Toolkit para el Cuidado
Informado sobre el Trauma

Resilient Gwinnett



Índice

Índice 2

Introducción 4
Comprendiendo el Cuidado Informado sobre el Trauma 6
Por qué el condado de Gwinnett debe preocuparse por el Trauma y el Cuidado Informado sobre el Trauma 7
Los beneficios económicos del Cuidado Informado sobre el Trauma 8
Reduciendo el impacto del trauma en la salud pública 9
Mejorando los resultados educativos y el bienestar juvenil 10
Fortalecimiento del sistema de justicia penal y reducción de la reincidencia 11
Fomentando la resiliencia comunitaria y la cohesión social 12

Un vistazo a: Lugares de trabajo Informados sobre el Trauma 13
Por qué es importante el Cuidado Informado sobre el Trauma en el trabajo del condado de Gwinnett 13
Alcance del Trauma en los lugares de trabajo de Gwinnett 14
Impacto del Trauma en el desempeño laboral 14
El poder del Cuidado Informado sobre el Trauma en el lugar de trabajo 15
Tomando acción en Gwinnett: ¿Qué se puede hacer? 17

Un Vistazo a: Escuelas Informadas sobre el Trauma 18
Por qué es importante el Cuidado Informado sobre el Trauma en las escuelas del condado de Gwinnett 18
Alcance del Trauma en las escuelas de Gwinnett 18
Impacto del Trauma en el rendimiento estudiantil 19
El poder del Cuidado Informado sobre el Trauma 20
Tomando Acción en Gwinnett: ¿Qué Se Puede Hacer? 22
Fomentando entornos escolares informados sobre el trauma en el condado de Gwinnett 23

Un vistazo a: Organizaciones Juveniles Informadas sobre el Trauma 24
Por qué es importante el Cuidado Informado sobre el Trauma en las Organizaciones Juveniles de Gwinnett 24
Alcance del Trauma en los jóvenes del condado de Gwinnett 25
Impacto del Trauma en el desarrollo juvenil 25
Los beneficios del Cuidado Informado sobre el Trauma en organizaciones juveniles 26
Tomando acción en Gwinnett: ¿Qué se puede hacer? 28
Construyendo un puente entre los datos y la implementación: Lenguaje Compartido 29

Biblioteca de Lenguaje Compartido 30
Introducción: El poder del Lenguaje Compartido en las Prácticas Informadas sobre el Trauma 30
Interacción consciente con el Lenguaje sobre el Trauma 31
Principios, conceptos y términos fundamentales 32
Definiendo el Cuidado Informado sobre el Trauma 46
De la conciencia a la acción: Hoja de ruta para la implementación 50

Índice

Implementación del Cuidado Informado sobre el Trauma 51
Descripción de los dominios de implementación del Cuidado Informado sobre el Trauma (TIC) 51
Hoja de Ruta del Cuidado Informado sobre el Trauma 53
Destino 1: Conciencia del Trauma 55
Destino 2: Sensibilidad al Trauma 55
Destino 3: Capacidad de Respuesta al Trauma 56
Destino 4: Entorno Informado sobre el Trauma 57
Evaluar: Resultados y Cultura TIC 58
Recursos adicionales para Prácticas Informadas sobre el Trauma 58
Conclusión 59

Agradecimientos 59

Apéndice A: Recursos para Escuelas 61

Apéndice B: Recursos para Lugares de Trabajo 62

Apéndice C: Recursos para Organizaciones Juveniles 63

Referencias 65

Introducción



El trauma es una epidemia invisible que impacta profundamente a individuos, familias y comunidades enteras. Casi el 70% de los adultos en EE.UU. ha experimentado al menos un evento traumático en su vida, y más del 80% de los adolescentes ha vivido una Experiencia Adversa en la Infancia (ACE, por sus siglas en inglés)[1,2]. A pesar de estas estadísticas alarmantes, el trauma sigue siendo uno de los problemas sistémicos más ignorados de nuestra época. La necesidad de comunidades informadas sobre el trauma nunca ha sido más urgente.

El Cuidado Informado sobre el Trauma (TIC, por sus siglas en inglés)es mucho más que un enfoque terapéutico individual, es un marco transformador que promueve la sanación y la resiliencia en las comunidades, ayudándolas a romper ciclos de adversidad y prosperar.

Cuando organizaciones, servicios sociales, escuelas y líderes comunitarios adoptan genuinamente los principios del TIC,se promueve la sanación individual y se nutre el tejido social, marcando una diferencia profunda en las vidas de muchas personas.

Introducción

Este kit de herramientas está diseñado para ofrecer información útil y estrategias prácticas que permitan impulsar un cambio duradero y basado en el TIC en sectores clave como escuelas, lugares de trabajo y organizaciones juveniles. A través de datos basados en evidencia, el kit destaca por qué el trauma es un asunto crítico para la comunidad, detallando su impacto en la salud pública, los sistemas sociales y la estabilidad económica.

Además, incluye un análisis profundo del TIC, proporcionando a los lectores una "Biblioteca de Lenguaje Compartido" para comprender y abordar los efectos del trauma. También ofrece una guía introductoria para la implementación, que sirve como hoja de ruta para integrar prácticas informadas por trauma en las operaciones cotidianas.



Nuestra esperanza es que este recurso empodere al Condado de Gwinnett para construir una comunidad más compasiva y resiliente, donde se priorice la sanación, se minimice el daño y todas las personas tengan la oportunidad de prosperar.

Comprendiendo el Cuidado Informado sobre el Trauma

El Cuidado Informado sobre el Trauma (TIC) es un enfoque que permite entender y responder a los efectos del trauma, con el objetivo de crear entornos seguros donde las personas sean tratadas con respeto, compasión y comprensión. El TIC en lugares de trabajo, escuelas y otros espacios comunitarios fomenta la resiliencia, el bienestar y la adaptación positiva en individuos afectados por trauma.

Al priorizar la seguridad, el empoderamiento y la recuperación, este enfoque garantiza que las políticas, entornos y prácticas promuevan la sanación mientras minimizan factores desencadenantes de estrés. Además, las prácticas TIC están diseñadas para ser sensibles a la diversidad racial, étnica y cultural de las personas, lo que mejora la inclusión y el apoyo[3].

Los entornos informados sobre el trauma parten de la premisa de que el trauma puede haber influido en la conducta, la salud o el bienestar general de una persona, lo que permite cambiar la mentalidad de "¿Qué te pasa?" a "¿Qué te ocurrió?". Profundizaremos en este tema en la sección Definiendo el Cuidado Informado sobre el Trauma.[4]



Continúa leyendo para descubrir cómo el TIC puede beneficiar al Condado de Gwinnett.

¿Por qué el Condado de Gwinnett debe preocuparse por el trauma y el Cuidado Informado sobre el Trauma?

El trauma trasciende a los individuos y afecta a comunidades y sistemas enteros.

Para comprender su verdadero alcance, debemos verlo como un problema sistémico complejo que influye en casi todos los aspectos de la vida en comunidad, y no como una serie de incidentes aislados. Desde el costo económico de los trastornos de salud mental no atendidos hasta la presión sobre los sistemas educativos y los efectos desproporcionados del trauma en las poblaciones marginadas, las consecuencias del trauma se extienden por todo Gwinnett, afectando cada rincón de nuestra comunidad. Aunque el trauma suele ser invisible, su impacto es innegable y afecta la salud colectiva, la seguridad y la prosperidad de todo el condado.



Entender el trauma y sus efectos de largo alcance no solo es importante, sino esencial para construir un Condado de Gwinnett más saludable, resiliente y compasivo. Al adoptar el Cuidado Informado sobre el Trauma y relacionarnos con empatía, podemos crear un entorno donde todos, especialmente los más vulnerables, se sientan apoyados, seguros, vistos y empoderados para sanar.

Al profundizar nuestro entendimiento del trauma y esforzarnos por convertirnos en una comunidad informada sobre el trauma, nos comprometemos a protegernos mutuamente, trabajar hacia la sanación y sentar las bases de esperanza para las generaciones futuras.

Los beneficios económicos del Cuidado Informado sobre el Trauma

Ignorar los efectos generalizados del trauma tiene un alto costo económico, especialmente en comunidades diversas como Gwinnett, donde el trauma es más prevalente debido a desigualdades sistémicas, opresión histórica y una mayor exposición a Experiencias Adversas en la Infancia (ACEs), como abuso y negligencia.[5]

El impacto económico del trauma se refleja en los costos de atención médica, la pérdida de productividad y los sistemas sociales sobrecargados. Los estudios indican que la carga económica anual del trauma y las ACEs en los Estados Unidos es de $14.1 trillones, incluidos $183 billones en costos médicos directos y $13.9 trillones en pérdida de años de vida saludable.[6] Además, el trauma contribuye al estrés crónico y a los problemas de salud mental, lo que afecta negativamente el compromiso en el entorno laboral y debilita la salud económica de una comunidad.

Sin embargo, implementar prácticas y políticas informadas sobre el trauma puede crear entornos de apoyo que mitiguen sus efectos negativos. Además de mejorar el bienestar individual, los enfoques informados sobre el trauma tienen el potencial de reducir la presión financiera sobre los sistemas sociales. Cuando las personas reciben un mejor apoyo, es menos probable que necesiten programas de asistencia pública o servicios sociales.

El Cuidado Informado sobre el Trauma tiene el potencial de reducir la carga sobre los gobiernos locales y estatales, liberando recursos para otras necesidades urgentes. A medida que las personas que han experimentado trauma reciben el apoyo necesario para sanar y prosperar, es más probable que accedan a empleos sostenibles, participen en la vida comunitaria y rompan el ciclo de inestabilidad económica y dependencia.

El estado de Washington implementó un plan comunitario que ahorró más de $1.1 billones en atención médica, orden público, servicios sociales y otros costos entre 1994 y 2011.[7]

Reduciendo el impacto del Trauma en la Salud Pública

Cuando el trauma no se aborda, puede resultar en una amplia gama de problemas de salud pública, desde trastornos de salud mental como ansiedad y depresión hasta condiciones crónicas como enfermedades cardíacas. En Gwinnett, poblaciones como inmigrantes y minorías raciales tienen más probabilidades de sufrir trauma debido al estrés por discriminación, violencia e inestabilidad económica.

Los estudios muestran de forma consistente que la exposición al trauma incrementa la probabilidad de desarrollar problemas de salud física, incluyendo enfermedades crónicas como la diabetes, la obesidad y enfermedades cardiovasculares. De hecho, las personas con cuatro o más ACEs tienen 1.4 veces más probabilidades de tener diabetes, 2.3 veces más probabilidades de sufrir un accidente cerebrovascular, cáncer o enfermedad cardíaca, 3.2 veces más probabilidades de tener enfermedad respiratorias inferior crónicas, y 10 veces más probabilidades de presentar "consumo problemático de drogas".[8]

El Cuidado Informado sobre el Trauma aborda la raíz de estos desenlaces, mejorando tanto la salud mental como física al ayudar a las personas a sanar de experiencias pasadas. Por ejemplo, el Cuidado Informado sobre el Trauma en entornos de atención médica puede reducir el estrés y mejorar el compromiso con el tratamiento, mejorando así la salud general y previniendo complicaciones médicas adicionales[9].

Cuando se implementa efectivamente, este enfoque disminuye la dependencia de atención de emergencia y hospitalizaciones, reduciendo finalmente los costos de salud a largo plazo y mejorando la infraestructura de salud pública en Gwinnett.[10]





Mejorando los Resultados Educativos y el Bienestar Juvenil

Las escuelas son más que lugares de aprendizaje: son la primera línea de intervención de una comunidad y un entorno crítico para fomentar el bienestar social y emocional a gran escala. Al nutrir tanto la resiliencia individual como los entornos de apoyo, las escuelas ayudan a cultivar factores protectores y promotores que benefician tanto a los estudiantes como al personal.

Las investigaciones muestran que los enfoques informados por trauma en la educación no solo brindan alivio inmediato a los estudiantes, sino que también construyen resiliencia a largo plazo al equiparlos con habilidades saludables de afrontamiento y fomentar relaciones sólidas y de apoyo con adultos de confianza.[11]

Además, el Cuidado Informado sobre el Trauma en las escuelas da como resultado un mejor desempeño académico, menos incidentes disciplinarios y una reducción del ausentismo.[12] A medida que las escuelas de Gwinnett continúan expandiéndose, la integración de prácticas informadas por trauma asegurará que los estudiantes tengan el apoyo que necesitan para tener éxito académica y socialmente, sentando las bases para un futuro más brillante para nuestra comunidad en su conjunto.

Fortaleciendo el sistema de justicia penal y reducción de la reincidencia

Muchas personas dentro del sistema de justicia penal—en especial aquellas que han experimentado violencia doméstica, abuso de sustancias y trauma en la infancia—corren un mayor riesgo de reincidir, creando un ciclo que afecta tanto a los individuos como a la comunidad en su conjunto. Las prácticas informadas sobre el trauma en el cumplimiento de la ley y el sistema judicial pueden ayudar a romper este ciclo al ofrecer servicios de apoyo y enfoques alternativos a las medidas punitivas tradicionales.

El condado de Gwinnett ha tenido éxito con programas como el Tribunal de Salud Mental, que aborda el trauma subyacente y los problemas de salud mental de los infractores en lugar de depender únicamente del encarcelamiento. Los resultados hablan por sí solos: sólo el 26% de los graduados son arrestados posteriormente por un delito grave, en comparación con entre el 60% y el 81% de infractores similares que cumplen condenas de prisión.[13]

Ampliar estos esfuerzos podría ayudar a reducir aún más las tasas de reincidencia, disminuir la presión sobre el sistema judicial y fomentar una comunidad más segura y solidaria. Existe evidencia sólida que sugiere que los enfoques informados sobre el trauma en el ámbito correccional reducen la reincidencia al abordar las causas raíz del comportamiento delictivo y ayudar a las personas a reintegrarse con éxito en la sociedad.[14]

Mejorando la resiliencia comunitaria y la cohesión social

Las comunidades que adoptan el Cuidado Informado sobre el Trauma tienen más probabilidades de experimentar una mayor cohesión social, tasas de criminalidad más bajas y mayor participación comunitaria. Este esfuerzo colectivo puede reducir el aislamiento social, mejorar el bienestar de la comunidad y fomentar relaciones positivas entre los residentes, construyendo en última instancia un Gwinnett más fuerte y unido.[15]

Al fomentar la resiliencia y el apoyo social, Gwinnett puede construir una comunidad en la que todas las personas—independientemente de su trauma pasado—se sientan empoderadas para prosperar. El Cuidado Informado sobre el Trauma no se trata sólo de sanar a individuos; se trata de sanar y fortalecer a la comunidad en su conjunto. A medida que Gwinnett continúa creciendo, adoptar prácticas informadas sobre el trauma en todos los sectores—salud, educación, orden público, negocios y servicios sociales—puede garantizar que Gwinnett sea una comunidad más segura, inclusiva y resiliente.

Un Llamado a la Acción para el Condado de Gwinnett
El Poder de Trabajar Juntos

Las organizaciones tienen una oportunidad única para liderar el camino hacia comunidades más seguras, resilientes y compasivas. Adoptar un enfoque informado por trauma no es sólo un imperativo moral, sino una inversión en el bienestar a largo plazo de las personas y comunidades a las que sirven.

En definitiva, el cambio duradero surge de la acción colectiva. Implementar prácticas informadas por trauma en todos los sectores —educación, orden público, atención médica, vivienda y más— crea una comunidad más fuerte y saludable. El trauma no es solo una experiencia individual, sino un desafío colectivo que requiere una respuesta unificada. La colaboración comunitaria fomenta la confianza, fortalece las relaciones y promueve una responsabilidad compartida por la sanación y bienestar de todos.

¿Estás listo para unirte a nosotros y marcar la diferencia? Comienza por aprender más sobre nuestra comunidad, el Cuidado Informado sobre el Trauma y comprométete a construir un Gwinnett más resiliente.

Un Vistazo a: Lugares de Trabajo Informados por Trauma



Por qué el Cuidado Informado sobre el Trauma importa en los lugares de trabajo del Condado de Gwinnett

El trauma suele verse como un problema personal, pero sus efectos se extienden al ámbito laboral, afectando el bienestar, el compromiso y el rendimiento de los empleados. Ya sea que provenga de experiencias personales como pérdidas, violencia doméstica o adversidades en la infancia, o de desafíos relacionados con el trabajo como acoso, intimidación o estrés crónico, el trauma puede influir en cómo los empleados se desempeñan laboralmente.

En el Condado de Gwinnett, donde las industrias y los antecedentes socioeconómicos varían ampliamente, adoptar prácticas informadas por trauma en el lugar de trabajo es esencial para fomentar tanto el bienestar de los empleados como el éxito organizacional.



El alcance del Trauma en los lugares de trabajo de Gwinnett

El Condado de Gwinnett alberga una fuerza laboral de más de medio millón de personas en industrias que incluyen atención médica, educación, construcción, manufactura y retail.[16, 17] Si bien muchos empleados llegan al trabajo listos para contribuir, otros cargan con el peso de traumas pasados o presentes que pueden afectar sus vidas profesionales. El trauma en la edad adulta no se limita a experiencias infantiles; también puede surgir de la inseguridad laboral, la discriminación, entornos de alta presión y culturas laborales tóxicas.

El trauma en el lugar de trabajo tiene efectos tangibles en el bienestar de los empleados. Aquellos que han experimentado trauma tienen más probabilidades de sufrir ansiedad, depresión y agotamiento, lo que conduce a una menor satisfacción laboral, mayor absentismo y menor productividad. Las organizaciones que no abordan el trauma en el lugar de trabajo no solo experimentan una reducción en el compromiso de sus empleados, sino también tasas más altas de rotación y mayores costos de atención médica asociados con enfermedades relacionadas con el estrés.

