



# Hablemos de Complejidad en el Trauma Complejo:

Comprender el sufrimiento más allá del síntoma



Ps. Paula Arellano Gálvez

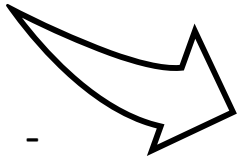
Sociedad de Complejidad y Sufrimiento

[ps.paula.arellanogalvez@gmail.com](mailto:ps.paula.arellanogalvez@gmail.com)

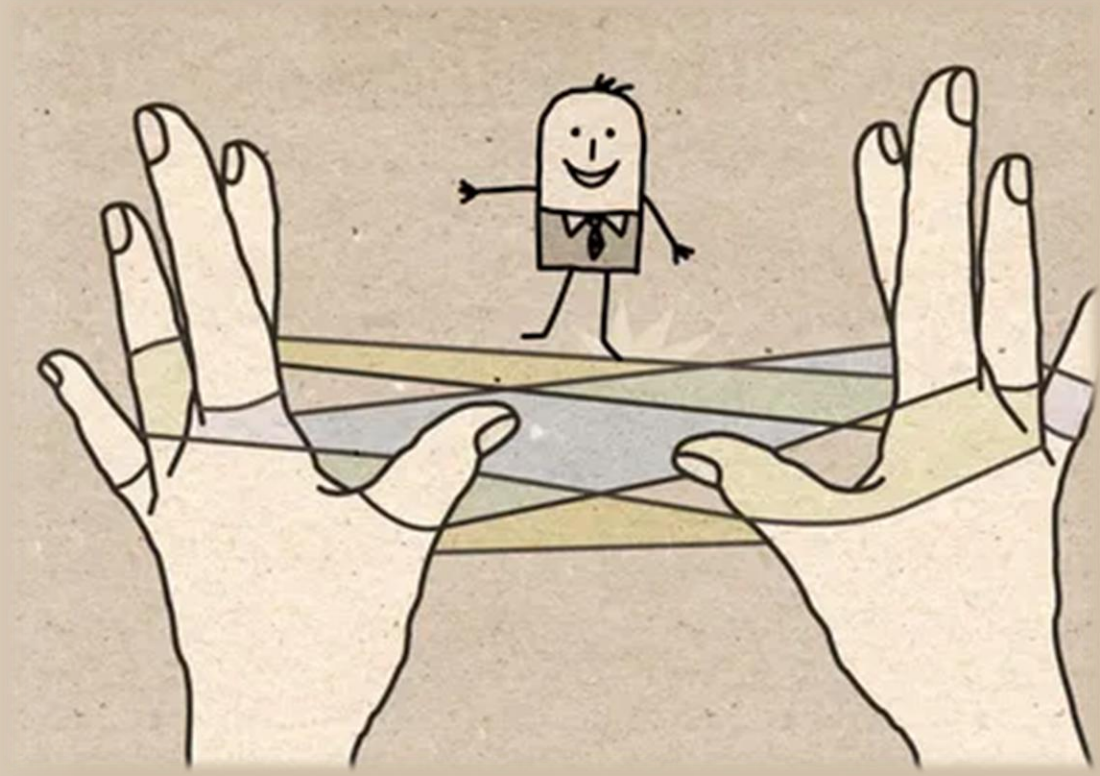
# ¿Porqué hablar de Complejidad?

Complejo = ~~Complicado~~

Teoría de la Complejidad → Surge como crítica a  
modelos lineales  
causa-efecto



- Los fenómenos humanos no se explican por una sola variable.
- El ser humano como sistema complejo



# Teoría de la Complejidad aplicada a la Salud Mental

No basta preguntar  
“¿qué síntoma tiene?”

**Lo complejo no significa complicado;  
significa interconectado**

¿Cómo fueron  
sus vínculos  
tempranos?

¿Qué historia  
hay detrás?

¿Cuál fue el  
contexto de  
cuidado?

¿Cómo se  
organizó para  
sobrevivir?

