidente de coche. Las personas con trastorno por estrés agudo pueden tener reviviscencias o sentir que están reviviendo el evento. El trastorno por estrés agudo dura menos de 1 mes.

¿Cuál es la causa?

Puede sufrir trastorno por estrés agudo si es testigo o vive un evento traumático. También puede sufrirlo si oye que un ser querido tuvo un evento traumático. Las personas que están expuestas a muchos eventos traumáticos también pueden sufrir un trastorno por estrés agudo. Por ejemplo, esto puede pasarles a los agentes de policía y al personal sanitario.

¿Cómo se diagnostica?

El médico le preguntará acerca del evento traumático. También le preguntará sobre los síntomas, cuánto tiempo los ha tenido y cómo afectan su vida. El médico le puede preguntar si tiene otras afecciones, como una lesión cerebral.

¿Cuáles son los síntomas?

Cuando tiene trastorno por estrés agudo, es posible que:

- Tenga recuerdos o sueños inquietantes sobre el evento traumático. Puede sentir que está reviviendo el evento (reviviscencias). Algunas cosas que le recuerdan el evento pueden ser la causa, como olores o ruidos.

- Esté infeliz con frecuencia. Por ejemplo, puede sentir que la vida no le da alegría o satisfacción.
- Sienta que nada es real. Por ejemplo, puede sentir que no está dentro de su cuerpo o que está mirando las cosas desde muy lejos. Puede que no recuerde partes importantes del evento.
- Evite pensamientos sobre el evento. Puede que se aleje de personas o lugares que le recuerdan el evento.
- Luche con sus emociones. Por ejemplo, puede tener dificultades para dormir, sentirse enojado con frecuencia, estar alerta ante el peligro y tener problemas de concentración.

Si los síntomas duran más de 1 mes, dígaselo al médico. Es posible que tenga otra afección llamada trastorno por estrés postraumático.

¿Cómo se trata?

El trastorno por estrés agudo se trata con asesoramiento. La terapia cognitivo-conductual es un tipo común de asesoramiento para el trastorno por estrés agudo. Se centra en cambiar ciertos pensamientos y comportamientos. Esto puede ayudar con los síntomas. La terapia cognitivo-conductual también puede ayudar a prevenir el trastorno por estrés postraumático. A veces se usan medicamentos para tratar el trastorno por estrés agudo.

¿Dónde puede encontrar más información en inglés?

Vaya a <https://spanishkb.healthwise.net/Patientedes>

Escriba **S127** en la celda de búsqueda para aprender más acerca de "**Aprenda sobre el trastorno por estrés agudo**".

©2006-2022 Healthwise, Incorporated.

Estas instrucciones de cuidado son para usarlas con su profesional clínico registrado. Si tiene preguntas acerca de una afección médica o de estas instrucciones, pregunte siempre a su profesional de la salud. Healthwise, Incorporated niega cualquier garantía o responsabilidad por su uso de esta información.