El impacto del Trauma en el desempeño laboral

Los empleados que enfrentan trauma frecuentemente experimentan dificultades con la concentración, regulación emocional y relaciones interpersonales en el trabajo. Estudios demuestran que los empleados expuestos a trauma tienen un riesgo significativamente mayor de sufrir estrés laboral y desvinculación, lo que puede generar:

Mayor rotación de personal y menor satisfacción laboral:
Los problemas de salud mental relacionados con el trauma contribuyen a la rotación de empleados. Aquellos que regularmente sienten estrés durante la jornada laboral tienen 3 veces más probabilidades de declarar que planean renunciar en el próximo año, y el 50% de los empleados de tiempo completo reportan haber dejado un trabajo anterior por motivos de salud mental.[18, 19]

Disminución de productividad y calidad del trabajo:
El trauma puede afectar la función cognitiva, dificultando la concentración, retención de información y finalización de tareas. Los empleados con síntomas relacionados a trauma tienen menos probabilidades de cumplir con los plazos y de producir un trabajo libre de errores o de calidad comparable con quienes no enfrentan estos síntomas.[18, 20]



Aumento del absentismo:

El trauma no tratado se manifiesta física y emocionalmente, incrementando las ausencias laborales.[21] Cerca del 60% de las ausencias laborales se atribuyen a altos niveles de estrés, y los empleados que experimentan ansiedad y depresión faltan en promedio 31.4 días laborales al año.[22, 23] A nivel global, se estima que se pierden 12 billones de días laborales anualmente debido a problemas de salud mental, lo que representa un costo de $1 trillón.[24]

Mayor estrés laboral y agotamiento:

Las personas que han experimentado trauma son mucho más propensas a niveles elevados de estrés laboral, lo que deriva en agotamiento.[25] El estrés en el trabajo cuesta a los empleadores de EE.UU. $500 billones al año en pérdida de productividad.[26]

Deterioro en dinámicas de equipo:

Los empleados expuestos al trauma pueden tener dificultades con la confianza, la comunicación y la resolución de conflictos, lo que contribuye a tensiones laborales. Los equipos que incluyen personas con experiencias traumáticas tienen más probabilidades de enfrentar conflictos interpersonales.[20] Además, el trauma puede manifestarse en equipos a través de un aumento en el acoso y la intimidación.[27] En EE.UU., el conflicto laboral cuesta cerca de $540 billones* en tiempo perdido. Altas tasas de rotación y ausentismo están asociadas a entornos donde los conflictos no se gestionan adecuadamente.[28]

*Valor ajustado por inflación según la calculadora CPI de la Oficina de Estadísticas Laborales.

El poder del Cuidado Informado sobre el Trauma en el ambiente laboral

Los lugares de trabajo en el condado de Gwinnett tienen la oportunidad de ser pioneros en crear entornos laborales comprensivos y conscientes del trauma. Entender y abordar el trauma no es solo un enfoque compasivo, sino una estrategia efectiva para crear ambientes de trabajo más saludables, con mayor participación y productividad.

Las prácticas informadas sobre el trauma en los lugares de trabajo de Gwinnett pueden:

Mejorar el clima organizacional y el bienestar de los empleados:

Las investigaciones muestran que implementar este enfoque en el trabajo fomenta un ambiente de apoyo donde los empleados se sienten comprendidos y valorados, lo que resulta en un mejor clima organizacional, mejor salud mental de los empleados y reducción del estrés y agotamiento.[29, 30]

Aumentar la retención y satisfacción laboral:

Los estudios indican que los lugares de trabajo informados sobre el trauma pueden mejorar significativamente la retención de empleados. Este enfoque ha resultado en una reducción del 35% en las tasas de rotación de personal.[31] Los empleados en estos entornos reportan mayor satisfacción laboral.[9] Además, los solicitantes de empleo tienen mayor probabilidad de aplicar a organizaciones que priorizan el apoyo a la salud mental[32], lo que se traduce en menores costos de reclutamiento y una fuerza laboral más estable.

Mejorar la productividad y el compromiso:
Este enfoque genera una fuerza laboral más comprometida. Cuando los empleados se sienten seguros y apoyados, es más probable que estén presentes y sean productivos. Un estudio encontró que los lugares de trabajo que implementan este enfoque reportaron una mejora de casi el 30% en la asistencia de empleados y un ahorro de costos asociado del 20%.[33, 34] Además, las organizaciones donde los miembros del equipo confían en sus líderes - un resultado relacionado con estas prácticas - han mostrado un aumento del 50% en la productividad.[35]

Reducir los conflictos laborales:
Los empleados que han experimentado trauma pueden mostrar irritabilidad, aislamiento o agresividad, lo que puede contribuir a conflictos laborales. Sin embargo, los expertos en resolución de conflictos reportan que las políticas informadas sobre el trauma reducen los conflictos laborales, malentendidos y tensiones interpersonales al capacitar al personal para reconocer señales de angustia, responder con empatía y facilitar diálogos constructivos.[36]



Los lugares de trabajo informados sobre el trauma priorizan el bienestar de sus empleados, lo que lleva al éxito individual y organizacional.

La evidencia muestra claramente que este enfoque no es solo una buena práctica, sino una inversión estratégica que produce mejores resultados tanto para empleados como empleadores.

Tomando acción en Gwinnett: ¿Qué se puede hacer?

Utilizar este kit de herramientas, implementarlo para generar cambios positivos y compartir la información que estás aprendiendo es un excelente primer paso para marcar la diferencia en Gwinnett. Nuestra guía de implementación ofrecerá una dirección más específica para guiarte en el proceso de convertirte en un entorno informado sobre trauma, pero aquí hay algunas formas en que los lugares de trabajo pueden crear cambios reales desde ahora:



Capacitación en trauma para el liderazgo: Ofrecer formación a gerentes y supervisores sobre cómo reconocer comportamientos relacionados con el trauma y responder adecuadamente puede ayudar a crear un entorno laboral más comprensivo.



Programas de bienestar para empleados: Los empleadores pueden integrar iniciativas de bienestar, como días de salud mental, acceso a asesoramiento psicológico y talleres sobre manejo del estrés y resiliencia, en sus sistemas existentes de apoyo existentes para el personal.

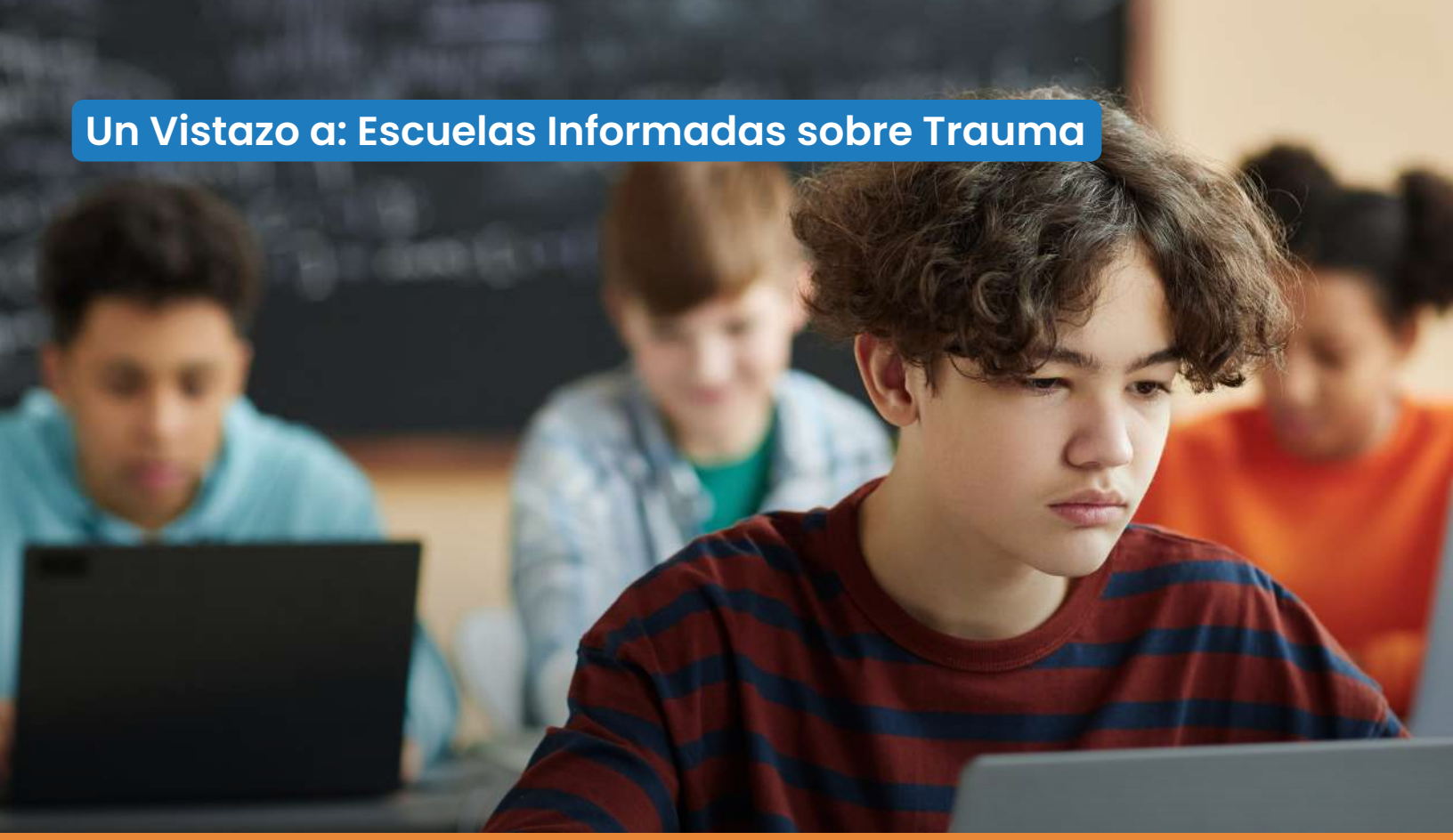


Cambios en políticas: Las organizaciones pueden implementar políticas informadas sobre trauma que incluyan enfoques no punitivos hacia el ausentismo, adaptaciones para salud mental y apoyo proactivo para empleados que atraviesan situaciones personales difíciles.



Alianzas comunitarias: Colaborar con organizaciones de salud mental, organizaciones comunitarias y el gobierno local puede proporcionar a los lugares de trabajo recursos adicionales para apoyar las necesidades emocionales y psicológicas de los empleados.

Un Vistazo a: Escuelas Informadas sobre Trauma



Por qué el Cuidado Informado sobre el Trauma importa en las escuelas del condado de Gwinnett

El trauma—ya sea por abuso, negligencia, violencia comunitaria o crecer en entornos de alto estrés—afecta cómo los estudiantes piensan, aprenden y se comportan. Abordar el trauma en las escuelas del Condado de Gwinnett no solo es importante, sino crucial para apoyar el éxito académico y fomentar el bienestar mental y emocional. El cuidado informado sobre el trauma en las escuelas es una intervención clave que puede moldear profundamente el futuro de los jóvenes de Gwinnett.

El alcance del trauma en las escuelas de Gwinnett

El Condado de Gwinnett alberga un cuerpo estudiantil vibrante y diverso, con más de 180,000 estudiantes en más de 140 escuelas, donde el 80% pertenece a minorías.[37] Sin embargo, detrás de estas cifras impresionantes, muchos estudiantes enfrentan desafíos significativos fuera del aula, como inseguridad alimentaria, inestabilidad habitacional y exposición a violencia comunitaria; factores que contribuyen al trauma y pueden afectar negativamente la concentración, la memoria y el comportamiento.

Con un 39% de estudiantes en situación económica desfavorable y más del 56% que califican para almuerzo gratis o a precio reducido, el trauma es una realidad diaria para muchos.[37, 38]

Además, la considerable comunidad inmigrante de Gwinnett enfrenta desafíos únicos relacionados con la adaptación cultural, las barreras del idioma y la discriminación, lo cual también contribuye al trauma.[39] Estas circunstancias complejas añaden una capa adicional de dificultad para cumplir con las expectativas educativas, lo que a menudo lleva a comportamientos malinterpretados que interrumpen el aprendizaje y obstaculizan el éxito académico.[40]

El impacto del trauma en el desempeño estudiantil

El trauma afecta la regulación emocional, la función cognitiva y el rendimiento académico, dificultando que los estudiantes alcancen su potencial. A continuación se presentan las formas específicas en que se manifiesta el trauma y sus efectos medibles en el éxito escolar:

Disminución del rendimiento académico: El trauma interrumpe el desarrollo cerebral en los niños, afectando habilidades cognitivas fundamentales como la concentración, la memoria y la resolución de problemas. Estas alteraciones pueden perjudicar significativamente el desempeño académico. Las investigaciones indican que los estudiantes afectados por trauma obtienen puntajes notablemente más bajos en pruebas de coeficiente intelectual y lectura, tienen promedios de calificaciones más bajos y son 2.5 veces más propensos a repetir un grado o ser asignados a educación especial. Cabe destacar que los estudiantes que experimentan cuatro o más eventos adversos tienen 32 veces más probabilidades de tener dificultades de aprendizaje y comportamiento.[41, 42, 43]

Aumento de los problemas de conducta: El trauma está consistentemente asociado con problemas de comportamiento en las escuelas, lo que resulta en mayores tasas de suspensión, expulsión y reportes disciplinarios. Los estudiantes con exposición repetida al trauma tienen 6.9 veces más probabilidades de presentar problemas conductuales como agresión, hiperactividad e impulsividad.[44] Ciertos tipos de trauma, como el abuso físico combinado con violencia doméstica, pueden aumentar el riesgo de problemas emocionales y de comportamiento entre un 30-60%.[45] Estos comportamientos a menudo se malinterpretan como problemas disciplinarios en lugar de manifestaciones de trauma, lo que puede llevar a respuestas punitivas que refuerzan un ciclo perjudicial de trauma y problemas de conducta.[42]

Altas tasas de ausentismo: El estrés emocional y físico del trauma puede conducir a ausentismo crónico, siendo los estudiantes que han experimentado trauma 1.5 veces más propensos a faltar a la escuela que sus compañeros.[46] Aquellos con cuatro o más experiencias adversas tienen cinco veces más probabilidades de tener problemas de asistencia.[44] El ausentismo crónico no sólo obstaculiza el progreso académico, sino que también interrumpe las conexiones sociales y el sentido de estabilidad del estudiante, ambos elementos cruciales para la recuperación del trauma.

Mayor deserción escolar y menores tasas de graduación: Los estudiantes expuestos al trauma enfrentan un riesgo significativamente mayor de no completar sus estudios. Los niños que experimentan violencia tienen un 5% más de probabilidades de abandonar la escuela, porcentaje que aumenta al 15% para quienes sufren violencia sexual. La exposición a violencia comunitaria o de pandillas duplica la probabilidad de abandono escolar. El impacto en las tasas de graduación es igualmente alarmante: los estudiantes afectados por trauma tienen un 13% más de probabilidades de no graduarse, y aquellos expuestos a violencia física enfrentan un riesgo del 20%.[43]

Deterioro de la salud mental y habilidades socioemocionales: El estrés y el trauma pueden afectar la capacidad de los estudiantes para regular sus emociones, dificultando el manejo de sus sentimientos y generando mayores tasas de ansiedad, depresión y trastorno de estrés postraumático (TEPT).[47]

El poder del Cuidado Informado sobre Trauma

La implementación del cuidado informado sobre trauma (TIC) en las escuelas ha generado mejoras notables en el comportamiento estudiantil, el rendimiento académico y el clima escolar. En Texas, una escuela primaria redujo las suspensiones de 445 a solo 19 en un año, logró por primera vez buenos resultados en las pruebas estatales, y observó una mayor retención de docentes y un ambiente más tranquilo. En Hawái, una iniciativa de TIC de cinco años disminuyó los incidentes conductuales de 2,260 a uno, eliminó las suspensiones, aumentó las tasas de graduación en un 10%, redujo el acoso estudiantil del 60% al 36% y disminuyó a la mitad las vacantes docentes.[48]

Las prácticas informadas sobre trauma en las escuelas de Gwinnett pueden:

Mejorar la salud mental y el bienestar estudiantil: Las prácticas TIC brindan a los estudiantes herramientas y apoyo para procesar sus emociones y desarrollar habilidades de afrontamiento, reduciendo la escalada de problemas de salud mental. Además, los enfoques TIC han demostrado ayudar a los estudiantes a construir resiliencia, lo que se traduce en una mayor regulación emocional, habilidades de afrontamiento y confianza en sí mismos.[49] A medida que mejora el bienestar emocional del alumnado, también aumenta su capacidad de concentración y participación en clase.

Mejorar el rendimiento académico: Las escuelas que aplican prácticas TIC observan avances académicos significativos. Por ejemplo, escuelas informadas sobre el trauma en Pensilvania reportaron un aumento del 25% en estudiantes que alcanzaron o superaron los objetivos de matemáticas y una mejora del 30% en las puntuaciones de escritura.

Estos avances evidencian cómo un entorno sensible al trauma puede potenciar la función cognitiva, la atención y el compromiso con el aprendizaje.[50]

Mejorar los resultados conductuales: Los enfoques TIC ayudan a reducir la necesidad de medidas disciplinarias severas como las suspensiones y expulsiones, que afectan de manera desproporcionada a estudiantes marginados. En el Lincoln High School de Washington, la adopción de prácticas TIC

31% redujo los reportes disciplinarios

83% redujo las suspensiones

40% redujo las expulsiones

en tan solo un año.[42] Estas reducciones mantienen a los estudiantes comprometidos con la escuela y disminuyen la probabilidad de desconexión académica y abandono, especialmente entre estudiantes con experiencias traumáticas.



Aumentar la asistencia: Al crear un ambiente seguro y acogedor, las escuelas informadas sobre trauma reducen el estrés y la ansiedad que contribuyen al ausentismo crónico, fomentando así la asistencia regular. En la Pace School en Pittsburgh logró un aumento del 15% en la asistencia tras implementar estas prácticas.[42]

Mejorar el clima escolar y las relaciones docente-estudiante: Las escuelas informadas sobre el trauma reportan una cultura escolar más positiva con relaciones más sólidas entre estudiantes y personal, mejor retención de los maestros nuevos y mayor percepción de seguridad y pertenencia entre estudiantes y docentes.[51]

Tomando acción en Gwinnett: ¿Qué se puede hacer?