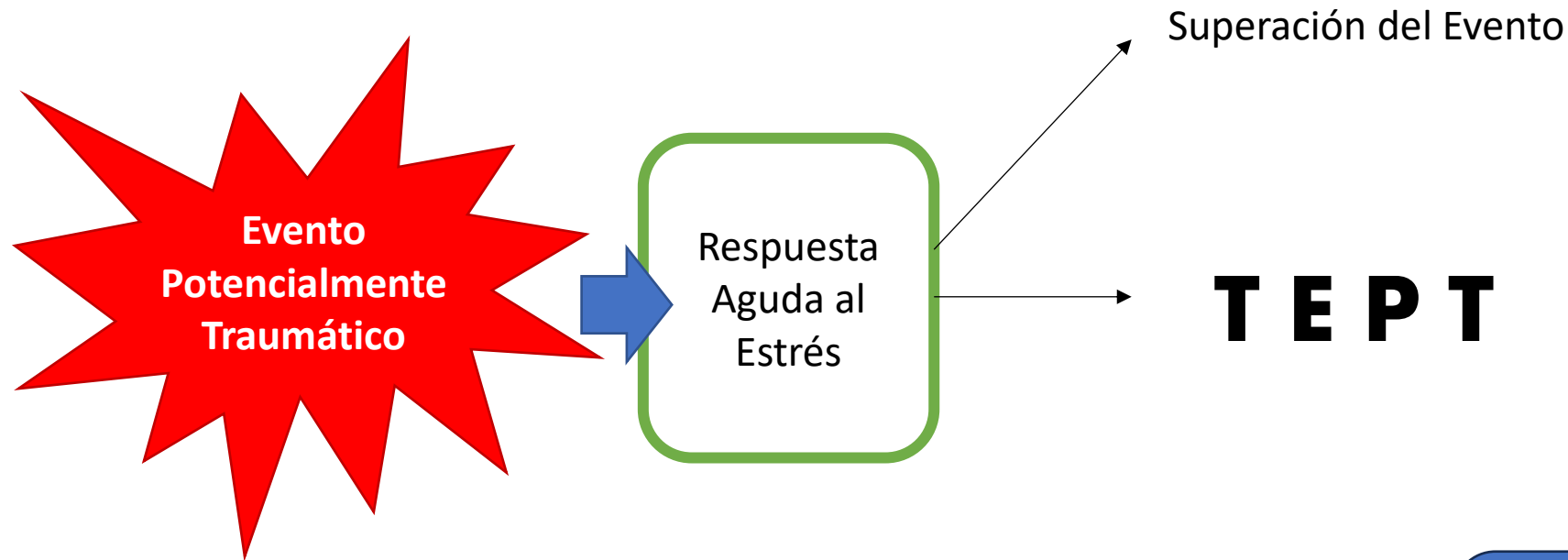
*Dreamstime*

**¿Quién  
es?**



**¿Cómo entendemos el Trauma,  
entonces?**

# Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT ó PTSD)



Concepción “Clásica” del  
Trauma

# Trauma y Experiencias Adversas en la Infancia (ACE's)

Efecto acumulativo, debido a  
la exposición prolongada





# TRAUMA COMPLEJO

---

“La experiencia de haber sufrido múltiples traumatizaciones, específicamente de origen interpersonal, y con consecuencias nefastas para el desarrollo del niño”

¿Es  
solamente  
sumatoria de  
EAI?

Van der Kolk, 2005





Historias Traumáticas  
Tempranas

Exposición a repetidas  
experiencias traumáticas

La sintomatología  
observada supera a la  
presentada en el TEPT



# Trauma Complejo

"... se deriva de la exposición a factores de estrés graves, repetitivos y prolongados, que implican daños o abandono por parte de los cuidadores y que tiene lugar durante etapas evolutivamente críticas cuando se están desarrollando sistemas biológicos fundamentales."

Ford y Courtois (2009) citados por Gómez (2012)



# **Sistema Nervioso, Trauma y Cerebro Predictivo**



La evolución tiene que ver con la adaptación y sobrevivencia...



