

TRASTORNO POSTRAUMÁTICO

Los niños traumatizados por la guerra civil de Sri Lanka reciben ayuda psicológica

- **Dos técnicas de fácil y corta aplicación ayudan a que los pequeños se recuperen**
- **Profesionales locales con poco adiestramiento pueden impartir la terapia**

Actualizado jueves 21/05/2009 08:19 (CET)

PATRICIA MATEY

MADRID.- En el norte de Sri Lanka, la antigua Ceilán, el tigre es el animal mítico por excelencia. Hasta el punto de que la guerrilla local tamil adoptó el nombre de este animal totémico. Los tigres tamiles han sido prácticamente derrotados por las autoridades cingalesas, pero años y años de guerra y las catástrofes naturales, como el tsunami, han dejado su huella casi indeleble en los niños de la región.

"Dados los recientes acontecimientos políticos producidos en Sri Lanka creo que es muy importante difundir ahora los graves problemas mentales que está sufriendo la población civil en Tamil donde, particularmente los niños, se ha tenido que vivir cara a cara con la violencia continua", destaca a elmundo.es Claudia Catani, del Departamento de Psicología Clínica y Psicoterapia de la Universidad de Bielefeld (Alemania).

Miembro de la Fundación Vivo, que trabaja para vencer y prevenir el estrés postraumático y sus consecuencias originados por la violencia o los desastres naturales tanto en los individuos como en la comunidad, acaba de sacar a la luz una nueva investigación que constata como **dos tipos de terapias psicológicas sencillas son capaces de ayudar a la población infantil a superar el trauma ocasionado por el tsunami y la guerra.**

Claudia Catani ha viajado en cinco ocasiones hasta Sri Lanka en donde ha permanecido por varios meses para poder "llevar a cabo la **formación de los profesionales** que posteriormente impartan las terapias psicológicas que acaban de constatar su eficacia", agrega.

Recuerda que algunos de los testimonios que más le impactaron se referían al **horror de los cadáveres tras el desastre natural** o al impacto de las bombas: "Mi padre intentó suicidarse, tras rociarse de queroseno después del tsunami"; "vi morir a mi hermano"; "he visto los cuerpos de 200 personas arrasadas por el tsunami"; "una maldita bomba cayó a nuestro lado y mi abuela murió delante mío".

"El noreste de Sri Lanka era objetivo de una guerra civil cuando en 2004 el tsunami sacudió la región, elevando aún más los casos infantiles de estrés postraumático", reza la nueva investigación, publicada en el último 'Biomed Central Psychiatry'.

Intervenciones adaptadas

Los desastres naturales son "**el mayor desafío para la salud mental infantil y para los profesionales que la atienden...** pero dado que una buena parte de ellos se produce en los



Terapia de exposición narrativa en una escuela de Sri Lanka. (Foto: Claudia Catani)

países en vías de desarrollo, los recursos asistenciales en esta materia suelen ser escasos. Por este motivo, las intervenciones deben adaptarse al contexto de estos desastres de masas. En particular, tienen que ser pragmáticos, cortos y administrados por profesionales locales sin una amplia formación en psicología o medicina", introduce el estudio.

Precisamente, el trabajo de la doctora Catani constata que este tipo de ayuda puede proporcionarse y, lo que es más importante, "con resultados sorprendentes", agrega.

Su certeza proviene de un trabajo comparativo con 31 niños de ocho a 14 años del campo de refugiados de Manadkadu en Vadamarachchi, al noreste de Sri Lanka. "**El síndrome de estrés postraumático no puede diagnosticarse antes de las cuatro semanas posteriores a producirse el evento traumático**, porque un buen número de las personas afectadas por una guerra, un incidente traumático o un desastre natural van a experimentar los mismos síntomas del síndrome, pero desaparecerán de forma natural con el paso del tiempo. El objetivo es identificar a aquéllos menores que van a sufrir las consecuencias a largo plazo de estos eventos y que 'enseñan' que no van a poder superarlas de forma espontánea", aclara la doctora Catani.

Aclara que, por lo tanto, 71 menores acogidos en el mencionado campo fueron entrevistados en las tres semanas posteriores al tsunami, "aunque finalmente 31 entraron a participar en el estudio por dar positivo en el test de estrés postraumático", agrega.

Mientras que la mitad de ellos se sometió a seis sesiones de Terapia de Exposición Narrativa para Niños (KIDNET, de sus siglas en inglés), la otra mitad siguió el mismo número de sesiones de Meditación-Relajación (MED-RELAX).

La primer técnica se basa en que los niños y adolescentes aprenden sobre sí mismos y los demás, sobre **las creencias de lo que es real y objetivo**, relatando no sólo lo sucedido sino toda su vida, lo que puede incluir experiencias traumáticas anteriores. La segunda terapia se basa en técnicas de respiración y yoga. Ambas se realizan en presencia de un terapeuta.

Instruyendo a los profesores

"Dado que las instituciones sanitarias mentales establecidas para tratar a los menores sometidos a 26 años de guerra civil estaban seriamente dañadas por el tsunami, tuvimos que entrenar a un grupo de profesores de Tamil en ambas técnicas mediante la colaboración de un grupo local de expertos en salud mental", aclara la psicóloga alemana.

Al mes de establecerse el diagnóstico y de iniciarse ambas terapias, tanto los síntomas asociados al síndrome de estrés postraumático, como las consecuencias que genera tanto a nivel físico como psíquico se redujeron de forma significativa. "A los seis meses de seguimiento, el 81% de los menores refugiados que siguió la terapia KIDNET se repuso, así como el 71% de los que siguieron la MED-RELAX".

"La recuperación de los niños de ambos grupos excedió la esperada en una evolución natural del síndrome", comenta la autora principal de la investigación. Para ella, este dato es especialmente positivo si se valora que **ambas terapias son fáciles de aplicar**, pueden ser administradas por profesionales locales y en periodos cortos de tiempo. "Experiencias positivas como ésta han sido llevadas a cabo con niños refugiados de Rwanda y Uganda en Alemania", insiste.

[Portada](#) > [Salud](#) > **Psiquiatría Infantil y Juvenil**

PUBLICIDAD [Conduce un BMW 318i Miles Edition desde 318 € al mes.](#)



© 2009 Unidad Editorial Internet, S.L.

Dirección original de este artículo:

<http://www.elmundo.es/elmundosalud/2009/05/20/psiquiatriainfantil/1242846051.html>