Utilizar este kit de herramientas, implementarlo para generar cambios positivos y compartir la información aprendida es un excelente primer paso para marcar la diferencia en Gwinnett. Nuestra guía de implementación ofrece una dirección más específica para convertirse en un entorno informado sobre trauma, pero aquí presentamos acciones concretas que las escuelas pueden aplicar inmediatamente:

Capacitación en trauma para educadores: Incluir a docentes y personal en el proceso del reconocimiento de signos de trauma y responder con empatía y estrategias adecuadas. Garantizar que la información sea fácilmente accesible fomentará la participación y ayudará a que todo el personal aprenda conjuntamente. El condado de Gwinnett puede ampliar las oportunidades de capacitación para todo el personal educativo, desde primaria hasta secundaria, para garantizar que cada adulto en el sistema escolar esté preparado para apoyar eficazmente a los estudiantes.

Integración de políticas y prácticas informadas sobre el trauma: Durante este proceso, una comunicación abierta y honesta y la reflexión permitirán identificar y ajustar políticas existentes. Las escuelas deberían considerar la implementación de prácticas disciplinarias restaurativas, el aumento del acceso a consejeros escolares y la integración del aprendizaje socioemocional (SEL) en el currículo para ayudar al estudiantado a desarrollar habilidades de afrontamiento y resiliencia.

Establecimiento de alianzas comunitarias: La colaboración colectiva es clave para transformar las escuelas en espacios seguros y de apoyo que promuevan la sanación junto con el aprendizaje académico. La colaboración con organizaciones locales de salud mental, organizaciones comunitarias y gobiernos locales puede proporcionar a las escuelas recursos adicionales para apoyar a los estudiantes y a sus familias.

Fomentando entornos escolares informados sobre el trauma en el condado de Gwinnett

El Condado de Gwinnett se encuentra en un momento crucial para liderar en educación informada sobre trauma.

Al cambiar de una disciplina reactiva a una comprensión proactiva, las escuelas pueden crear entornos donde cada estudiante se sienta visto, apoyado y empoderado para tener éxito. Las prácticas informadas sobre el trauma no solo reducen problemas disciplinarios; construyen resiliencia, fortalecen relaciones y establecen las bases para el éxito a lo largo de la vida. Adoptar este enfoque no es solo una inversión en los estudiantes; es un compromiso con una comunidad más fuerte y mejor conectada.



Un Vistazo a: Organizaciones juveniles Informadas sobre el Trauma



Por qué el Cuidado Informado sobre Trauma importa en las organizaciones juveniles de Gwinnett

En el Condado de Gwinnett, las organizaciones que sirven a los jóvenes tienen una oportunidad única de crear un cambio duradero al adoptar el cuidado informado sobre el trauma. Estas organizaciones —que incluyen programas extracurriculares, grupos de mentoría, servicios recreativos e iniciativas de alcance comunitario— están en una posición ideal para apoyar a los jóvenes que han experimentado diversas formas de trauma, como abuso, negligencia, exposición a violencia o inestabilidad comunitaria.

Entender el trauma y fomentar entornos que prioricen la seguridad emocional y psicológica es esencial para promover un desarrollo positivo y el bienestar a largo plazo en los jóvenes. Dadas las tasas de jóvenes que viven en pobreza y enfrentan otras condiciones adversas en Gwinnett, adoptar un enfoque informado sobre el trauma no solo es beneficioso, sino necesario.[52, 53]

El alcance del trauma en los jóvenes del condado de Gwinnett

El Condado de Gwinnett es el segundo condado más grande de Georgia, con más de un millón de residentes, incluidos:

aproximadamente 257,000 jóvenes menores de 18 años.[54] Más del 15% de los jóvenes de Gwinnett viven en pobreza, y muchos enfrentan trauma relacionado con inestabilidad financiera, violencia, negligencia o disfunción familiar.[52, 53]

Como resultado, un número considerable de jóvenes tiene un mayor riesgo no solo de desafíos de salud mental, sino también de problemas conductuales, relaciones interpersonales tensas y dificultades en diversos entornos comunitarios, lo que afecta su desarrollo social, emocional e interpersonal.

Para las organizaciones juveniles de Gwinnett, esto significa que muchos de los jóvenes a los que sirven pueden estar cargando con el peso de un trauma no abordado. Sin las intervenciones adecuadas, el impacto puede ser de gran alcance, afectando no solo el bienestar individual, sino también contribuyendo a desafíos comunitarios más amplios, como ciclos de violencia, desconexión social y resultados deficientes en salud mental.

El impacto del trauma en el desarrollo juvenil

El trauma puede afectar profundamente a los jóvenes, especialmente en su desarrollo emocional, social y cognitivo. Los efectos del trauma son medibles y pueden conducir a una serie de resultados negativos:

Aumento del riesgo de trastornos de salud mental: Los jóvenes expuestos al trauma experimentan ideas e intentos suicidas en tasas alarmantes, con un 12% que reporta pensamientos o comportamientos suicidas. Hasta un 16% de los jóvenes que han experimentado un trauma significativo desarrollan síntomas de trastorno de estrés postraumático (TEPT) y enfrentan un riesgo considerablemente mayor de desarrollar depresión mayor, agresión y trastornos de conducta. A pesar de estos graves desafíos, muchos jóvenes afectados por el trauma dudan en buscar apoyo para su salud mental.[55, 56, 57] Como resultado, las organizaciones juveniles desempeñan un papel crucial como primer punto de intervención, ofreciendo apoyo y recursos esenciales para quienes, de otro modo, no recibirían tratamiento.

Disminución de la regulación emocional: Los jóvenes que han experimentado trauma a menudo tienen dificultades con la regulación emocional, mostrando problemas en tasas hasta dos veces más altas que sus compañeros. Estos desafíos están estrechamente relacionados con comportamientos que representan riesgos significativos, incluyendo impulsividad, agresión y uso de sustancias.[58]

Mayor probabilidad de comportamientos riesgosos: Los jóvenes expuestos al trauma enfrentan una probabilidad significativamente mayor de involucrarse en conductas riesgosas, a menudo como forma de lidiar con el estrés emocional no abordado. Las investigaciones muestran que tienen un 18% más de probabilidades de sufrir explotación sexual, un 14% más de probabilidades de huir de casa, y un 13% más de probabilidades de involucrarse en actividades delictivas. Además, enfrentan mayor riesgo de abuso de sustancias (8%), consumo de alcohol (11%) y evasión escolar (6%).[56] En Gwinnett, estas estadísticas representan a miles de estudiantes en riesgo de tomar decisiones que podrían afectar negativamente su bienestar y sus oportunidades futuras.

Mayor probabilidad de comportamiento violento: Los jóvenes que experimentan adversidades, particularmente abuso y disfunción familiar, tienen una probabilidad significativamente mayor de involucrarse tanto en violencia interpersonal como autodirigida. Las Experiencias Adversas en la Infancia están fuertemente vinculadas con el acoso escolar, peleas, violencia en el noviazgo, porte de armas y un mayor riesgo de autolesión.[56, 59]

Los beneficios del cuidado informado sobre trauma en organizaciones juveniles

La adopción del cuidado informado sobre trauma en las organizaciones juveniles de Gwinnett ofrece numerosos beneficios, no solo para los jóvenes atendidos, sino también para la comunidad en general. Al reconocer y abordar el impacto del trauma, las organizaciones pueden fomentar entornos que promuevan la sanación, la resiliencia y el crecimiento positivo.



Las prácticas informadas sobre trauma en las organizaciones juveniles de Gwinnett pueden:

Mejorar la capacidad de los jóvenes para regular sus emociones: Los jóvenes que reciben cuidado informado sobre trauma demuestran una mayor capacidad para manejar sus emociones y ejercer autocontrol, lo que conduce a interacciones más estables y positivas con sus compañeros y adultos.[60]

Mejorar los resultados de salud mental: Se ha demostrado que el cuidado informado sobre el trauma reduce los problemas de salud mental en los jóvenes. Varios estudios han evidenciado mejoras significativas en depresión, ansiedad y TEPT. Una intervención en particular logró una reducción del 86% en los síntomas de TEPT y del 66% en los síntomas de depresión entre quienes recibieron tratamientos informados sobre trauma.[61, 62]

Reducir comportamientos riesgosos: Al abordar las causas fundamentales del malestar, el cuidado informado sobre el trauma ayuda a disminuir la probabilidad de que los jóvenes se involucren en abuso de sustancias, actividades delictivas y otros comportamientos riesgosos.[61, 62]

Fortalecer las relaciones: Con el apoyo de programas informados sobre el trauma, los jóvenes tienen más probabilidades de formar relaciones saludables y de apoyo con compañeros, familiares y adultos, fomentando un sentido de confianza y conexión.[60, 63]

Incremento del éxito conductual: Se ha demostrado que el cuidado informado sobre el trauma mejora los problemas de conducta—incluyendo agresividad, desafío a la autoridad e incumplimiento de las normas—y aumenta las habilidades necesarias para concentrarse, participar y tener éxito en entornos educativos y laborales.[64]



Al adoptar el cuidado informado sobre el trauma, las organizaciones juveniles de Gwinnett pueden romper ciclos de adversidad y crear cambios duraderos.

Cuando los jóvenes reciben el apoyo que necesitan, desarrollan una mayor resiliencia emocional, construyen relaciones más saludables y toman decisiones que los encaminan hacia el éxito. Sin embargo, lograr estos resultados no se trata sólo de conciencia—requiere acción. El cambio real ocurre cuando los líderes comunitarios, educadores y proveedores de servicios se comprometen a integrar los principios informados sobre trauma en cada aspecto del apoyo a los jóvenes.

Tomando acción en Gwinnett: ¿Qué se puede hacer?

Utilizar este kit de herramientas, implementarlo para generar cambios positivos y compartir la información aprendida representa un primer paso fundamental para marcar la diferencia en Gwinnett. Nuestra guía de implementación ofrece orientación más específica para convertirse en una organización informada sobre trauma, pero estas son algunas formas inmediatas en que las organizaciones juveniles pueden crear cambios reales:

Capacitación en trauma para personal, voluntarios y familias:

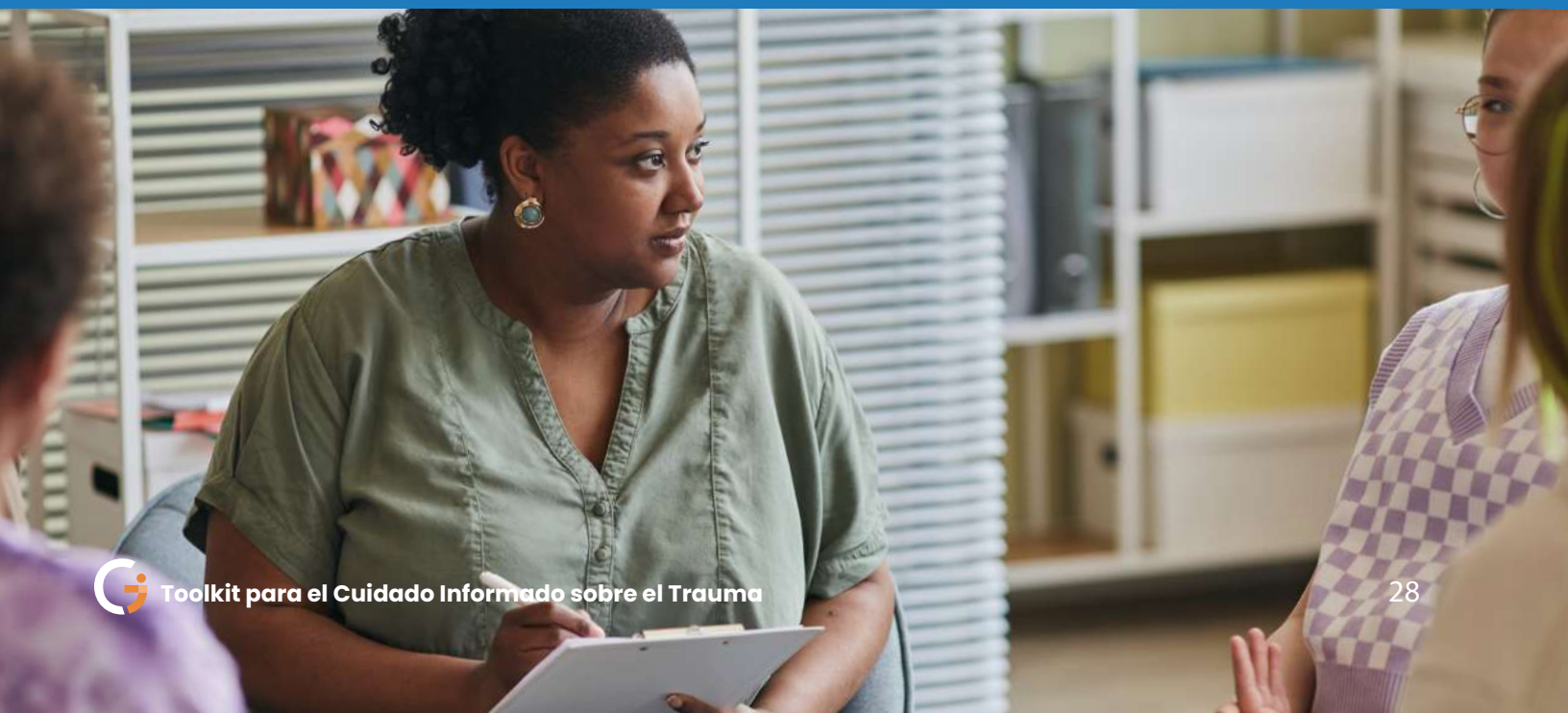
El primer paso hacia el cuidado informado sobre trauma consiste en formar a todos los miembros de la organización en los conceptos básicos del trauma, incluyendo cómo identificar sus señales y riesgos. Involucrar a las familias en este proceso es esencial para construir confianza y facilitar una mejor colaboración dentro del sistema de apoyo del joven.

Integración de políticas y prácticas informadas sobre trauma:

Priorizar la seguridad física y emocional permite realizar cambios cruciales en las políticas que afectan directamente a los jóvenes atendidos. Esto implica establecer protocolos seguros para reportar acoso o bullying, proporcionar recursos para quienes enfrentan problemas de salud mental, y fomentar relaciones saludables entre pares, creando así un ambiente de crecimiento, confianza y apoyo.

Establecimiento de alianzas comunitarias:

La colaboración con proveedores de salud mental, escuelas y otros actores comunitarios amplía la red de protección y prevención disponible para los jóvenes en situación de riesgo.



Construyendo un puente entre los datos y la implementación: Lenguaje compartido

La evidencia demuestra claramente que las prácticas informadas sobre el trauma generan transformaciones profundas y positivas en lugares de trabajo, escuelas y organizaciones que atienden a la juventud.

Estos enfoques no solo benefician a individuos, sino que transforman comunidades enteras, interrumpiendo ciclos de adversidad y promoviendo resiliencia. Las organizaciones que adoptan estos principios observan mejoras significativas en el compromiso, comportamiento y bienestar emocional, creando espacios donde las personas pueden sanar, desarrollarse y prosperar.

Para que este cambio se haga realidad, se necesita más que nuevas políticas: se necesita una comprensión compartida. Adoptar un lenguaje común en torno al trauma es clave para establecer prácticas consistentes y colaborativas que fomenten la sanación y el desarrollo.

En la siguiente sección presentamos la Biblioteca de Lenguaje Compartido, que proporciona los términos y conceptos esenciales para desarrollar un enfoque unificado e informado sobre el trauma en el Condado de Gwinnett. La adopción de este vocabulario común permitirá sentar las bases para un cambio positivo y sostenible.



Biblioteca de Lenguaje Compartido



Introducción: El poder del lenguaje compartido en las prácticas informadas sobre trauma

El lenguaje es más que palabras: es un puente que nos conecta y moldea nuestra comprensión del mundo. En el contexto del trauma, contar con un lenguaje compartido es fundamental para crear entornos seguros y de apoyo. Este lenguaje común mejora la comunicación y ayuda a reducir malentendidos, especialmente al abordar temas sensibles como salud mental y estrés.[65] Además, el uso de terminología consistente nos permite reconocer y abordar el trauma con claridad, empatía y colaboración.

Construir una base de lenguaje informado sobre trauma significa establecer acuerdos comunes entre equipos y organizaciones. Esto facilita que todos hablemos el mismo idioma, garantizando comprensión y respeto en las conversaciones sobre trauma. Al aprender y utilizar esta terminología, sentamos las bases para entornos informados y de apoyo, además de ayudar a implementar prácticas informadas sobre trauma de manera consistente.

En el Condado de Gwinnett, adoptar este lenguaje compartido ayuda a crear espacios unificados que promuevan la sanación, el crecimiento y el éxito para todos.

Nuestra Biblioteca de Lenguaje Compartido ofrece una colección completa de principios, conceptos y términos relevantes para crear y aplicar una comprensión compartida sobre trauma y resiliencia.

Formas prácticas de utilizar esta biblioteca:

Discusiones en aulas, grupos y equipos: Utiliza la biblioteca para guiar conversaciones apropiadas para la edad o el entorno laboral sobre trauma y resiliencia, ayudando a estudiantes, empleados y equipos a comprender mejor y navegar estos conceptos en su entorno.

Desarrollo y revisión de políticas: Al actualizar políticas de conducta, disciplina o cultura organizacional, consulta la biblioteca para integrar principios TIC en las prácticas institucionales.

Apoyo al bienestar: Guía conversaciones sobre salud mental y autocuidado para estudiantes y empleados, promoviendo un ambiente de apoyo al bienestar emocional.

Apoyo entre pares y mentoría: Brinda a estudiantes o colegas un lenguaje informado sobre el trauma que les permita apoyar y orientar a otros.

Creación de espacios inclusivos: Usa la biblioteca para establecer condiciones físicas y emocionales que favorezcan entornos seguros, solidarios e inclusivos.

Protocolos de emergencia informados sobre el trauma: Integra respuestas sensibles al trauma en protocolos de emergencia, asegurando cuidado y empatía durante las crisis.

Planes de apoyo conductual: En escuelas y lugares de trabajo, los planes de apoyo deben enfocarse en las fortalezas y la sanación desde una perspectiva TIC.

Alianzas comunitarias: Utiliza la biblioteca para orientar la colaboración con socios comunitarios y garantizar un enfoque unificado y sensible al trauma entre organizaciones.

