



TARGET:

Intervención basada en evidencia para trastornos de estrés traumático y de salud conductual en comunidades hispanas y latinas

TARGET es una intervención terapéutica y de educación que se puede adaptar para niñxs, jóvenes y familias latinas que han experimentado eventos traumáticos y/o están experimentando desafíos de salud conductual. Las experiencias de victimización traumática incluyen:

- Abuso sexual y físico
- Abuso verbal y emocional
- Negligencia
- Tortura
- Violación/coerción sexual
- Secuestro
- Asalto/atracó
- Guerra y terrorismo
- Crímenes de odio
- Robo y destrucción de la propiedad
- Violencia en el noviazgo
- Ser testigo de violencia familiar y asesinatos

Factores estresantes y adversidades que suelen enfrentar lxs jóvenes, las familias y las comunidades hispanas y latinas

Los grupos minoritarios presentan mayores riesgos de experimentar factores estresantes y adversidades. Las personas latinas pueden enfrentar trauma étnico-racial debido a la violencia relacionada con su origen racial o étnico. Las experiencias estresantes más frecuentes que enfrentan las minorías incluyen:

- Violencia y victimización en el país de origen y durante la inmigración
- Condiciones inhumanas bajo custodia/detención/encarcelamiento
- Pérdida de conexiones con la comunidad y la cultura
- Separación de padres, hijxs y familias
- Disparidades en el acceso a los recursos socioeconómicos, residenciales y educativos
- Contacto desproporcionado con la justicia penal/juvenil
- Racismo (discriminación, micro-agresiones)
- Barreras del idioma

Luego de experimentar un evento traumático, lxs clínicxs pueden observar alteraciones en la forma en que piensan y sienten las personas latinas y otras comunidades de inmigrantes. Otros desafíos de salud conductual que podrían experimentar incluyen: agresión reactiva, duelo no resuelto, tendencias suicidas, problemas escolares y depresión. TARGET es una intervención que ayuda a las personas a reconectarse con sus emociones y pensamientos, al proporcionarles un sentido de confianza. A su vez, TARGET proporciona psicoeducación sobre el impacto del trauma en el cuerpo y el cerebro.

La intervención TARGET incluye siete pasos para restablecer la alarma del cerebro desde el modo de supervivencia. Esta intervención se conoce como Libertad (FREEDOM, por sus siglas en inglés) e incluye los siguientes pasos:

- **Concentración** - despejar la mente y concentrarse
- **Reconocer** - los detonantes de estrés
- **Autoevaluación de emociones** - identificar emociones de alarma
- **Evaluar** - los pensamientos principales
- **Definir metas** - fijar metas que expresen los verdaderos valores
- **Opciones** - desarrollar elecciones positivas
- **Realizar una contribución** - reconocer cómo hacer del mundo un lugar mejor

Recomendaciones para clínicxs que desean brindar TARGET a latinxs:

- Para obtener más adiestramiento o información sobre TARGET, puede visitar su sitio web: <http://www.advancedtrauma.com/Services.html>
- Incorpore elementos culturales que ayuden a las personas a recuperarse del trastorno de estrés postraumático (TEPT) y otras condiciones de salud mental relacionadas con el trauma.
- Explore las fortalezas culturales que pueden promover la resiliencia como:
 - Vínculos comunitarios
 - El aprendizaje y los logros
 - Fe espiritual
 - Respeto a los mayores
 - Aceptación de la expresividad emocional
 - Fuerte cohesión y apoyo de la familia nuclear y extendida

Referencias:

- Frisman, L. K., Ford, J. D., Lin, H., Mallon, S., & Chang, R. (2008). Outcomes of trauma treatment using the TARGET model. *Journal of Groups in Addiction and Recovery*, 3, 285-303. <https://doi.org/10.1080/15560350802424910>
- Ford, J. D., Steinberg, K., & Zhang, W. (2011). A randomized clinical trial comparing affect regulation and social problem-solving psychotherapies for mothers with victimization-related PTSD. *Behavior Therapy*, 42, 661-578. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2012.10.003>
- Grasso, D. J., Levine, J., & Tennen, H. (2018). Affect regulation enhancement of cognitive behavior therapy Ford, J. D., for college problem drinkers: A pilot randomized controlled trial study. *Journal of Child & Adolescent Substance Abuse*, 27 (1), 47-58. <https://doi.org/10.1080/1067828X.2017.1400484>
- Ford, J. D., Grasso, D. J., Greene, C. A., Slivinsky, M., & DeViva, J. C. (2018). Randomized clinical trial pilot study of prolonged exposure versus present centred affect regulation therapy for PTSD and anger problems with male military combat veterans. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 25 (5), 641-649. <https://doi.org/10.1002/cpp.2194>
- Ford, J. D., & Hawke, J. (2012). Trauma affect regulation psychoeducation group and milieu intervention outcomes in juvenile detention facilities. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 21 (4), 365-384. <https://doi.org/10.1080/10926771.2012.673538>