pithecanthropus

Homo habilis

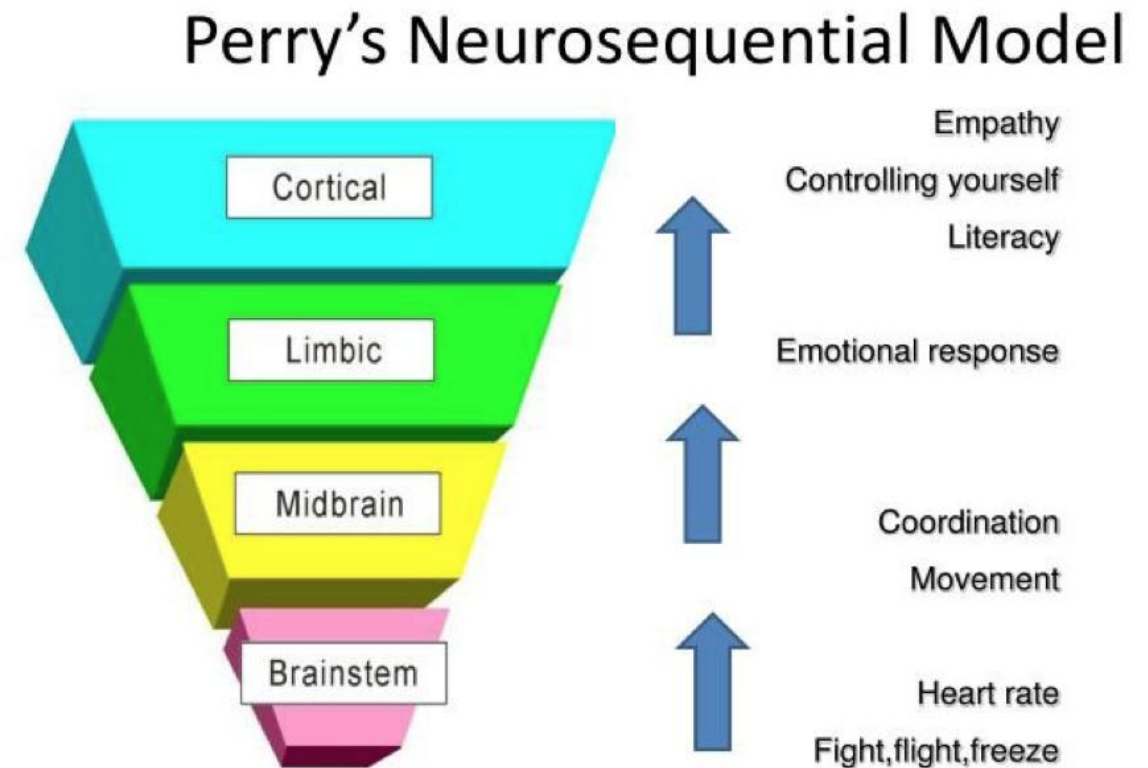
Homo erectus

Homo sapiens neanderthalensis

Homo sapiens sapiens

# Principios del desarrollo neurosecuencial

- El desarrollo del cerebro es secuencial.
- Cuanto mas se utiliza un sistema neuronal, más se consolida.
- En el desarrollo hay periodos que hacen al cerebro más sensible a unas experiencias que a otras.
- El patrón sostenido y repetido de experiencias es el que consolida el sistema neuronal.
- El cerebro es más plástico durante la temprana infancia, por lo cual es la etapa de mayor vulnerabilidad



Perry, B.D. (2002). *Brain Structure and Function I: Basics of Organisation*. Adapted in part from "Maltreated Children: Experience, Brain Development and the Next Generation (W.W. Norton & Company).