Compromiso consciente con el lenguaje sobre trauma

Las palabras asociadas al trauma pueden evocar reacciones emocionales o traer recuerdos dolorosos, particularmente para quienes han experimentado trauma de primera mano. Recomendamos abordar el material con autoconciencia y cuidado para apoyar su recorrido a través de este lenguaje. Si encuentras términos difíciles o inquietantes, tómate un momento para pausar, respirar y reflexionar sobre tus sentimientos personales.

Considera contactar a un colega de confianza, supervisor o consejero para obtener apoyo si es necesario. Además, puede ser útil leer el contenido en segmentos manejables y tomar descansos cuando sea necesario para asegurarte de procesar el material de una manera que se sienta segura y saludable para ti.

Principios, conceptos y términos fundamentales

Para proporcionar una comprensión clara y precisa de los principios, conceptos y términos clave, las explicaciones en esta sección se extraen de múltiples fuentes confiables.[66]

Una lista completa de fuentes se puede encontrar en la sección de Referencias.

Trauma: se refiere a una respuesta emocional y fisiológica a un evento, una serie de eventos o un conjunto de circunstancias que un individuo experimenta como dañinas física o emocionalmente, o que representan una amenaza a su vida. El trauma puede tener efectos adversos duraderos en el bienestar de una persona, incluida su salud mental, emocional, física, social y espiritual. Puede originarse en una amplia gama de experiencias, incluidos abusos, negligencia, violencia, discriminación, pérdida o desigualdades sistémicas. Las respuestas al trauma varían según el individuo y están influenciadas por factores personales, sociales y ambientales.

Tipos de trauma

Trauma agudo: Un evento traumático único, repentino y abrumador que causa angustia o daño significativo. Este tipo de trauma generalmente ocurre en respuesta a un incidente específico e identificable, como un desastre natural, un accidente o un ataque violento. El trauma agudo a menudo se caracteriza por una respuesta emocional intensa a corto plazo, pero los efectos aún pueden tener impactos duraderos en el bienestar de una persona, dependiendo de la gravedad del evento y de la resiliencia del individuo.

Trauma crónico: Exposición prolongada o repetida a eventos traumáticos, que a menudo ocurren durante un período de tiempo extendido. Este tipo de trauma puede resultar de circunstancias continuas, como vivir en una relación abusiva, experimentar discriminación a largo plazo o soportar violencia o negligencia repetida. El trauma crónico puede afectar profundamente la salud mental y física de un individuo y a menudo se asocia con síntomas más persistentes y generalizados, como ansiedad, depresión y dificultad para mantener relaciones saludables.

Trauma complejo: Exposición a múltiples eventos traumáticos crónicos y continuos, que generalmente implican una traición fundamental de confianza en las relaciones de cuidado primario durante la infancia. Los ejemplos incluyen abuso físico, abuso sexual, abuso emocional y negligencia. A diferencia del trauma de un solo incidente, el trauma complejo a menudo tiene un efecto generalizado y duradero en el sentido de seguridad, confianza y capacidad para funcionar del individuo.

Las Tres E del trauma: Evento, Experiencia, Efectos

El marco de las Tres E (evento, experiencia y efectos) es fundamental para comprender el trauma y su impacto en individuos y comunidades. Estas categorías ayudan a diferenciar entre los tipos de eventos traumáticos, cómo se experimentan esos eventos y sus efectos duraderos.

Evento traumático: Cualquier experiencia u ocurrencia que abrume la capacidad de afrontamiento de un individuo y cause una angustia emocional, psicológica o física significativa. A menudo implica exposición a daño, lesión o muerte real o amenazada, y puede resultar de incidentes como accidentes, violencia, desastres naturales, pérdida o abuso.



El evento se percibe como una amenaza para la vida o altamente angustiante, y su impacto puede variar según la resiliencia, los mecanismos de afrontamiento y los sistemas de apoyo de la persona. Las consecuencias de un evento traumático pueden ser inmediatas o a largo plazo y pueden afectar la salud mental, el comportamiento y el bienestar general de un individuo.

Términos que describen el evento, incluidos ejemplos:

Abuso emocional: Comportamientos verbales o no verbales que infligen angustia, miedo o sufrimiento y dañan el bienestar psicológico y la autoestima de una persona, también conocido como abuso psicológico.

Trauma familiar: Cualquier experiencia angustiante dentro del sistema familiar, como experimentar o presenciar negligencia, conflicto o abuso de sustancias.

Duelo y pérdida: El dolor emocional causado por la muerte de un ser querido, un compañero de clase, un maestro o cercano, incluidas las mascotas.

Desastres causados por el hombre: Eventos traumáticos resultantes de acciones humanas, como terrorismo, guerra o accidentes industriales.

Desastres naturales: Eventos como terremotos, inundaciones o incendios forestales que causan destrucción y trauma a los afectados.

Abuso físico: Daño corporal intencional infligido a otra persona, incluyendo golpes, bofetadas u otras formas de violencia física.

Pobreza: Las dificultades económicas y la falta de recursos, redes de apoyo o movilidad que exponen a individuos o comunidades a diversas formas de trauma.

Abuso sexual: Cualquier acto sexual no deseado o coercitivo, incluido el asalto, la explotación o el acoso, que a menudo tiene efectos psicológicos duraderos.

Violencia: El uso intencional de fuerza física o poder, ya sea amenazado o real, contra uno mismo, otros o un grupo, que resulta en daño. La violencia comunitaria es un tipo específico de violencia que ocurre en espacios públicos o vecindarios, a menudo involucrando a múltiples individuos o grupos. Incluye actos como violencia de pandillas, asalto y violencia doméstica, y crea un clima de miedo que afecta tanto el bienestar individual como colectivo.

Experiencia traumática: La respuesta personal e internalizada a un evento traumático. Incluye cómo el individuo percibe, procesa y se ve afectado por el evento, así como los efectos mentales y físicos que persisten mucho después de que el evento haya pasado. Una experiencia traumática está moldeada por la resiliencia emocional de la persona, sus mecanismos de afrontamiento, su historial previo y sus sistemas de apoyo, lo que significa que diferentes individuos pueden tener experiencias muy distintas de un mismo evento. El impacto de una experiencia traumática puede afectar la salud mental, las relaciones, el sentido de seguridad y la visión del mundo de un individuo, y puede resultar en angustia emocional a largo plazo o síntomas relacionados con el trauma.



Términos que describen la experiencia:

Experiencias Adversas en la Infancia (ACE, por sus siglas en inglés): Eventos potencialmente traumáticos que ocurren en la infancia, como negligencia, abuso y disfunción familiar, que debilitan el sentido de seguridad, estabilidad y apego un niño y con frecuencia se asocian con resultados negativos a largo plazo a lo largo de la vida. Obtén más información sobre las ACE en la sección de Factores de Riesgo.

Experiencias Adversas en la Comunidad: Eventos o condiciones negativas o dañinas experimentadas por una comunidad o grupo que pueden causar angustia o dificultades pero que no necesariamente conducen a un trauma colectivo duradero. Estas experiencias pueden ser más localizadas o situacionales, como crisis económicas, desplazamiento temporal o violencia comunitaria, y aunque pueden afectar a la comunidad, es posible que no generen los mismos impactos psicológicos profundos e intergeneracionales que caracterizan al trauma colectivo. Las Experiencias Adversas en la Infancia y las Experiencias Adversas en la Comunidad a veces se denominan "Par de ACEs".

Trauma colectivo: El impacto psicológico y social generalizado experimentado por un grupo o comunidad como resultado de un evento traumático o una serie de eventos. Ocurre cuando grandes grupos de personas experimentan un daño significativo, como en casos de guerra, genocidio, esclavitud o desastres naturales. El trauma no solo se siente individualmente, sino que también se comparte dentro de la comunidad, moldeando la identidad cultural, los vínculos sociales y la memoria colectiva.

Los efectos pueden persistir a través de generaciones, influyendo en la resiliencia comunitaria, los comportamientos y las respuestas a futuros factores estresantes. El trauma colectivo también puede llamarse trauma cultural.

Disfunción familiar: Un entorno familiar marcado por la inestabilidad, como el abuso de sustancias por parte de los padres, problemas de salud mental o violencia doméstica. La experiencia de vivir en tal entorno a menudo moldea las respuestas psicológicas de un individuo a su entorno y puede influir profundamente en su desarrollo y bienestar futuro.

Trauma intergeneracional: La transmisión del trauma a través de múltiples generaciones dentro de una familia, comunidad o grupo. Ocurre cuando los efectos del trauma experimentado por una generación, como el daño psicológico o social, se transmiten a generaciones posteriores, a menudo de manera inconsciente. Esta transmisión puede ocurrir a través de patrones de comportamiento, estrategias de afrontamiento o normas culturales no expresadas que continúan afectando el bienestar de los descendientes. Los ejemplos pueden incluir conflictos armados, genocidio, esclavitud y violencia doméstica. También se conoce como trauma histórico.

Negligencia: Una falta continua de necesidades básicas apropiadas para la edad, como apoyo emocional, cuidado físico o atención por parte de un cuidador. La experiencia de negligencia es subjetiva y profundamente personal, influyendo en el sentido de valor, seguridad y apego de un niño. La negligencia generalizada puede clasificarse como trauma complejo.

Trauma racial: El impacto mental y físico de experimentar o presenciar racismo, discriminación, prejuicio o violencia racial. Este trauma puede resultar tanto de experiencias personales directas (como ser blanco de crímenes de odio o perfiles raciales) como de experiencias indirectas (como presenciar discriminación racial o enterarse de eventos motivados por la raza).

Experiencias Positivas en la Infancia (PCE, por sus siglas en inglés): Experiencias de apoyo, crianza y enriquecimiento durante la infancia que promueven un desarrollo saludable y bienestar. Las PCE ayudan a desarrollar resiliencia, fomentan la regulación emocional y crean una base sólida para la salud mental futura, el bienestar y las conexiones sociales positivas.

Estas experiencias juegan un papel fundamental en la amortiguación de los efectos negativos de las Experiencias Adversas en la Infancia (ACE) y contribuyen a resultados de salud a largo plazo. Obtén más información sobre las PCE en la sección de Factores Protectores.



Microagresiones raciales: Comentarios, comportamientos o señales —verbales, no verbales o ambientales— sutiles y muchas veces no intencionadas dirigidas a personas por su raza o etnia. Estos comentarios o comportamientos pueden ser despectivos, estereotipados o degradantes. Aunque pueden parecer inofensivas o menores para quienes los cometen, pueden acumularse con el tiempo y tener un profundo impacto psicológico en quienes los experimentan, llevando a sentimientos de alienación, frustración o devaluación.

Trauma de refugiados e inmigrantes: El impacto psicológico y social experimentado por personas que han sido desplazadas de su país de origen debido a conflictos, violencia, persecución o condiciones de vida inseguras, y que han buscado refugio o una nueva vida en otro país. Este trauma abarca las experiencias de huir de situaciones que amenazan la vida, la pérdida del hogar y la comunidad, y el viaje a menudo prolongado hacia la seguridad, que puede estar lleno de peligro, incertidumbre y pérdida. Al establecerse en un nuevo país, los refugiados e inmigrantes también pueden enfrentar desafíos continuos como la adaptación cultural, la discriminación, la marginación y las dificultades económicas.

Efectos traumáticos: Las consecuencias mentales y físicas que resultan de la exposición al trauma. Estos efectos pueden manifestarse inmediatamente después de un evento traumático o desarrollarse con el tiempo. Los efectos traumáticos incluyen una amplia gama de respuestas y pueden variar significativamente entre individuos, influenciados por factores como la resiliencia, los mecanismos de afrontamiento, red de apoyo y la severidad del trauma. Con el tiempo, si no se abordan, estos efectos pueden moldear la salud mental, las relaciones y el bienestar general de la persona.

Términos que describen los efectos:

Evitación: El mecanismo conductual y psicológico en el que un individuo busca consciente o inconscientemente evadir situaciones, pensamientos, emociones o recuerdos que son angustiantes, provocan ansiedad o están asociados con el trauma. La evitación puede manifestarse de varias formas, como alejarse de recordatorios de un evento traumático, evitar ciertas personas o lugares, o bloquear sentimientos o recuerdos perturbadores.

Trauma de apego: El daño psicológico que ocurre cuando la figura de apego primaria, generalmente un cuidador o padre, no brinda cuidado consistente, seguridad y apoyo emocional durante períodos críticos del desarrollo. Esta interrupción en el proceso de apego puede llevar a dificultades para formar relaciones seguras y saludables más adelante en la vida. Los individuos que experimentan trauma de apego pueden luchar con la confianza, la regulación emocional y la autoestima.

Agotamiento o burnout: Un estado de agotamiento mental y físico causado por estrés prolongado, exceso de trabajo o la sensación de estar abrumado, particularmente en entornos demandantes o emocionalmente exigentes. A menudo resulta de una percepción de falta de logro personal, agotamiento emocional y un sentido de desconexión del trabajo o responsabilidades. Los síntomas comunes del agotamiento incluyen fatiga, irritabilidad, motivación reducida, sentimientos de impotencia y un sentido disminuido de propósito o satisfacción. El agotamiento se observa frecuentemente en profesiones de cuidado, salud, educación y servicios, pero puede ocurrir en cualquier entorno donde los individuos enfrenten estrés crónico sin suficiente descanso o apoyo.

Fatiga por compasión: El agotamiento mental y físico experimentado por individuos que están constantemente expuestos al sufrimiento de otros, especialmente aquellos en roles de cuidado, ayuda o servicio. Resulta del estrés acumulativo de involucrarse empáticamente con personas en crisis, a menudo llevando a una capacidad disminuida para proporcionar cuidado o apoyo efectivo. La fatiga por compasión puede manifestarse como entumecimiento emocional, irritabilidad, dificultad para sentir empatía y una sensación de agotamiento o vacío. A diferencia del agotamiento, que está más relacionado con el cansancio por exceso de trabajo, la fatiga por compasión está específicamente vinculada al costo emocional de cuidar el trauma o dolor de otros.

Cambios epigenéticos: Alteraciones en la expresión genética causadas por experiencias ambientales, especialmente durante la infancia, que pueden transmitirse a futuras generaciones. En el contexto del trauma, los cambios epigenéticos pueden explicar cómo los efectos de experiencias traumáticas pueden estar biológicamente incorporados y persistir más allá de la experiencia inmediata, potencialmente contribuyendo a resultados de salud a largo plazo y la transmisión del trauma a través de generaciones.

Desregulación emocional: La dificultad para manejar, modular o responder apropiadamente a experiencias emocionales intensas. Implica dificultad para controlar las respuestas emocionales a situaciones, lo que puede llevar a reacciones emocionales extremas como ira, tristeza o ansiedad, incluso en situaciones donde estas emociones pueden no parecer proporcionales. La desregulación emocional puede manifestarse como cambios de humor, impulsividad, dificultad para calmarse después de estar alterado o problemas con el autocontrol en situaciones emocionales.

Falta de límites: La incapacidad o dificultad para establecer, mantener o respetar límites personales en relaciones, interacciones o entornos. Esto puede manifestarse de varias maneras, como permitir que otros invadan el espacio personal, descuidar las propias necesidades o deseos en favor de otros, o sentirse abrumado por demandas externas sin establecer límites apropiados. La falta de límites puede resultar de trauma, particularmente en relaciones tempranas o entornos donde las necesidades personales y la autonomía no fueron respetadas.

Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT): Una condición de salud mental que puede desarrollarse después de que un individuo ha experimentado o presenciado un evento que amenaza la vida o es profundamente angustiante, como un desastre natural, accidente grave, asalto físico, combate o abuso. El TEPT se caracteriza por síntomas persistentes que interfieren con la vida diaria, incluyendo recuerdos intrusivos o flashbacks del evento traumático, pesadillas, ansiedad severa, entumecimiento emocional y dificultad para dormir. Los individuos con TEPT también pueden experimentar hipervigilancia (alerta elevada), irritabilidad o evitación de situaciones que les recuerdan el trauma.

Hipervigilancia: Un estado elevado de alerta y sensibilidad a amenazas potenciales. Las personas hipervigilantes están constantemente en tensión, excesivamente conscientes de su entorno y pueden percibir incluso estímulos menores como peligrosos o amenazantes. Este estado de excitación elevada puede llevar a dificultad para relajarse, dificultad para concentrarse, irritabilidad y una respuesta exagerada al sobresalto. La hipervigilancia comúnmente se asocia con condiciones como el trastorno de estrés postraumático (TEPT), donde los individuos permanecen en un constante estado de "lucha o huida" debido a experiencias traumáticas pasadas.



Retraumatización: El proceso de experimentar nuevo trauma o ser desencadenado por recordatorios de un evento traumático pasado, lo que lleva a un resurgimiento de angustia mental o física. Esto puede ocurrir cuando un individuo está expuesto a situaciones, ambientes o experiencias que reflejan o se asemejan al trauma original, causando que revivan o reexperimenten los sentimientos angustiantes y síntomas asociados con él. La retraumatización puede ocurrir en varios contextos, como en terapia, relaciones o vida diaria, y puede exacerbar síntomas existentes relacionados con el trauma como ansiedad, miedo o disociación.

Estrés Traumático Secundario (ETS): La tensión mental y física experimentada por individuos que están indirectamente expuestos al trauma a través de su trabajo con personas que han experimentado trauma directo. A menudo visto en profesiones de cuidado o ayuda (como salud, trabajo social o personal de emergencias), el ETS ocurre cuando los individuos se ven afectados emocionalmente al escuchar o presenciar el trauma de otros. Los síntomas de ETS pueden incluir ansiedad, pensamientos intrusivos, irritabilidad, entumecimiento emocional y dificultad para dormir, similares a los experimentados por individuos con TEPT. Aunque el ETS no resulta de exposición directa al trauma, aún puede afectar significativamente el bienestar de quienes proporcionan cuidado, llevando a agotamiento, fatiga por compasión y agotamiento emocional. El ETS también se conoce como trauma vicario.



Respuesta traumática: Las reacciones mentales o físicas inmediatas o a largo plazo que un individuo experimenta después de un evento o experiencia traumática. Estas respuestas pueden manifestarse de varias maneras, como ansiedad, depresión, hipervigilancia, disociación o cambios en el comportamiento.

