**ARBEST** **La misión de Arkansas Construyendo Servicios**

 **Efectivos Para el Trauma** **(ARBEST) es mejorar los resultados para**

Instituto de Investigaciones Psiquiátricas de UAMS  **niños traumatizados y sus familias en Arkansas**

**a través de la excelencia en el cuidado clínico, capacitación, defensa, investigación y evaluación**

**Terapia Cognitivo-Conductual Centrada en el Trauma: Una Visión General Para Niños, Padres y Familias**

**¿Qué es el trauma?**

El trauma se refiere a un evento estresante como abuso sexual o físico, un tornado o incendio, un accidente automovilístico, violencia en el hogar o en la comunidad, o la expulsión de un hogar.Todos los niños que han experimentado abuso y negligencia han experimentado un evento potencialmente traumático. Experimentar o presenciar un trauma puede hacer que un niño se sienta asustado, molesto, triste o incluso enojado. Se necesita un tipo especial de terapia para tratar con éxito estos síntomas.

**¿No es toda la terapia lo mismo?**

Hay muchos tipos de tratamiento para los problemas de salud mental. No todos los terapeutas están capacitados para trabajar con niños o con niños que han experimentado traumas. A menudo, los síntomas de trauma, como dificultad para controlar las emociones, desorganización o falta de atención, conflictos de relación y mal aprendizaje, pueden ser mal diagnosticados o confundidos con otros trastornos como el trastorno por déficit de atención. Es muy importante que los niños que han experimentado eventos traumáticos como abuso o negligencia sean evaluados por un terapeuta que esté capacitado para identificar el trauma y que comprenda opciones de tratamiento eficaces.

**¿Qué es la terapia cognitivo-conductual centrada en el trauma (TF-CBT)?**

* La terapia cognitiva conductual centrada en el trauma (TF-CBT) se desarrolló hace casi 20 años para proporcionar educación sobre el trauma, enseñar habilidades de afrontamiento y desarrollar las herramientas que los niños y las familias necesitan para sanar.
* TF-CBT es un tratamiento breve de 12-16 sesiones que pueden ayudar a los niños a comenzar su recuperación rápidamente.
* El tratamiento se puede utilizar con niños de 3 a 18 años.
* A través de TF-CBT, los niños y los padres aprenden nuevas habilidades para procesar pensamientos y sentimientos sobre el trauma y las nuevas de manejar el estrés.

**¿Funciona TF-CBT?**

* TF-CBT es uno de los tratamientos más eficaces para los niños expuestos a trauma.
* TF-CBT ha sido reconocido por el gobierno federal como un tratamiento efectivo. Los terapeutas de Arkansas
* han sido entrenados por ARBEST para proporcionar esta terapia basada en evidencia a las familias de nuestro estado

**¿Cómo sé si tf-CBT es adecuado para mi hijo?**

* Si un niño ha sufrido cualquiera de los traumas mencionados anteriormente u otros, debe consultar a un terapeuta capacitado que sepa cómo realizar una evaluación de trauma y podrá decidir si la TF-CBT es apropiada.
* Una evaluación exhaustiva centrada en el trauma también ayudará a un terapeuta a monitorear el progreso de un niño y consultar con otros profesionales para mejorar los resultados para ese niño.

**¿Dónde puedo encontrar un terapista RF-CBT en Arkansas?**

* En los últimos cinco años, ARBEST ha capacitado a 1,060 Profesionales de Salud Mental (MHPs) en TF-CBT. Para encontrar un terapeuta TF-CBT en su área, busque nuestro listado en línea.
* Si necesita más ayuda para localizar a un terapeuta de TF-CBT, o conoce a alguien que podría querer capacitación de TF-CBT, comuníquese con Chad Sievers al cmsievers-uams.edu o al 501-526-8317.