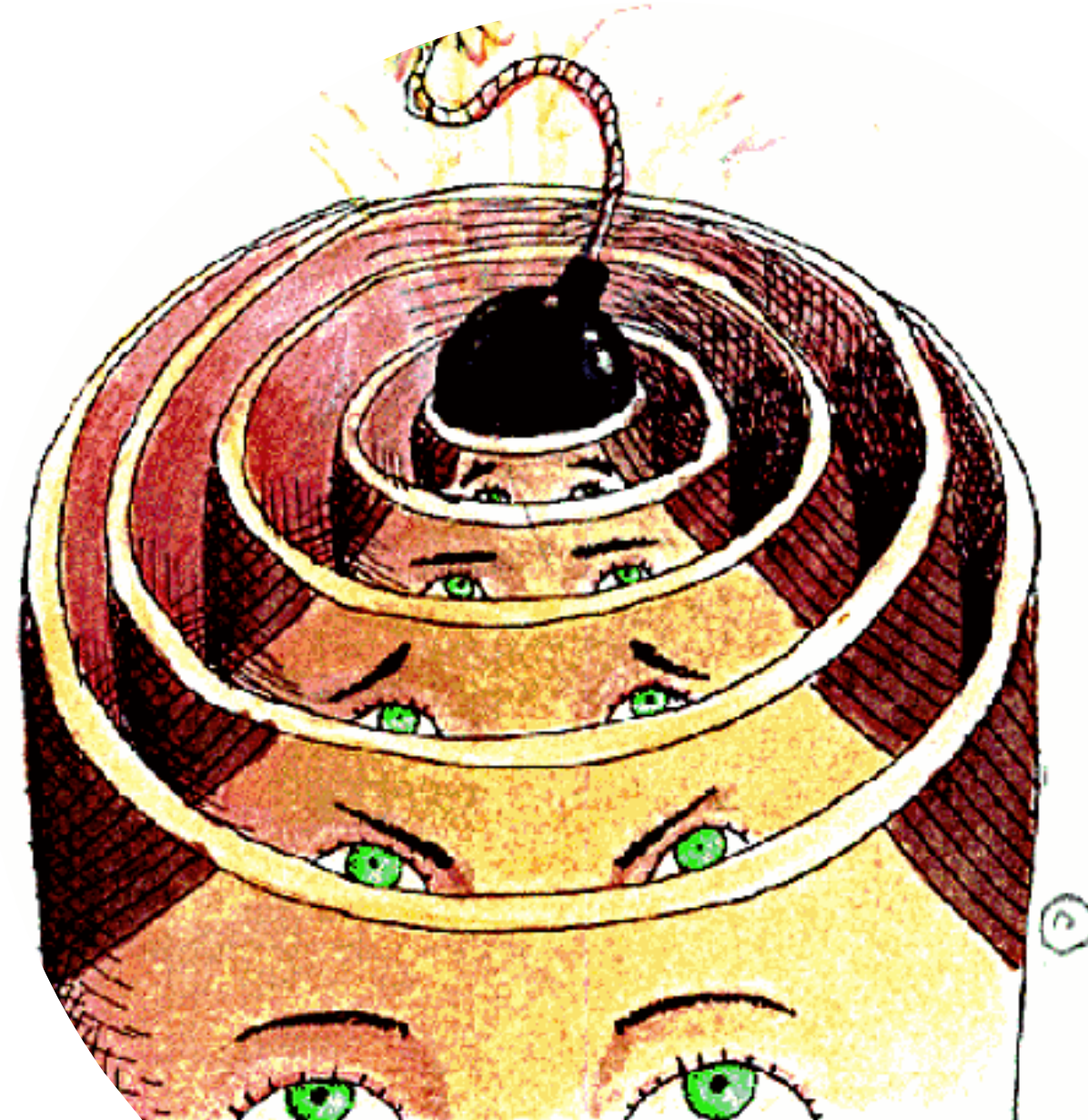
# Experiencias Adversas en la Infancia (ACE's)





# Lo diferencial...

- En el TC, el niño experimenta o ha experimentado diversas situaciones traumáticas que generalmente provienen de los cuidadores principales.
- Por lo tanto, lo traumático ES LO COTIDIANO EN SUS VIDAS
- Por lo mismo, los efectos son devastadores a través del ciclo vital → Organización de la experiencia



# Cerebro Predictivo

- El propósito de vida del ser humano es el mantenimiento de una homeostasis/alostasis vincular
- Entonces, toda experiencia y conducta es siempre coherente y adaptativa en la medida en que mantiene al organismo vivo



El niño/a irá siempre a buscar la predictibilidad de sus reacciones y experiencias, entendida como una intencionalidad que lo lleva a **confirmar y estar en el estado emocional y vincular que le ha permitido mantener su organización** (Clark, 2015).

**WHAT HAPPENS INSIDE US  
AS A RESULT OF WHAT HAPPENS TO US**



**TRAUMA IS AN EXPERIENCE, NOT AN EVENT**



**T R A U M A**

# Evento Traumático

Situación

Ej.: Maltrato -  
ASI

# Experiencia Traumática

¿Qué le  
ocurre a la  
persona?