Estrés tóxico: La activación prolongada del sistema de respuesta al estrés del cuerpo debido a adversidad continua, intensa o crónica sin el efecto amortiguador de redes de apoyo o factores protectores. A diferencia del estrés normal, que es temporal y puede manejarse con mecanismos de afrontamiento y apoyo social, el estrés tóxico ocurre cuando una persona enfrenta factores estresantes frecuentes o severos -como abuso, negligencia o exposición a violencia- y carece de apoyo consistente de cuidadores u otras figuras confiables. Con el tiempo, el estrés tóxico puede llevar a desregulación en el cerebro y otros sistemas biológicos, aumentando el riesgo de problemas de salud mental, abuso de sustancias, condiciones de salud crónicas y dificultades en la regulación emocional. Es particularmente dañino para los niños, ya que sus cerebros en desarrollo son más vulnerables a los efectos del estrés prolongado.

Factores del Trauma

Factores del trauma se refiere a las diversas variables individuales, ambientales y situacionales que influyen en la probabilidad, gravedad e impacto del trauma. Estos factores pueden incluir características personales (edad, género, estado de salud mental), la naturaleza del evento traumático (tipo de trauma, duración y frecuencia) y factores sociales (sistemas de apoyo, estatus socioeconómico y contexto cultural).

Desarrollo cerebral temprano: El proceso crítico mediante el cual el cerebro se forma y crece durante los primeros años de vida, sentando las bases para el funcionamiento cognitivo, emocional y social. Durante este período, las vías neurales del cerebro se moldean mediante experiencias e interacciones. Las experiencias positivas, como el cuidado afectuoso y los apegos seguros, fomentan un desarrollo cerebral saludable, mientras que las experiencias negativas —como el estrés crónico, la negligencia o el trauma— pueden interrumpir este proceso. Estas interrupciones pueden tener efectos duraderos en la regulación emocional, el comportamiento y el aprendizaje, lo que convierte al desarrollo cerebral temprano en un factor clave en cómo los individuos responden y procesan el estrés y el trauma a lo largo de sus vidas.

Factores de riesgo: Características, condiciones o comportamientos que aumentan la probabilidad de un resultado negativo, como desarrollar un trastorno de salud mental, experimentar trauma o enfrentar eventos adversos en la vida.

Experiencias Adversas en la Infancia (ACE, por sus siglas en inglés) como Factor de Riesgo

Las ACEs se refieren a una variedad de eventos potencialmente traumáticos que ocurren antes de los 18 años. Estas experiencias pueden tener un impacto profundo y duradero en la salud física y mental de un individuo. Las ACE se consideran un factor de riesgo significativo porque aumentan la probabilidad de experimentar resultados negativos, como trastornos de salud mental, trauma u otros eventos adversos en la vida. La exposición temprana a estas experiencias traumáticas puede interrumpir el desarrollo saludable y hacer que los individuos sean más vulnerables a desafíos emocionales, conductuales y físicos a largo plazo. Los efectos de las ACEs son acumulativos, lo que significa que cuantos más tipos de ACEs experimente una persona, mayor será el riesgo de una variedad de resultados negativos en la edad adulta, incluido el abuso de sustancias, condiciones de salud crónicas y desafíos en las relaciones.

El estudio ACEs, realizado por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) y Kaiser Permanente, identificó un conjunto de 10 categorías de experiencias infantiles vinculadas a riesgos y resultados de salud más adelante en la vida. El estudio ha sido influyente en la forma en que entendemos el impacto a largo plazo de la adversidad temprana.

Las ACEs generalmente se dividen en tres categorías amplias:

Abuso
- Abuso físico
- Abuso emocional
- Abuso sexual

Negligencia
- Negligencia física
- Negligencia emocional

Disfunción Familiar
- Abuso de sustancias
- Enfermedad mental
- Violencia doméstica
- Separación o divorcio de los padres
- Encarcelamiento de un miembro de la familia

Es importante destacar que no todas las personas que experimentan ACE tendrán resultados negativos. Los factores de resiliencia, como un fuerte apoyo familiar, relaciones positivas con mentores o miembros de la comunidad, y el acceso a atención de salud mental, pueden ayudar a mitigar los efectos negativos de las ACEs. **El cuidado informado sobre el trauma y la intervención temprana son estrategias clave para apoyar a los niños que han experimentado ACEs y ayudarlos a desarrollar resiliencia.** Obtén más información sobre la resiliencia en la sección de Factores Protectores.

En el contexto del cuidado informado sobre el trauma, comprender las ACEs es crucial para reconocer cómo las experiencias tempranas pueden moldear el bienestar futuro de un individuo. Al identificar las ACEs, los profesionales pueden adaptar intervenciones que aborden los impactos a largo plazo y ofrecer servicios de apoyo destinados a la sanación y la prevención de más trauma. **Los programas que se centran en desarrollar resiliencia y proporcionar entornos seguros y de apoyo son clave para mitigar los efectos de las ACE.**

Factores de riesgo individuales y familiares adicionales pueden incluir:

- Inicio temprano de relaciones románticas o actividad sexual a temprana edad
- Cuidadores que sufrieron abuso o negligencia en su infancia
- Cuidadores jóvenes o padres solteros
- Familias con bajos ingresos
- Familias con bajos niveles de educación
- Familias que experimentan altos niveles de estrés parental o económico
- Familias con bajos niveles de supervisión parental y disciplina inconsistente

Factores de riesgo comunitarios pueden incluir:

• Altas tasas de violencia y delincuencia
• Altas tasas de pobreza y/o oportunidades educativas y económicas limitadas
• Altas tasas de desempleo
• Fácil acceso a drogas y alcohol
• Baja participación comunitaria entre los residentes
• Pocas actividades comunitarias para jóvenes
• Altos niveles de inseguridad alimentaria, desorden social y ambiental

Factores protectores: Características, condiciones o comportamientos que reducen la probabilidad de un resultado negativo, como desarrollar un trastorno de salud mental, experimentar trauma o enfrentar eventos adversos en la vida. Los factores protectores no eliminan el riesgo de trauma, pero ayudan a mitigar su impacto y aumentan la capacidad de un individuo para afrontarlo y recuperarse.



Experiencias Positivas en la Infancia (PCEs, por sus siglas en inglés):

Las Experiencias Positivas en la Infancia (PCEs) se refieren a las experiencias enriquecedoras, afectuosas y crianza que promueven un desarrollo psicológico y social saludable en los niños. Las PCEs se caracterizan por la presencia de relaciones de apoyo, conexiones sociales consistentes y positivas, y experiencias que contribuyen a un sentido de seguridad, pertenencia y autoestima. Si bien no garantizan que los niños nunca enfrentarán adversidad, juegan un papel crucial en cómo responden a los desafíos y se recuperan de experiencias difíciles.

La investigación ha identificado un conjunto central de PCEs que actúan como factores protectores y están estadísticamente vinculados a resultados positivos a pesar de adversidades significativas.

Estos factores incluyen:

• Poder hablar con la familia sobre sentimientos y emociones
• Sentir de que la familia brinda apoyo durante momentos difíciles
• Disfrutar de la participación en tradiciones comunitarias, incluyendo fe, esperanza y tradiciones culturales
• Sentir un sentido de pertenencia
• Sentirse apoyado por amigos
• Tener al menos dos adultos no parentales que realmente se preocupan
• Sentirse seguro y protegido por un adulto en el hogar

Las PCEs tienen un impacto significativo en la construcción de resiliencia y facilitan la recuperación de experiencias traumáticas.

Los estudios han demostrado que las experiencias positivas en la infancia pueden amortiguar los efectos negativos de las ACEs, reduciendo la probabilidad de trastornos de salud mental, abuso de sustancias y dificultades en la edad adulta.

Fomentar las PCEs en escuelas, programas y comunidades informados sobre trauma puede ayudar a crear entornos donde los niños no solo sobrevivan situaciones difíciles, sino que prosperen a pesar de ellas. Al enfocarse en cultivar PCEs, los profesionales pueden empoderar a individuos y familias para construir resiliencia, sanar heridas pasadas y prevenir daños futuros.



Factores protectores individuales y familiares adicionales pueden incluir:
- Logros académicos
- Cuidadores con títulos universitarios
- Cuidadores con empleo estable
- Cuidadores que practican supervisión parental y aplicación consistente de reglas



Factores protectores comunitarios pueden incluir:
- Acceso a recursos, incluyendo apoyo económico, atención médica, servicios de salud mental y vivienda segura y estable
- Acceso a cuidado infantil seguro y educación preescolar de alta calidad
- Programas extracurriculares seguras y atractivas después de la escuela
- Redes sociales
- Estructuras comunitarias de apoyo, incluyendo fuertes asociaciones entre empresas, educación, atención médica, gobierno y otros sectores

Resiliencia: La capacidad de adaptarse, recuperarse y prosperar frente a la adversidad, el estrés o el trauma. Implica la habilidad de reponerse de experiencias difíciles o desafiantes, manteniendo el bienestar emocional y el funcionamiento a pesar de los contratiempos.

La resiliencia no significa evitar las dificultades, sino de cómo los individuos, comunidades o sistemas las enfrentan y se recuperan. Las personas resilientes suelen demostrar fuertes habilidades de afrontamiento, regulación emocional y capacidad para resolver problemas. Aunque la resiliencia puede desarrollarse y fortalecerse con el tiempo, está influenciada tanto por rasgos individuales como por apoyos del entorno, como relaciones afectivas o acceso a recursos.

Términos relacionados con la resiliencia:

Las Siete Cs de la Resiliencia describen componentes clave que contribuyen a la capacidad de un individuo para afrontar y adaptarse a la adversidad:[67]



Confianza: La creencia en la propia capacidad para tener éxito, intentar cosas nuevas y recuperarse de los contratiempos. Se desarrolla mediante esfuerzo real, retroalimentación y el apoyo de otros. La confianza no se basa en elogios vacíos, sino en reconocer el progreso y el valor de la persistencia.

Competencia: Poseer las habilidades necesarias para navegar los desafíos de la vida y tomar decisiones acertadas. Esto incluye habilidades para resolver problemas, comunicarse y tomar decisiones. Tanto en jóvenes como en adultos, la competencia se nutre mediante la práctica, el apoyo y el aprendizaje tanto de los éxitos como de los errores.

Conexión: Construir relaciones significativas que brinden apoyo, seguridad y comprensión. Ya sea con familiares, compañeros o colegas, estas relaciones proporcionan la base para el apoyo emocional y el crecimiento compartido.

Carácter: Vivir con integridad y valores fundamentales. Un fuerte sentido del carácter guía las acciones y decisiones, incluso cuando nadie está observando. Cultivar el carácter implica reforzar valores éticos y modelarlos en la vida cotidiana.

Contribución: Tener un sentido de propósito a través de la participación significativa en el mundo. Ya sea mediante el trabajo, el voluntariado o el apoyo a seres queridos, contribuir a los demás crea un sentido de pertenencia y refuerza la creencia de que nuestras acciones importan.

Afrontamiento: Utilizar estrategias saludables para manejar el estrés y la incomodidad. Las personas resilientes emplean mecanismos positivos de afrontamiento, como la resolución de problemas, la atención plena (mindfulness) o la búsqueda de apoyo, en lugar de recurrir a hábitos nocivos. Desarrollar resiliencia incluye aprender y practicar estas estrategias saludables.

Control: Reconocer que nuestras acciones importan y que tenemos influencia sobre nuestras decisiones y resultados. Tanto los jóvenes como los adultos prosperan cuando sienten que tienen control sobre sus vidas y decisiones, y cuando reciben apoyo para asumir la responsabilidad de sus acciones.

Resiliencia comunitaria: La capacidad de una comunidad para anticipar, prepararse, responder y recuperarse de eventos adversos, como desastres naturales, desafíos económicos o perturbaciones sociales. Implica la fortaleza colectiva de las redes sociales, los recursos y los sistemas dentro de la comunidad, así como la capacidad de adaptarse a circunstancias cambiantes. La resiliencia comunitaria se construye a través de relaciones sólidas, valores compartidos, comunicación efectiva y la participación activa de los miembros de la comunidad en la resolución de problemas.

Crecimiento postraumático: El cambio psicológico positivo que puede ocurrir como resultado de enfrentar experiencias altamente desafiantes o traumáticas. Implica el desarrollo de mayor fortaleza personal, relaciones más sólidas, un sentido más profundo de propósito o significado, y una renovada apreciación por la vida.



A diferencia de la resiliencia, que se enfoca en recuperarse de la adversidad, el crecimiento postraumático enfatiza superar los niveles previos de funcionamiento para alcanzar nuevos niveles de bienestar psicológico y comprensión.

Definiendo el Cuidado Informado sobre el Trauma (TIC)

El Cuidado Informado sobre el Trauma (TIC), también conocido como enfoque informado sobre el trauma, es un marco para reconocer, comprender y responder a los efectos del trauma en individuos, organizaciones y comunidades.

Cambia el enfoque de "¿Qué te pasa?" a "¿Qué te ha pasado?" y prioriza la creación de entornos que promuevan la sanación, seguridad y empoderamiento.

Según la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA), un enfoque informado sobre trauma se guía por cuatro supuestos básicos (conocidos como las 4 Rs) y seis principios rectores que sirven como base para crear entornos sensibles al trauma. Los 10 dominios de implementación, que describen los pasos prácticos para integrar estos principios en la práctica, se discuten en la siguiente sección sobre implementación.

La siguiente información ha sido adaptada de los recursos de SAMHSA.[68, 69]



Los Cuatro Supuestos de un Enfoque Informado sobre Trauma (Las 4 Rs)

Un enfoque informado sobre trauma se basa en cuatro supuestos clave que determinan cómo individuos, organizaciones y sistemas comprenden y responden al trauma:

Realización: Conciencia del impacto generalizado del trauma y comprensión de posibles caminos para la sanación.

- El trauma no es un evento raro; afecta a individuos, familias y comunidades en todos los niveles de la sociedad. Un enfoque informado sobre trauma reconoce los profundos efectos que el trauma puede tener en la salud física y mental, relaciones y bienestar general de una persona.
- Las organizaciones que adoptan este enfoque entienden que el trauma puede resultar de diversas fuentes, incluyendo experiencias adversas en la infancia (ACE), opresión sistémica, violencia, desastres naturales y otros eventos angustiantes.
- La realización también implica reconocer que la sanación es posible y que la resiliencia puede cultivarse a través de relaciones de apoyo, entornos seguros y prácticas informadas sobre el trauma.

Reconocimiento: Identificación de los signos y síntomas del trauma en individuos, familias, personal y organizaciones.

- El trauma se manifiesta de muchas maneras, incluyendo angustia emocional, dificultad para confiar en otros, hipervigilancia, disociación, comportamientos autodestructivos y problemas de salud física.
- Un enfoque informado sobre trauma asegura que el personal y los proveedores de servicios estén capacitados para reconocer estos signos, no solo en las personas a las que sirven sino también en sí mismos y sus colegas, reconociendo el potencial de trauma secundario o vicario.
- El reconocimiento va más allá de los síntomas individuales e incluye comprender cómo el trauma impacta las relaciones, el bienestar comunitario y la cultura organizacional.

Respuesta: Integración del conocimiento sobre trauma en políticas, procedimientos y prácticas para apoyar la sanación.

- Una respuesta informada sobre el trauma implica aplicar activamente la conciencia del trauma a todos los aspectos de las operaciones de una organización, desde los servicios directos hasta las decisiones de liderazgo y las políticas institucionales.
- TEsto incluye capacitar al personal en prácticas informadas sobre trauma, crear entornos que promuevan la seguridad psicológica y física, y asegurar que las interacciones con las personas se basen en empatía, colaboración y empoderamiento.
- Las organizaciones informadas sobre trauma realizan ajustes para reducir posibles factores estresantes o desencadenantes, como modificar procedimientos de admisión, ofrecer opciones en la prestación de servicios y garantizar una comunicación clara y transparente.

Resistir la retraumatización: Trabajar activamente para evitar prácticas o entornos que puedan reactivar el trauma.

- La retraumatización ocurre cuando las personas encuentran entornos, políticas o interacciones que inadvertidamente reflejan experiencias traumáticas pasadas, causando más daño.
- Un enfoque informado sobre trauma busca proactivamente minimizar la retraumatización eliminando prácticas punitivas o coercitivas, fomentando una cultura de confianza y empoderando a las personas con voz y elección.
- Este supuesto también se aplica al bienestar del personal, reconociendo que las políticas e interacciones laborales deben apoyar la salud mental de los empleados en lugar de contribuir al estrés o agotamiento.

Los Seis Principios del Cuidado Informado sobre Trauma

Un enfoque informado sobre el trauma se construye sobre seis principios rectores que moldean políticas, interacciones y entornos para apoyar la sanación y resiliencia. Estos principios aseguran que los individuos se sientan seguros, empoderados y valorados dentro de sistemas informados sobre trauma.

Seguridad: Garantizar seguridad física, emocional y psicológica para todos los individuos.

- Un entorno informado sobre trauma prioriza la seguridad en todos los niveles, asegurando que las personas se sientan protegidas tanto física como emocionalmente.
- La seguridad física incluye espacios bien iluminados, ambientes no amenazantes y límites claros, mientras que la seguridad emocional y psicológica implica fomentar una atmósfera de respeto, predictibilidad y apoyo.
- En la práctica, esto significa evitar acciones o lenguaje que puedan desencadenar respuestas traumáticas y hacer esfuerzos para que las personas sientan control sobre sus experiencias.

Confiabilidad y transparencia: Construir y mantener confianza mediante prácticas claras, consistentes y transparentes.

- El trauma puede erosionar la capacidad de una persona para confiar en otros, particularmente en instituciones o figuras de autoridad. Un enfoque informado sobre el trauma prioriza la honestidad, la claridad y el cumplimiento de lo prometido en todas las interacciones.
- Este principio exige comunicación abierta, rutinas predecibles y expectativas claras para que las personas sientan que pueden confiar en quienes las apoyan.
- Las organizaciones deben ser transparentes en políticas y toma de decisiones, asegurando que los individuos entiendan cómo y por qué se toman las decisiones.

Apoyo entre pares: Fomentar la sanación a través de experiencias compartidas y apoyo mutuo.

