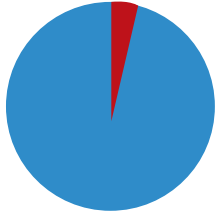


¿Qué es el TEPT?

El trastorno de estrés postraumático, o TEPT, es una afección de salud mental que algunas personas desarrollan después de ver o experimentar un evento traumático.

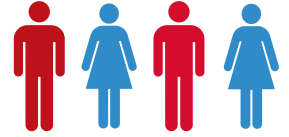


Del 7 al 8%

de la población de los Estados Unidos tendrá TEPT en algún momento de sus vidas.

Lo que es tener TEPT puede ser diferente para todos.

Hay cuatro tipos de síntomas de TEPT.



REVIVIR O VOLVER A EXPERIMENTAR EL EVENTO

- La pesadilla
- Los desencadenantes
- Flashbacks (repeticiones no deseadas del evento)



HIPEREXCITACIÓN O ESTAR EN GUARDIA

- Estar nervioso o demasiado alerta
- Dificultad para dormir o concentrarse
- Sentirse enojado o irritable



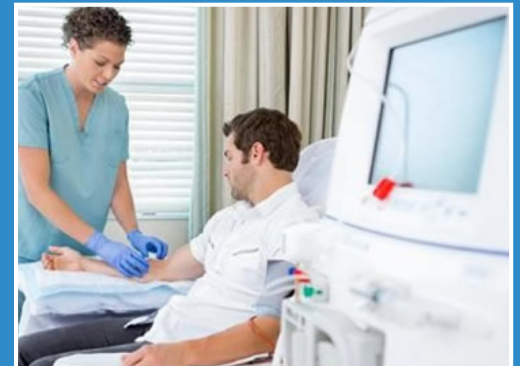
EVITAR

- Evitar las multitudes
- Evitar ciertos olores, vistas o sonidos
- Evitar hablar o pensar en el evento



CAMBIOS NEGATIVOS EN LAS CREENCIAS Y SENTIMIENTOS

- Perder el interés en las cosas que solías disfrutar
- Sentirse culpable o avergonzado
- Incapaz de confiar en los demás



¿Tiene síntomas de TEPT? Hable con su trabajador social o llame a la línea directa nacional de SAMHSA: 1-800-662-4357