Cómo logró enfrentar  
la experiencia



# Dimensiones de la Experiencia Traumática

(Lyons-Ruth & Jacobitz, 2018; Lecannelier, 2018; Achenbach & Rescorla, 2018)

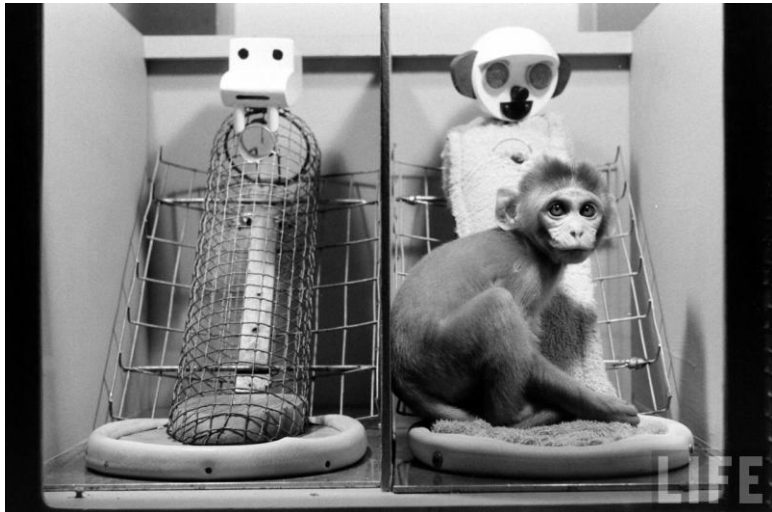
No son sólo una expresión conductual de procesos somático-emocionales, sino más bien formas de autoorganizar experiencias desafiante a la continuidad de la vida.

Están al servicio de la Homeostasis/Allostasis de la persona y no son dimensiones psicopatológicas





# **Rol del Apego en primeras etapas vinculares**



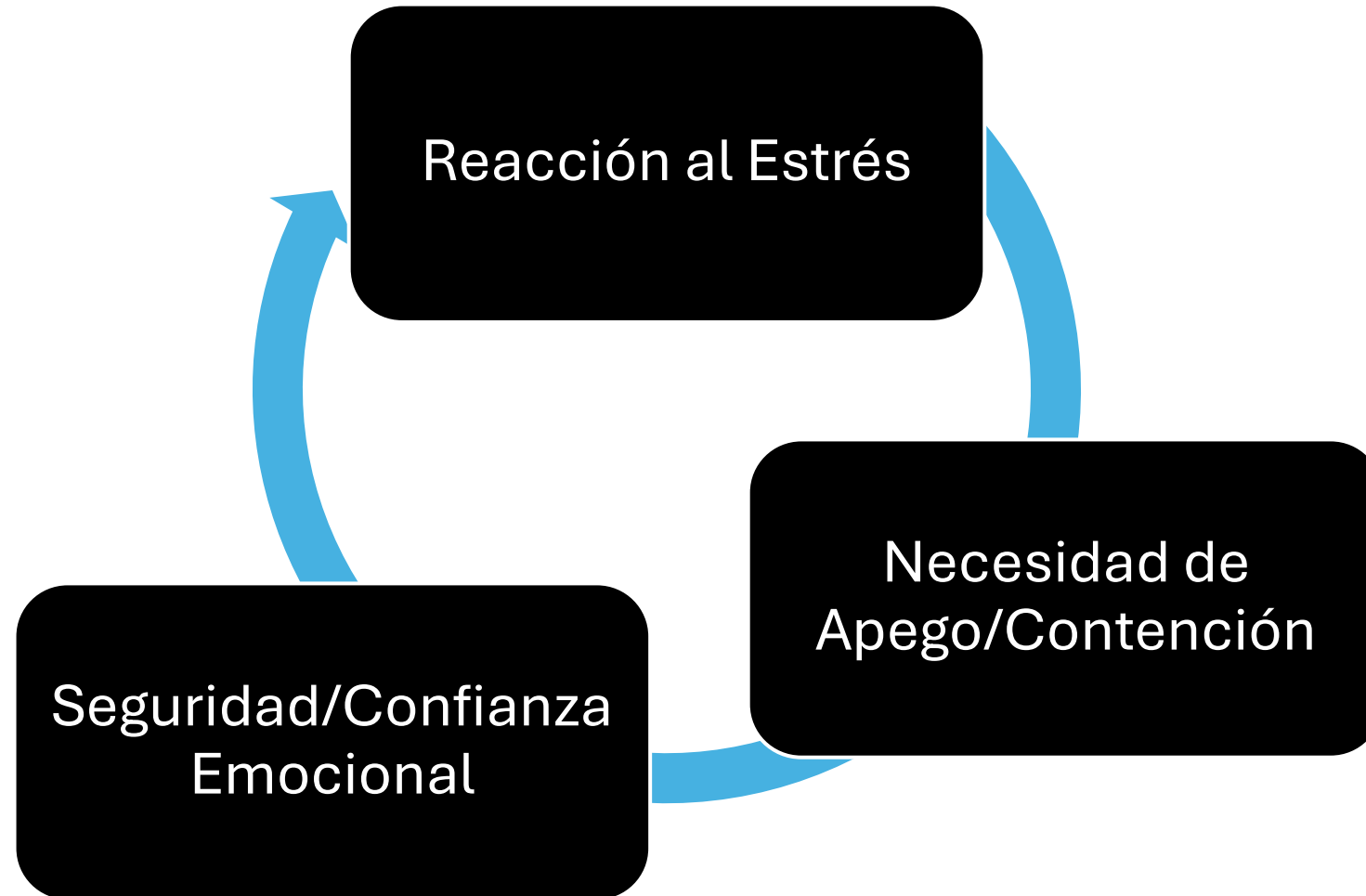
# ¿Cual es la función del Apego?