- El cuidado informado sobre el trauma reconoce el poder de la conexión y las experiencias compartidas en el proceso de sanación.
- Este principio implica crear oportunidades para que personas con experiencias vividas similares se conecten, compartan sus historias y aprendan unas de otras de manera que fomente entendimiento mutuo y validación.
- Este principio reconoce que el aislamiento puede profundizar el trauma, mientras que el apoyo entre pares puede reconstruir un sentido de pertenencia y esperanza.

Colaboración y mutualidad: Reconocer la importancia de la toma de decisiones compartida y asociaciones igualitarias.

- Este principio rechaza dinámicas de poder jerárquicas que pueden desempoderar a las personas, enfatizando en cambio la toma de decisiones compartida, asociación y respeto mutuo.
- Ya sea en organizaciones, escuelas, entornos de salud o programas comunitarios, este principio implica valorar la experiencia de vida de las personas y asegurarse de que los servicios se diseñen con aportes de quienes serán directamente afectados.
- El personal y los proveedores también se benefician de este enfoque, ya que las organizaciones informadas sobre el trauma reconocen que todos dentro del sistema tienen un papel en la creación de un entorno de apoyo y centrado en la sanación.

Empoderamiento, voz y elección: Honrar la autonomía individual, fortalezas y el derecho a tomar decisiones.

- El trauma a menudo priva a las personas de su sentido de control, dejándolas con sentimientos de impotencia. Un enfoque informado sobre el trauma busca restaurar ese sentido de agencia asegurando que las personas tengan voz en las decisiones que las afectan.
- Este principio pone énfasis en las fortalezas por encima de los déficits, reconociendo que las personas no están definidas por su trauma, sino por su capacidad de sanar, crecer y tomar decisiones por sí mismas.
- En la práctica, esto implica ofrecer opciones en la prestación de servicios, respetar los límites personales y evitar cualquier forma de coerción o imposición.

Sensibilidad cultural, histórica y de género: Reconocer y abordar el impacto del trauma cultural, racial, histórico y basado en género.

- El Cuidado Informado sobre el Trauma reconoce que el trauma no ocurre en el vacío—está moldeado por la cultura, la historia y factores sistémicos.
- Este principio asegura que las organizaciones respondan a las necesidades únicas de comunidades diversas, abordando temas como el trauma racial, la opresión histórica, la violencia basada en género y la discriminación.
- Los sistemas informados sobre el trauma se comprometen con el aprendizaje continuo, la humildad cultural y las prácticas centradas en la equidad, que afirmen y respeten a personas de todos los orígenes.

Estos seis principios guían cómo organizaciones, sistemas e individuos interactúan con personas que han experimentado trauma, asegurando que servicios e interacciones promuevan sanación en lugar de daño.

No son ideas aisladas sino valores interconectados que deben integrarse en políticas, prácticas e interacciones cotidianas para crear verdaderos entornos informados sobre el trauma.

De la conciencia a la acción: Hoja de ruta para la implementación

Los conceptos y términos cubiertos en esta Biblioteca de Lenguaje Compartido establecen las bases para comprender el cuidado informado sobre el trauma y su potencial transformador. Al fundamentar tu organización en una comprensión compartida del lenguaje del trauma, equipa a todos con el conocimiento necesario para abordar el trauma de manera compasiva e informada. Este lenguaje común sirve como punto de partida para una reflexión y acción más profundas.

Aunque implementar el cuidado informado sobre el trauma es un proceso complejo y de múltiples fases, comienza con reconocimiento e intención. La sección de implementación que sigue proporciona orientación sobre cómo tomar lo aprendido de esta biblioteca y comenzar a integrar principios informados sobre trauma en su organización. Aquí encontrarás una visión general de las etapas clave del cuidado informado sobre el trauma, incluyendo perspectivas sobre cómo prepararse para el cambio, adaptar prácticas existentes y fomentar un entorno de apoyo para todas las partes interesadas.

Más que una guía detallada paso a paso, esta sección ofrece marcos de trabajo, consejos y recursos seleccionados para apoyarle en el proceso.

Al final de este recorrido, estarás equipado tanto con el lenguaje compartido como con herramientas prácticas para guiar a tu organización hacia la transformación informada sobre el trauma.



Implementación del Cuidado Informado sobre Trauma



La implementación del cuidado informado sobre trauma (TIC) es un proceso vital para organizaciones comprometidas con crear entornos más seguros y acogedores. Esta sección proporciona un marco práctico y recursos como guía inicial para su organización, construyendo sobre los fundamentos establecidos en secciones anteriores. Los diez dominios de implementación deben considerarse clave al avanzar por la hoja de ruta del TIC, que describe las fases de transformación desde la conciencia sobre el trauma hasta convertirse en una organización completamente informada sobre el trauma.

Visión General de los Dominios de Implementación del TIC

El camino hacia la implementación del TIC requiere no solo comprender las fases y acciones involucradas, sino también abordar activamente áreas clave durante el proceso. Estas áreas - conocidas como dominios de implementación - son fundamentales para integrar con éxito los principios del TIC. Proporcionan estructura y guían a su organización a través de varias etapas, desde la preparación hasta la implementación completa.

Los dominios de implementación no son pasos aislados sino áreas de acción interrelacionadas que abarcan múltiples etapas del proceso. Ya sea que estés construyendo conciencia, mejorando conocimientos básicos o institucionalizando prácticas informadas sobre trauma, estos dominios aseguran que cada aspecto de tu organización esté alineada con el cuidado informado sobre trauma.

Antes de profundizar en la hoja de ruta, familiarízate con los diez dominios de implementación. Esto proporcionará una base sólida, ayudándote a mantenerte en el camino a medida que avanzas a través de cada destino en tu viaje TIC y asegurándote de que estás considerando los aspectos clave del cambio organizacional a lo largo del camino. Estas explicaciones se han adaptado de la Guía práctica para la aplicación de un enfoque basado en el trauma de SAMHSA.[68]

Gobernanza y liderazgo:
Este dominio se centra en el papel del liderazgo para guiar y modelar prácticas informadas sobre trauma. Estructuras de gobernanza sólidas son esenciales para establecer una visión compartida, alinear prioridades organizacionales y apoyar la sostenibilidad a largo plazo. Los puestos de liderazgo deben incluir personas con experiencia vivida de trauma.

Capacitación y desarrollo del personal:
Garantizar que todo el personal, desde el liderazgo hasta los trabajadores de primera línea, tenga el conocimiento y habilidades necesarias para implementar prácticas informadas sobre trauma. Incluye educación continua y desarrollo de competencias, así como estrategias intencionales para reclutar, contratar y capacitar al personal.

Colaboración intersectorial:
Construir alianzas con otras organizaciones y sectores fortalece el impacto del cuidado informado sobre trauma. Este dominio destaca la importancia de colaborar para compartir recursos, conocimiento y apoyo entre sistemas. Participar en colaborativos de aprendizaje comunitario es una forma de lograr esta colaboración.

Financiamiento:
Aborda la asignación de recursos financieros para apoyar iniciativas informadas sobre trauma, incluyendo la obtención de fondos, presupuestación para esfuerzos de TIC y asegurar que los recursos sean sostenibles en el tiempo.

Entorno físico:
Un entorno físico informado sobre trauma debe sentirse seguro, acogedor y de apoyo tanto físico como psicológico. Este dominio se enfoca en crear espacios que promuevan bienestar, reduzcan desencadenantes y apoyen interacciones positivas.

Participación e involucramiento:
Involucrar a todas las partes interesadas es clave para construir una organización informada sobre el trauma. Este dominio fomenta la participación del personal, clientes y miembros de la comunidad en procesos de toma de decisiones, promoviendo un sentido de pertenencia y responsabilidad compartida. La participación intencional de personas con experiencia vivida es fundamental.

Detección, evaluación y servicios de tratamiento:
Implica integrar herramientas específicas para identificar y abordar necesidades de personas afectadas por trauma. También incluye garantizar que los servicios sean accesibles, culturalmente relevantes y de apoyo.

Monitoreo de progreso y garantía de calidad:
El seguimiento del progreso y evaluación de resultados son críticos para entender el impacto de las prácticas informadas sobre trauma. Este dominio enfatiza la importancia de monitorear datos, ajustar estrategias y asegurar mejora continua de calidad.

Políticas:
Las políticas y procedimientos informados sobre trauma proveen un marco para prácticas consistentes y de apoyo en toda la organización. Incluye revisar y alinear políticas escritas con principios de TIC, asegurando que sean accesibles para todas las partes interesadas.

Evaluación:
Implica valorar la efectividad de las iniciativas informadas sobre trauma y asegurar que se cumplan los objetivos. Este dominio ayuda a las organizaciones a identificar áreas de mejora, medir el éxito y refinar continuamente su enfoque.

Para una explicación más detallada de los dominios de implementación y recursos adicionales, consulte la Guía Práctica de SAMHSA para Implementar un Enfoque Informado sobre Trauma. Esta guía ofrece valiosas perspectivas para aplicar prácticas informadas sobre trauma en diversos entornos organizacionales.

Hoja de Ruta para el Cuidado Informado sobre el Trauma

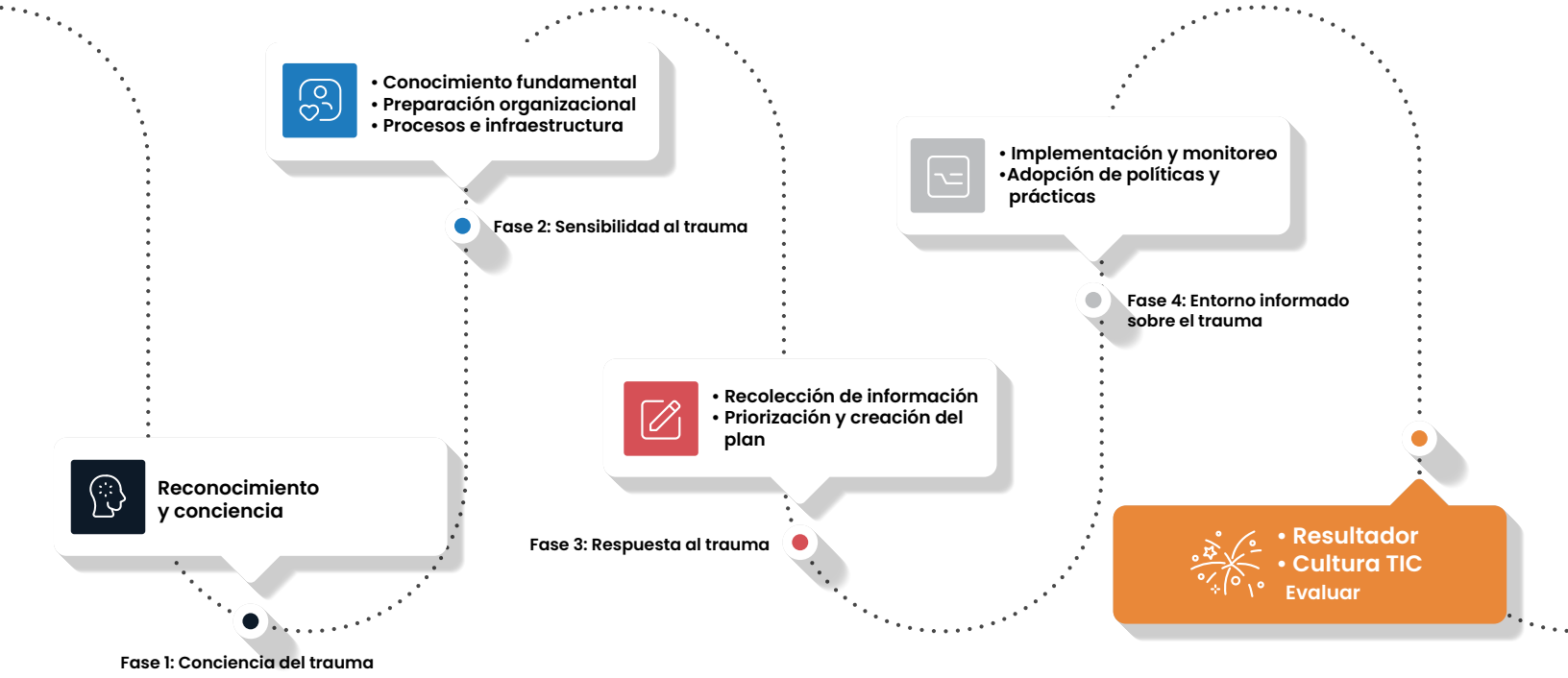
La hoja de ruta del Cuidado Informado sobre el Trauma (TIC) proporciona una guía estructurada para apoyar a las organizaciones en su trayecto hacia la implementación de este enfoque. Esta hoja de ruta está organizada y adaptada tanto del marco de Trauma-Informed Oregon[70] como del modelo de Missouri,[71] guiando a las organizaciones a través de fases clave de concienciación, sensibilidad, capacidad de respuesta y práctica completamente informada sobre el trauma.

Cada fase se construye sobre la anterior, ayudando a las organizaciones a fomentar gradualmente un entorno de seguridad, confianza y sanación para todos los individuos involucrados. Si bien la hoja de ruta generalmente sigue una trayectoria progresiva, es importante reconocer que el cuidado informado sobre el trauma es un proceso continuo. A medida que su organización avanza por las fases, es probable que necesites revisar trabajos anteriores, realizando ajustes según surjan nuevos desafíos u oportunidades.

A medida que avances en la hoja de ruta, los diez dominios de implementación deben permanecer como prioridad. Guiarán tus esfuerzos para asegurar que el cuidado informado sobre el trauma no sea solo un conjunto de prácticas, sino un cambio cultural profundamente arraigado dentro de su organización.

Los siguientes destinos, organizados según el marco de Trauma-informed Oregon, representan fases distintas de este viaje. Consulta regularmente los dominios de implementación mientras navegas por cada fase para ayudar a guiar tus decisiones y prácticas.

Hoja de ruta hacia el Cuidado Informado sobre el Trauma



*Adaptado de la hoja de ruta de Trauma-Informed Oregon

Destino 1: Conciencia sobre el Trauma

En esta fase inicial, la organización toma conciencia de la prevalencia e impacto del trauma en sus empleados, estudiantes, clientes, etc.

Hito 1: Reconocimiento y concienciación
El liderazgo reconoce que comprender el trauma puede mejorar su capacidad para cumplir su misión y comienza a explorar su prevalencia entre las poblaciones que sirven. Se introduce formación básica cubriendo conceptos clave como definiciones, causas, impacto y valores centrales del cuidado informado sobre trauma. El personal conoce dónde acceder a recursos adicionales y recibe apoyo para continuar aprendiendo. La organización reflexiona sobre lo que este conocimiento significa para su trabajo y considera posibles próximos pasos.

Punto de control: El liderazgo, personal y otras partes interesadas saben qué es el trauma, reconocen su impacto y acuerdan que el cambio es necesario.

Pausa para la resiliencia: El cambio puede ser estresante. Tomen tiempo para reconocer y validar las emociones que puedan surgir al iniciar este proceso y fomenten la comunicación compasiva entre los miembros.

Aprende más sobre esta fase y los indicadores clave en el recurso de hoja de ruta informada sobre el trauma de Trauma-Informed Oregon.

Destino 2: Sensibilidad al Trauma

Durante esta fase, la organización construye una base de conocimientos sobre el trauma y se prepara para adaptar políticas y sistemas que apoyen el cambio hacia un enfoque informado sobre el trauma. La preparación organizacional y la actualización de sistemas son componentes clave de esta fase.

Hito 1: Conocimientos básicos
Todo el personal desarrolla conocimientos básicos sobre cuidado informado sobre trauma. La capacitación organizacional establece un lenguaje compartido y refuerza el compromiso con la creación de un entorno seguro, sensible y acogedor tanto para las personas atendidas como para el personal.

Punto de control: Todos los niveles de la organización aprenden juntos. La mayoría del personal ha recibido formación y discute abiertamente sobre TIC.

Hito 2: Preparación organizacional
Adoptar el TIC requiere un esfuerzo conjunto del liderazgo y del personal. La preparación para implementar TIC —tanto en factores psicológicos (actitudes y creencias) como estructurales (habilidades, conocimientos e infraestructura)— es crítica para lograr una integración efectiva. El liderazgo desempeña un papel central al preparar a la organización para el cambio mediante la reflexión y la promoción del compromiso colectivo.

Punto de control: TIC es prioridad organizacional con recursos dedicados a sus esfuerzos. Los líderes modelan TIC y la mayoría del personal muestra un compromiso entusiasta con su implementación.

Hito 3: Procesos e infraestructura
El liderazgo y personal trabajan para integrar TIC en la cultura organizacional mediante políticas y prácticas. Este proceso comienza con la identificación de defensores internos del trauma y la contratación de personas cuyas actitudes y comportamientos se alineen con los principios TIC. La organización también revisa su compromiso con la participación de las partes interesadas y explora los siguientes pasos, como la evaluación de herramientas y procesos para la detección universal de trauma.

Punto de control: Un grupo de trabajo interno es designado para liderar los esfuerzos TIC, incluyendo miembros con experiencia vivida. Se establece un proceso para compartir información, y los integrantes del grupo difunden activamente la información al resto del personal de la organización.

Pausa para la resiliencia: Aprender sobre el trauma implica conexión, comunicación abierta, construcción de confianza y fomento de la empatía. Promueva la construcción de relaciones a través de la escucha activa dentro de su organización.

Aprende más sobre esta fase y los indicadores clave en el recurso de hoja de ruta Trauma Sensitive de Trauma-Informed Oregon.

Destino 3: Capacidad de Respuesta al Trauma

En esta fase, la organización identifica oportunidades para aplicar el TIC y desarrolla un plan de acción que incluye responder a datos relacionados con el trauma y priorizar acciones para convertirse en una organización más receptiva. El personal a todos los niveles comienza a reevaluar y ajustar rutinas organizacionales e infraestructura para alinearse con los principios del Cuidado Informado sobre el Trauma.



Hito 1: Recopilación de información
Las organizaciones recopilan y utilizan datos para identificar oportunidades de integración TIC, reconocer prácticas existentes informadas sobre trauma y hacer seguimiento al progreso de su implementación.