---

- Sistema Evolutivo que **se activa en situaciones de estrés**, en las que el niño despliega una serie de conductas que tienen por objetivo final **asegurarse la protección desde el cuidador y de esta forma regularse emocionalmente.**

# Recordemos:

**Círculo de  
Seguridad**




# Recordemos:

**Círculo de  
Seguridad  
Traumático**



En el TC suelen ser de extrema intensidad, sean Externalizantes, Internalizantes o Mixtos

A young boy with brown hair and a worried expression stands in the center of a dense, green jungle. He is wearing a brown t-shirt and a dark backpack. The background is filled with thick foliage and tree trunks, creating a sense of being lost in a wild, untamed environment.

Sistema de  
Pensamiento  
/Lenguaje  
Planificación  
Desactivado

Estado de  
Sobrevivencia

Desconfianza  
crónica en los  
otros

Amígdala  
Hiperactivada  
constantemente

Cortisol  
elevado

Caos  
Confusión  
Soledad  
Indefensión

Confirmación del sufrimiento



No es una forma  
de pensar...

Lo que se ve afectado es una  
forma de ser y estar en el mundo.



# No ver el trauma implica...


Obviar que hay una Sintomatología que impacta todas las áreas del desarrollo

Diagnósticos poco precisos o inadecuados "con una serie de comorbilidades sin presunta relación entre sí, tales como: trastorno bipolar, trastorno de Déficit Atencional, trastorno de conducta, ansiedad fóbica, trastorno reactivo de apego y trastorno de ansiedad por separación"

Sandra Baita (2012) citando a Van der Kolk (2005)





An iceberg floating in a blue ocean under a blue sky with light clouds. The tip of the iceberg is above the water, while the much larger base is submerged. The text labels are placed around the iceberg to illustrate the concept of Complex Trauma.

Eventos Adversos

Conductas  
“desadaptativas”

# Trauma Complejo

SN sobreviviendo

Cerebro  
predictivo

Una forma de ser  
y estar en el  
mundo y con  
otros

# Desafíos Terapéuticos

- Desconfianza en los vínculos
- Evitar recordar
- Ambivalencia afectiva
- Buscar lo predecible
- Abandono de procesos
- Etc...



A man with a beard and sunglasses is shown in profile, blowing into a red balloon. He is wearing a dark green shirt. The background is a plain, light-colored wall. The text "No hay respuestas simples, ni únicas..." is overlaid on the image in white, bold, sans-serif font.

**No hay respuestas simples, ni  
únicas...**





# GRACIAS

Ps. Paula Arellano Gálvez

 [ps.paula.arellanogalvez@gmail.com](mailto:ps.paula.arellanogalvez@gmail.com)

 @psico\_pau