Punto de control: Se han establecido procesos para recolectar datos sobre oportunidades TIC, incluyendo un proceso para recibir y compartir retroalimentación de las partes interesadas. Las políticas y prácticas se están evaluando desde una perspectiva informada sobre el trauma.

Hito 2: Priorización y planificación
La organización identifica un método para priorizar oportunidades basándose en los principios TIC y su contexto específico. Se desarrolla un plan de acción detallado.

Punto de control: Se abordan prácticas existentes que obstaculizan el progreso. Se identifican prioridades de alto impacto y bajo costo. Se realizan ajustes pequeños mientras se abordan cambios más amplios de manera simultánea.

Pausa para la resiliencia: Este es un buen momento para hacer una pausa y reforzar el valor de cada voz en este proceso. Celebre los logros, por pequeños que sean, para motivar y reafirmar el compromiso de todos los participantes.

Aprende más sobre esta fase y los indicadores clave en el recurso Trauma Responsive Road Map de Trauma-Informed Oregon.



Destino 4: Informado sobre el Trauma

En esta fase final, la organización ejecuta activamente el plan de trabajo y ha integrado prácticas informadas sobre trauma en sus políticas, procedimientos e interacciones cotidianas. La cultura y el entorno reflejan seguridad, confianza, empoderamiento y apertura.

El TIC ya no depende de unos pocos líderes o del grupo de trabajo, sino que se ha incorporado plenamente al ambiente organizacional. Existe un proceso continuo de monitoreo y mejora.

Hito 1: Implementación y monitoreo
La organización comienza a implementar cambios y monitorea su progreso.

Punto de control: Los cambios se han iniciado y se revisan y monitorean activamente para evaluar su efectividad. Se realizan ajustes al plan según sea necesario.

Hito 2: Adopción de políticas y prácticas
Las políticas se adoptan e integran en la cultura organizacional. Estas políticas se mantienen y son modeladas por el liderazgo y los compañeros.

Punto de control: Los procesos formales han cambiado oficialmente, y todas las partes afectadas han sido informadas y cuentan con el conocimiento, habilidades y recursos para implementar las prácticas con éxito. Entidades externas comprenden la misión de la organización relacionada con el trauma y buscan su orientación en asuntos de TIC.

Pausa para la resiliencia: Verifiquen con los miembros de la organización que todos se sientan incluidos y empoderados para implementar el TIC en todos los niveles. Celebre este esfuerzo colectivo y reconozca el impacto del TIC.

Aprende más sobre esta fase y los indicadores claves en el recurso Trauma-informed Oregon's trauma informed road map resource.



Evaluación: Resultados y cultura de TIC

Evalúen periódicamente qué tan bien se han integrado las prácticas informadas sobre trauma y su impacto. Consideren tanto los resultados individuales como la cultura organizacional. Dado que el TIC toma forma diferente en cada contexto, el progreso debe medirse de maneras que se alineen con los objetivos y prioridades específicas de la organización. En lugar de tratar la evaluación como un paso final, incorporarla durante todo el proceso permite a las organizaciones ver el impacto de su trabajo en tiempo real y hacer los ajustes necesarios.

Aprende más sobre la evaluación con el recurso de Trauma-informed Oregon's assessment road map resource.

Recursos adicionales para prácticas informadas sobre trauma

Además de las guías y marcos descritos en este documento, hemos desarrollado tres guías de recursos iniciales adaptadas a sectores específicos: lugares de trabajo, escuelas y organizaciones que sirven a jóvenes.

Estas guías ofrecen contenido cuidadosamente seleccionado, con herramientas prácticas, estrategias y referencias para apoyar la implementación del cuidado informado sobre trauma en cada ámbito. Sirven como una valiosa extensión de este documento, proporcionando recursos específicos para organizaciones que buscan profundizar sus esfuerzos informados sobre el trauma.

Encontrarán estas guías en el apéndice, y les animamos a consultarlas a medida que avanzan en su trayecto. Las guías están diseñadas como documentos vivos, que evolucionan a medida que surgen nuevos recursos y mejores prácticas.

Conclusión

Implementar el cuidado informado sobre el trauma es un viaje, no una lista de verificación. Esta guía ha proporcionado una base - desde comprender el trauma y su impacto en diversos sectores hasta construir un lenguaje común y explorar dominios clave de implementación. La hoja de ruta sirve como guía, ofreciendo dirección y estructura, pero el camino de cada organización será diferente.

Convertirse en una organización informada sobre el trauma es un proceso en evolución moldeado por las necesidades, desafíos y fortalezas únicas de la organización y la comunidad. No existe una única forma "correcta" de proceder, y el progreso no siempre sigue un camino lineal. Lo más importante es el compromiso de fomentar una cultura de seguridad, confianza y resiliencia - una que aprenda, se adapte y crezca continuamente.

A medida que avanzan, recuerden que existen numerosas herramientas, recursos y comunidades de práctica disponibles para apoyar sus esfuerzos. Ya sea que estén comenzando o refinando su enfoque, no están solos en este trabajo. Cada paso hacia el cuidado informado sobre el trauma contribuye a un movimiento más amplio de sanación y equidad, haciendo una diferencia duradera en las vidas de quienes sirven.

Reconocimientos

Este trabajo es posible gracias al apoyo de Resilient Georgia, la Fundación Pittulloch, Primerica y la Fundación Jesse Parker Williams. Resilient Georgia es una colaboración a nivel estatal dedicada a cultivar la resiliencia comunitaria y apoyar prácticas informadas sobre el trauma. Como parte de esta iniciativa, Resilient Gwinnett - junto con otros socios esenciales - trabaja incansablemente para prevenir el trauma, fomentar la resiliencia e impulsar cambios en los sistemas mediante el aumento de la comprensión pública sobre resiliencia y trauma, y la provisión de servicios y recursos basados en evidencia.

También deseamos reconocer al Comité Directivo de Resilient Gwinnett y a las Organizaciones Socias de Capacitación por su compromiso inquebrantable y colaboración en el avance de prácticas informadas sobre trauma en todo el Condado de Gwinnett. Su trabajo y experiencia son vitales para apoyar el éxito continuo de nuestros objetivos compartidos.

El Comité Directivo de Resilient Gwinnett y las Organizaciones Socias de Capacitación incluyen:

- Georgia Center for Child Advocacy
- Georgia Department of Human Resources, Division of Family & Children Services
- GUIDE, Inc.
- Gwinnett County
- Gwinnett Coalition
- Gwinnett County Public Schools
- GNR Public Health
- Mosaic Georgia
- Neighborhood Nexus
- R.I.C.E.
- Ser Familia
- View Point Health

Por último, deseamos expresar nuestro más sincero agradecimiento al personal involucrado en la creación de este kit de herramientas:

Vala Clark, Directora de Engagement, Gwinnett Coalition

Eryn Austin, Redactora, Gwinnett Coalition

Shannon Hervey, Directora de Salud Comunitaria, Gwinnett Coalition

Kamesha Walker, Gerente del Programa de Salud Comunitaria, Gwinnett Coalition

Su dedicación, experiencia y arduo trabajo fueron fundamentales para dar vida a este kit de herramientas.

Este documento fue perfeccionado con la asistencia de ChatGPT para garantizar consistencia lingüística y claridad en la redacción.

Apéndice A: Recursos Escolares

Prácticas Escolares Informadas por Trauma
NCTSN: Supporting Trauma-Informed Schools to Keep Students in the Classroom: A Focus on Trauma-Informed Practices
National Center for School Safety: Trauma-Informed, Resilience-Oriented Schools Toolkit
NCTSN: Trauma-Informed Schools for Children in K-12: A System Framework
NCTSN Video: Building Relationships as a Foundation of Trauma-Informed Practices in Schools

Pautas para Interactuar con Personas que han Experimentado Trauma
ECHO Infographic: How to Support Someone Who has Experienced Trauma
ECHO Infographic: Do's and Don'ts of a Trauma-Informed Compassionate Classroom
ECHO Infographic: Trauma-Informed Support for Children
MSEA: Tools to Support the Learning and Development of Students Experiencing Childhood and Adolescent Trauma
Book: The Heart of Learning and Teaching: Compassion, Resiliency, and Academic Success
NCTSN: Chi ld Trauma Toolkit for Educators
NCTSN: Suggestions for Educators (Helping Traumatized Children in School)
NCTSN: Psychological and Behavioral Impact of Trauma: Preschool Students
NCTSN: Psychological and Behavioral Impact of Trauma: Elementary School Students
NCTSN: Psychological and Behavioral Impact of Trauma: Middle School Students
NCTSN: Psychological and Behavioral Impact of Trauma: High School Students
NEA: Top Trauma-Informed Practices

Evaluación y Monitoreo
NCTSN: Trauma-Informed Organizational Assessment (implementation guide and assessment with free account)
NCTSN: A Trauma-Informed Resource for Strengthening Family-School Partnerships
WI Department of Public Instruction: Trauma Responsive School Implementation Assessment
WI Department of Public Instruction: Trauma Sensitive Schools Fidelity Tool
LearningForJustice.org: Trauma Sensitive Schools Checklist

Recursos Adicionales
NCSEA: Addressing the Epidemic of Trauma in Schools
CTIPP Report: Trauma-Informed Schools
NEA: Understanding Trauma – Key Takeaways
National Center on Safe Supportive Learning Environments: Trauma-Sensitive Training Package
SchoolSafety.Gov: Strategies and Resources to Support Trauma-Informed Schools
UGA Center for Teaching and learning: Trauma-Informed Teaching
Resilient Georgia: Training Roadmap to Becoming Trauma Informed - Schools
NCTSN: Creating, Supporting, and Sustaining Trauma-Informed Schools – A System Framework
NCTSN Video: Understanding Key Components to Support Trauma-Informed School Change
NCTSN Video: Using a Framework for Creating Sustainable Trauma-Informed Change in Schools
NCTSN Video Series: Supporting Schools to Test and Implement Tailored Trauma-Informed Practices
NASBE Webinar: Building Trauma-Informed School Systems

Estudios de Caso / Ejemplos
NC Center for Resilience & Learning: A Case Study on Baskerville Elementary School
CA School-based Health Alliance: Trauma-Informed School Spotlight: Practices for Mindful Students & Staff
CA School-based Health Alliance: Healing through School-Based Trauma-Informed Practices: Two case studies with Students of Color in California
Video: What does a Trauma-Sensitive Middle/High School look like?

Bienestar y Cuidado del Equipo
NCTSN: Self Care for Educators
iOpening Enterprises: Using Trauma-Informed Principles to Infuse Self-Care in Schools
Teaching and Learning Innovation: Five Self-Care Tips for the Trauma-Responsive Educator
SafeSupportiveLearning.Ed.gov: Secondary Traumatic Stress and Self-Care Packet

Pasos a Seguir
CTIPP Call to Action: Building Healthier communities Through Trauma-Informed Approaches
NASSP: A School Leader's Guide to Creating a Trauma-Informed School: February 2020
Contact ResilientGwinnett@gwinnettcoalition.org para discutir sus necesidades y visite Resilient Gwinnett para descubrir oportunidades de aprendizaje y capacitación.

Apéndice B: Recursos Laborales

Prácticas de Negocios Informadas por Trauma
CTIPP: Trauma-Informed Workplaces – Concepts, Strategies, and Tactics to Build Workplaces that Support Well-Being
SAMHSA: Practical Guide for Implementing a Trauma-Informed Approach
National Council for Mental Well-Being: Checklist for Trauma-Informed Human Resources Practices
Center for Healthcare Strategies: Hiring a Trauma-Informed Workforce
Center for Healthcare Strategies: Policy Guidance for Trauma Informed Human Resources Practices
Federation for Progressive Policymaking: Trauma-Responsive Organization Checklist
Lyra Health: Trauma and the Workplace

Lineamientos para Interactuar con Individuos Afectados por el Trauma
ECHO Infographic: How to Support Someone Who has Experienced Trauma
Magellan Health: Supporting Employees During Traumatic Events

Evaluación y Monitoreo
Trauma Informed Care Project: Agency Self-Assessment for Trauma-Informed Care
CDC: Total Worker Health – NIOSH Worker Well-Being Questionnaire
NCTSN: Trauma-Informed Organizational Assessment (implementation guide and assessment with free account)

Recursos Adicionales
US Department of Labor: Mental Health at Work: What Can I Do? A Workplace Guide
Trauma Informed Oregon: Behaviors and actions of Trauma Informed Leaders
Federation for Progressive Policymaking: People-Centered & Trauma-Informed Approach: A Better Way to Serve
Federation for Progressive Policymaking: Trauma-Informed Service Delivery: Strategies and Actions for Working with Individuals
ITTIC Infographic: Trauma-Informed Care
National Fund for Workforce Solutions: A Trauma-Informed Approach to Workforce
Resilient Georgia: Training Roadmap to Becoming Trauma Informed – Business Community

Estudios de Caso / Ejemplos
Oregon Total Worker Health Alliance: Case Study #1: Bend, OR Police Department
Oregon Total Worker Health Alliance: Case Study #2: City of Eugene, OR
Oregon Total Worker Health Alliance: Case Study #3: City of Portland Water Bureau and Portland Bureau of Transportation
State of Michigan: Trauma-Informed Policy Template
Trauma Informed Oregon: Trauma Informed Care Review Board: Policies and Procedures

Bienestar y Cuidado del Equipo
Office of the U.S. Surgeon General: Five Essentials for Workplace Mental Health & Well-Being
Office of the U.S. Surgeon General: The U.S. Surgeon General's Framework for Workplace Mental Health & Well-Being
Trauma Informed Oregon: A Trauma Informed Workforce

Siguientes Pasos
CTIPP Call to Action: Building Healthier communities Through Trauma-Informed Approaches
Contact ResilientGwinnett@gwinnettcoalition.org para discutir sus necesidades y visite Resilient Gwinnett para descubrir oportunidades de aprendizaje y capacitación.

Apéndice C: Recursos para Organizaciones Juveniles

Prácticas para Organizaciones Juveniles Informadas por Trauma
Family & Youth Services Bureau: Creating Safe Spaces – A Facilitator's Guide to Trauma-Informed Programming for Youth in Optimal Health Programs
Beyond School Bells: Tier One Trauma Informed Afterschool - Programs

Lineamientos para Interactuar con Individuos Afectados por el Trauma
ECHO Infographic: How to Support Someone Who has Experienced Trauma
ECHO Infographic: Trauma-Informed Support for Children
MSEA: Tools to Support the Learning and Development of Students Experiencing Childhood and Adolescent Trauma

NCTSN: The 12 Core Concepts for Understanding Traumatic Stress Responses in Children and Families
NCTSN: Psychological and Behavioral Impact of Trauma: Preschool Students
NCTSN: Psychological and Behavioral Impact of Trauma: Elementary School Students
NCTSN: Psychological and Behavioral Impact of Trauma: Middle School Students
NCTSN: Psychological and Behavioral Impact of Trauma: High School Students

Evaluación y Monitoreo
Traumatic Stress Institute: Trauma-Informed Care in Youth Serving Settings – Organizational Self Assessment
NCTSN: Trauma-Informed Organizational Assessment (implementation guide and assessment with free account)

Recursos Adicionales
NCTSN: A Trauma-Informed Guide for Working with Youth Involved in Multiple Systems
Resilient Georgia: Training Roadmap to Becoming Trauma Informed - Youth

Estudios de Caso / Ejemplos
YMCA: We all Have Mental Health – Mental Health Promotion Strategies for Y Programs
Boys & Girls Club of America: Trauma-Informed Boys & Girls Club Standards of Practice
Girl Scouts of Greater New York: An Introduction to Trauma-Informed Girl Scouting

Bienestar y Cuidado del Equipo
Temescal Associates and the How Kids Learn Foundation: Self-Care for Youth Workers
Youth Research & Evaluation eXchange: Caring for Yourself is a Radical Act – Self-Care Guide for Youth Working in Community

Siguientes Pasos
CTIPP Call to Action: Building Healthier communities Through Trauma-Informed Approaches
Contact ResilientGwinnett@gwinnettcoalition.org para discutir sus necesidades y visite Resilient Gwinnett para descubrir oportunidades de aprendizaje y capacitación.

Referencias

1. Benjet, C., Bromet, E., Karam, E. G., Kessler, R. C., McLaughlin, K. A., Ruscio, A. M., Shahly, V., Stein, D. J., Petukhova, M., Hill, E., Alonso, J., Atwoli, L., Bunting, B., Bruffaerts, R., Caldas-de-Almeida, J. M., de Girolamo, G., Florescu, S., Gureje, O., Huang, Y., Lepine, J. P., ... Koenen, K. C. (2016). The epidemiology of traumatic event exposure worldwide: results from the World Mental Health Survey Consortium. Psychological medicine, 46(2), 327–343. https://doi.org/10.1017/S0033291715001981
2. Swedo, E. A., Holditch Niolon, P., Anderson, K. N., Li, J., Brener, N., Mpofu, J., Aslam, M. V., & Underwood, J. M. (2024). Prevalence of Adverse Childhood Experiences Among Adolescents. Pediatrics, 154(5), e2024066633. https://doi.org/10.1542/peds.2024-066633
3. National Center for PTSD. (2024, May 1).Trauma-informed care. U.S. Department of Veterans Affairs. https://www.ptsd.va.gov/professional/treat/care/index.asp
4. Substance Abuse and Mental Health Services Administration. (2014). SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach. https://library.samhsa.gov/sites/default/files/sma14-4884.pdf
5. Meléndez Guevara, A. M., Cottam, S., Wall, C., & Lindstrom Johnson, S. (2024). Expanding ACEs in child and family service systems: Incorporating context and resilience. Child Protection and Practice, 3, 100065. https://doi.org/10.1016/j.chipro.2024.100065
6. Peterson, C., Aslam, M. V., Niolon, P. H., Bacon, S., Bellis, M. A., Mercy, J. A., & Florence, C. (2023). Economic burden of health conditions associated with adverse childhood experiences among US adults. JAMA Network Open, 6(12), e2346323. https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2023.46323
7. Child Trauma Institute for Policy and Practice. (2025, January 3.). Building healthier communities through trauma-informed approaches. CTIPP. https://www.ctipp.org/post/building-healthier-communities-through-trauma-informed-approaches
8. Center to Advance Trauma-informed Health Care. (n.d.). Why trauma? University of California, San Francisco. https://cthc.ucsf.edu/why-trauma/
9. Goldstein, E., Chokshi, B., Melendez-Torres, G. J., Rios, A., Jelley, M., & Lewis-O'Connor, A. (2024). Effectiveness of Trauma-Informed Care Implementation in Health Care Settings: Systematic Review of Reviews and Realist Synthesis. The Permanente journal, 28(1), 135–150. https://doi.org/10.7812/TPP/23.127
10. Ravi, A. (2015, November 13). The cost-saving potential of trauma-informed primary care. Leonard Davis Institute of Health Economics, University of Pennsylvania. https://ldi.upenn.edu/our-work/research-updates/the-cost-saving-potential-of-trauma-informed-primary-care/
11. Maloney, J. E., Whitehead, J., Long, D., Kaufmann, J., Oberle, E., Schonert-Reichl, K. A., Cianfrone, M., Gist, A., & Samji, H. (2024, March 6). Supporting adolescent well-being at school: Integrating transformative social and emotional learning and trauma-informed education. Social and Emotional Learning: Research, Practice, and Policy, 4, 100044. https://doi.org/10.1016/j.sel.2024.100044
12. Barsel, P., & Curt, C. (2022, August 31). Report: Trauma-informed schools. Child Trauma Institute for Policy and Practice. https://www.ctipp.org/post/report-trauma-informed-schools

13. Travis, R. (2023, May 30). Mental health courts: How much can they help jail crisis? FOX 5 Atlanta. https://www.fox5atlanta.com/news/mental-health-courts-how-much-can-they-help-jail-crisis
14. Lehrer, D. (2021). Trauma-informed care: The importance of understanding incarcerated women. Journal of Correctional Health Care: The Official Journal of the National Commission on Correctional Health Care, 27(2), 121–126. https://doi.org/10.1089/jchc.20.07.0060
15. Falkenburger, E., Arena, O., & Wolin, J. (2018, April). Trauma-informed community building and engagement. Urban Institute. https://www.urban.org/sites/default/files/publication/98296/trauma-informed_community_building_and_engagement.pdf
16. Data USA. (n.d.). Gwinnett County, GA. https://datausa.io/profile/geo/gwinnett-county-ga
17. Gwinnett County. (2024, February 20). Gwinnett County 2045 Unified Plan: Economic development [PDF file]. https://www.gwinnettcounty.com/static/departments/PlanningDevelopment/pdf/3-economic-development.pdf
18. Marris, W. (2023). Child Trauma Institute for Policy and Practice. (2024, April 23). Toolkit: Trauma-informed workplaces. CTIPP. https://www.ctipp.org/post/toolkit-trauma-informed-workplaces
19. Mind Share Partners. (2021). Mental health at work report 2021. https://www.mindsharepartners.org/mentalhealthatworkreport-2021
20. DeFraia, G. S. (2015). Psychological trauma in the workplace: Variation of incident severity among industry settings and between recurring vs isolated incidents. International Journal of Occupational and Environmental Medicine, 6(3), 155–168. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6977051
21. Christensen, L. J., Embry, E., Newman, A. B., & Godfrey, P. C. (2025). If the body keeps the score, what happens when you bring the body to work? Exploring the health effects of trauma on human capital. Business & Society, 64(3), 558–592. https://doi.org/10.1177/00076503241271180
22. American Institute of Stress. (2023). Mental health: High stress levels trigger work absenteeism, experts say. The American Institute of Stress. https://www.stress.org/news/mental-health-high-stress-levels-trigger-work-absenteeism-experts-say/#:~:text=A%20report%20by%20The%20American,by%20high%20levels%20of%20stress
23. Berkeley Executive Education. (n.d.). The impacts of poor mental health on business. https://executive.berkeley.edu/thought-leadership/blog/impacts-poor-mental-health-business
24. World Health Organization. (2024, September 2). Mental health at work: Policy brief. World Health Organization. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-at-work
25. Lemek, S. (2023, July 6). The relationship between trauma & burnout. Medium. https://medium.com/hlwf-healthcare-healthtech-lifesciences-wellness/the-relationship-between-trauma-burnout-11e77a679134
26. Schelenz, R. (2020, September 3). Job burnout: A billion-dollar problem—Can we fix it despite COVID-19? University of California. https://www.universityofcalifornia.edu/news/job-burnout-billion-dollar-problem-can-we-fix-it-despite-covid-19
27. Child Trauma Institute for Policy and Practice. (2023, April 3). Toolkit: Trauma-informed workplaces. CTIPP. https://www.ctipp.org/post/toolkit-trauma-informed-workplaces
28. Overton, A. R., & Lowry, A. C. (2013). Conflict management: Difficult conversations with difficult people. Clinics in Colon and Rectal Surgery, 26(4), 259–264. https://doi.org/10.1055/s-0033-1356728

29. Hales, T. W., Green, S. A., & Nochajski, T. H. (2018). Trauma-informed care outcome study. Journal of Social Work Education, 29(5). https://doi.org/10.1177/1049731518766618
30. Elisseou S. (2023). Trauma-Informed Care: A Missing Link in Addressing Burnout. Journal of healthcare leadership, 15, 169–173. https://doi.org/10.2147/JHL.S389271
31. Wilcox, P. (2023). Brooklawn Child and Family Services cuts restraints and staff turnover. Traumatic Stress Institute. https://www.traumaticstressinstitute.org/brooklawn-child-and-family-services-cuts-restraints-and-staff-turnover/
32. American Psychological Association. (2022). Mental health support in the workplace: 2022 report. American Psychological Association. https://www.apa.org/pubs/reports/work-well-being/2022-mental-health-support
33. Rost, K., Smith, J. L., & Dickinson, M. (2004). The effect of improving primary care depression management on patient outcomes. Medical Care, 42(12), 1202–1210. https://journals.lww.com/lww-medicalcare/abstract/2004/12000/the_effect_of_improving_primary_care_depression.7.aspx
34. International Stress Management Association. (2016). Corporate wellbeing solutions: A guide to developing a workplace stress prevention program. https://s3-eu-west-1.amazonaws.com/stressorg/Corporate-Wellbeing-Solutions-2016.pdf
35. U.S. Surgeon General, & U.S. Department of Health and Human Services. (2022). Workplace mental health and well-being. https://www.hhs.gov/sites/default/files/workplace-mental-health-well-being.pdf
36. Short, R. (2024, April 2). The importance of trauma-informed leadership in the workplace. Workplace Peace Institute. https://www.workplacepeaceinstitute.com/post/the-importance-of-trauma-informed-leadership-in-the-workplace
37. U.S. News & World Report. (n.d.). Gwinnett County School District. U.S. News & World Report. https://www.usnews.com/education/k12/georgia/districts/gwinnett-county-106134
38. Gwinnett County Public Schools. (2024). FY 2024 adopted budget. https://resources.finalsite.net/images/v1702979309/gcpsk12org/pz89jkahi5hecpxnevjm/FY2024_Adopted_Budgeteq_1.pdf
39. Cleary, S. D., Snead, R., Dietz-Chavez, D., Rivera, I., & Edberg, M. C. (2018). Immigrant trauma and mental health outcomes among Latino youth. Journal of Immigrant and Minority Health, 20(5), 1053. https://doi.org/10.1007/s10903-017-0673-6
40. Crisis Prevention Institute. (2024, July 22). The impact of stress and trauma on student behavior and academic performance. Crisis Prevention Institute. https://www.crisisprevention.com/blog/education/the-impact-of-stress-and-trauma-on-student-behavior-and-academic-performance/
41. Boden, J. M., Horwood, L. J., & Fergusson, D. M. (2007). Title of the article. Child Abuse & Neglect, 31(10), 1101–1114. https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2007.03.022
42. McInerney, M., & McKlindon, A. (2014). Unlocking the door to learning: Trauma-informed classrooms & transformational schools. Education Law Center. https://www.elc-pa.org/wp-content/uploads/2015/06/Trauma-Informed-in-Schools-Classrooms-FINAL-December2014-2.pdf
43. Fry, D., Fang, X., Elliott, S., Casey, T., Zheng, X., Li, J., Florian, L., & McCluskey, G. (2018). The relationships between violence in childhood and educational outcomes: A global systematic review and meta-analysis. Child Abuse & Neglect, 75, 6–28. https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.06.021

44. Blodgett, C., & Lanigan, J. D. (2018). The association between adverse childhood experience (ACE) and school success in elementary school children. School Psychology Quarterly, 33(1), 137–146. https://doi.org/10.1037/spq0000256
45. Gerrity, E., & Folcarelli, C. (2008, September). Child traumatic stress: What policymakers should know. National Child Traumatic Stress Network. National Center for Child Traumatic Stress. https://www.nctsn.org/sites/default/files/resources/child_traumatic_stress_what_policymakers_should_know.pdf
46. Perfect, M. M., Turley, M. R., Carlson, J. S., Yohanna, J., & Saint Gilles, M. P. (2016). School-related outcomes of traumatic event exposure and traumatic stress symptoms in students: A systematic review of research from 1990 to 2015. School Mental Health, 8(1), 7–43. https://doi.org/10.1007/s12310-016-9175-2
47. Crisis Prevention Institute. (2024, July 22). The impact of stress and trauma on student behavior and academic performance. Crisis Prevention Institute. https://www.crisisprevention.com/blog/education/the-impact-of-stress-and-trauma-on-student-behavior-and-academic-performance/
48. Barsel, P., & Curt, J. (2022, August 31). Report: Trauma-informed schools. Campaign for Trauma-Informed Policy and Practice (CTIPP). https://www.ctipp.org/post/report-trauma-informed-schools
49. U.S. Department of Education. (2024, May). Strategies and resources to support trauma-informed schools [Issue brief]. U.S. Department of Education. https://www.schoolsafety.gov/sites/default/files/2024-05/SchoolSafety%20Issue%20Brief_Strategies%20and%20Resources%20to%20Support%20Trauma-Informed%20Schools_508c.pdf
50. National Center for School Safety. (2022). Trauma-Informed Resilience-Oriented Schools Toolkit. https://www.nc2s.org/wp-content/uploads/2022/08/Trauma-Informed-Resilience-Oriented-Schools-Toolkit.pdf
51. Hawaii Kids Can. (2020, November 18). Trauma-informed care mini-report: Understanding trauma's impact on children and youth in Hawaii. Hawaii Kids Can. https://hawaiikidscan.org/wp-content/uploads/sites/13/2020/11/11-18-20_HawaiiKidsCAN_TraumaMiniReport_V1.pdf
52. Data USA. (n.d.). Gwinnett County, GA. Retrieved from https://datausa.io/profile/geo/gwinnett-county-ga
53. Fostering Court Improvement. (n.d.). Gwinnett County. Retrieved from https://fosteringcourtimprovement.org/ga/County/Gwinnett/
54. Gwinnett County. (n.d.). Gwinnett County profile. Atlanta Regional Commission. https://documents.atlantaregional.com/Profiles/County/Gwinnett_NN.pdf
55. Kolaitis, G. (2017). Trauma and post-traumatic stress disorder in children and adolescents. European Journal of Psychotraumatology, 8(sup4), 1351198. https://doi.org/10.1080/20008198.2017.1351198
56. Layne, C. M., Greeson, J. K. P., Ostrowski, S. A., Kim, S., Reading, S., Vivrette, R. L., Briggs, E. C., Fairbank, J. A., & Pynoos, R. S. (2014). Cumulative trauma exposure and high-risk behavior in adolescence: Findings from the National Child Traumatic Stress Network Core Data Set. Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy, 6(Suppl 1), S40–S49. https://doi.org/10.1037/a0037799
57. Gerson, R., & Rappaport, N. (2013). Traumatic stress and posttraumatic stress disorder in youth: Recent research findings on clinical impact, assessment, and treatment. Journal of Adolescent Health, 52(2), 137–143.
58. Keeshin, B. R., Bryant, B. J., & Gargaro, E. R. (2021). Emotional dysregulation: A trauma-informed approach. Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America, 30(2), 375–387. https://doi.org/10.1016/j.chc.2020.10.007

59. Meeker, E. C., O'Connor, B. C., Kelly, L. M., Hodgeman, D. D., Scheel-Jones, A. H., & Berbary, C. (2021). The impact of adverse childhood experiences on adolescent health risk indicators in a community sample. Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy, 13(3), 302–312. https://doi.org/10.1037/tra0001004
60. Dumornay, N. M., Finegold, K. E., Chablani, A., Elkins, L., Krouch, S., Baldwin, M., Youn, S. J., Marques, L., Ressler, K. J., & Moreland-Capuia, A. (2022, October 4). Improved emotion regulation following a trauma-informed CBT-based intervention associates with reduced risk for recidivism in justice-involved emerging adults. Frontiers in Psychiatry, 13, 951429. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.951429
61. Altheimer, I., & Tobey, A. (2024). Trauma-informed care: Effectiveness on recidivism (CPSI Working Paper No. 2024-06). Rochester Institute of Technology, Center for Public Safety Initiatives. https://www.rit.edu/liberalarts/sites/rit.edu.liberalarts/files/docs/2024-06_CPSI%20Working%20Paper_Trauma-Informed%20Care%20Effectiveness%20on%20Recidivism_Rev.pdf
62. Walter, Z. C., Carlyle, M., Mefodeva, V., Glasgow, S., Newland, G., Nixon, R. D. V., Cobham, V. E., & Hides, L. (2025). Feasibility and outcomes of a trauma-informed model of care in residential treatment for substance use. Journal of Substance Use and Addiction Treatment, 169, 209571. https://doi.org/10.1016/j.josat.2024.209571
63. Jim Casey Youth Opportunities Initiative. (n.d.). Trauma-informed practice with young people in foster care (Issue Brief No. 5). https://pgcasa.org/wp-content/uploads/2015/07/trauma.pdf
64. Zettler, H. R. (2020). Much to do about trauma: A systematic review of existing trauma-informed treatments on youth violence and recidivism. Youth Violence and Juvenile Justice, 19(1), 113–134. https://doi.org/10.1177/1541204020939645
65. Thomas, J., & McDonagh, D. (2013). Shared language:Towards more effective communication. The Australasian medical journal, 6(1), 46–54. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23422948/
66. Shared Language Library sources:
- Action on Aces Gloucestershire. (n.d.). Glossary. https://www.actionaces.org/glossary/
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2019). Adverse childhood experiences (ACEs). Vital Signs. https://www.cdc.gov/vitalsigns/aces/index.html
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2024). About adverse childhood experiences (ACEs). https://www.cdc.gov/aces/about/?CDC_AAref_Val=https://www.cdc.gov/violenceprevention/aces/fastfact.html
- Centers for Disease Control and Prevention. (n.d.). About child abuse and neglect. https://www.cdc.gov/child-abuse-neglect/about/index.html
- Centers for Disease Control and Prevention. (n.d.). Risk factors for adverse childhood experiences. https://www.cdc.gov/aces/risk-factors/index.html
- Complex Trauma. (n.d.). Acute trauma. https://www.complextrauma.org/glossary/acute-trauma/
- Figley, C. R., Lovre, C., & Figley, K. R. Compassion fatigue, vulnerability, and resilience in practitioners working with traumatized children. 417-432. https://doi.org/10.1002/9780470669280.ch21
- Los Angeles County Department of Public Health. (2022). Trauma-informed care glossary. http://www.publichealth.lacounty.gov/ovp/docs/Trauma%20Informed%20Care/07132022TIC_Glossary.pdf
- National Fund for Workforce Solutions. (2021). A trauma-informed approach to workforce. https://nationalfund.org/wp-content/uploads/2021/04/A-Trauma-Informed-Approach-to-Workforce.pdf

- Pennsylvania Office of Mental Health and Substance Abuse Services. (2020, October). Empowerment through common language in PA: A guide to shared understanding of behavioral health terms. Commonwealth of Pennsylvania. https://www.pa.gov/content/dam/copapwp-pagov/en/education/documents/schools/safe-schools/mentalhealth/empowerment%20through%20common%20langauge%20in%20pa.pdf
- Pine Tree Institute. (n.d.). Positive childhood experiences. https://pinetreeinstitute.org/positive-childhood-experiences/
- Resilient Georgia. (n.d.). Concept learning card. https://www.resilientga.org/_files/ugd/08ae45_6580e19f75c44537bdc56176af799f6e.pdf
- Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA). (n.d.). Trauma and violence. U.S. Department of Health and Human Services. https://www.samhsa.gov/mental-health/trauma-violence
- Substance Abuse and Mental Health Services Administration. (2023). Trauma-informed care in behavioral health services. https://library.samhsa.gov/sites/default/files/pep23-06-05-005.pdf
- Trauma Informed Oregon. (n.d.). Glossary of trauma-informed care terms. https://traumainformedoregon.org/resources/new-to-trauma-informed-care/glossary/
- Trauma Informed Oregon. (n.d.). Trauma-informed care principles. https://traumainformedoregon.org/resources/new-to-trauma-informed-care/trauma-informed-care-principl es/
- UCLA Health. (2021). Study reveals types of positive childhood experiences (PCEs). https://www.uclahealth.org/news/release/study-reveals-types-positive-childhood-experiences-pces

67. Ginsburg, K. (2018, September 4). Building resilience: The 7 Cs. Resilience. https://parentandteen.com/building-resilience-in-teens/
68. Substance Abuse and Mental Health Services Administration. (n.d.). Practical guide for implementing a trauma-informed approach. U.S. Department of Health and Human Services. https://library.samhsa.gov/sites/default/files/pep23-06-05-005.pdf
69. Substance Abuse and Mental Health Services Administration. (n.d.). Trauma-informed approaches and programs. U.S. Department of Health and Human Services. https://www.samhsa.gov/mental-health/trauma-violence/trauma-informed-approaches-programs
70. Trauma Informed Oregon. (2018, December 12). Original roadmap to trauma-informed care with considerations. Trauma Informed Oregon. https://traumainformedoregon.org/wp-content/uploads/2018/12/Original-Roadmap-to-Trauma-Informed-Care-with-Considerations-12-12-18.pdf
71. Missouri Department of Mental Health. (n.d.). The Missouri model: A developmental framework for trauma-informed approaches. Missouri Department of Mental Health. https://dmh.mo.gov/media/pdf/missouri-model-developmental-framework-trauma-informed-approache