



ASOCIACIÓN DE AYUDA A LAS VÍCTIMAS  
POR ACCIDENTES DE TRÁFICO

## AAVAT LES ACONSEJA Y LES APOYA

*Los accidentes de tráfico constituyen una de las primeras causas de mortalidad y daño físico. El impacto psicológico postraumático que producen, y las secuelas, muchas de ellas invalidantes, que de los mismos se derivan, es muy importante.*

*Los equipos de médicos, osteópatas, fisioterapeutas, psicólogas/os y trabajadores sociales especializados/as en experiencias traumáticas, que con nosotros colaboran, conocen las pautas de comportamiento más adecuadas con las víctimas: Cómo ayudarles y tratarles.*

### **REACCIONES NORMALES TRAS UN ACCIDENTE DE TRÁFICO**

*Puede que padezcas reacciones que normalmente se suelen experimentar después de un accidente de tráfico:*

- Reviviendo de forma persistente el accidente (soñando, pensando, etc.)*
- Evitando estímulos que nos recuerdan el accidente (no subo al coche, evito la calle donde pasó, etc.)*
- Sensación general de embotamiento (no recordar, dificultades para concentrarse, apatía, etc.)*
- Síntomas físicos de ansiedad*
- Sentirse diferentes, cambiados.*

*Los niños y adolescentes pueden plantear formas diferentes a las de los adultos de manifestar el malestar psicológico. Así, los niños pueden experimentar angustia, mareos, hiperactividad, insomnio, pérdida o exceso de hambre, cambios de humor, dificultad para recibir y demostrar afecto, percepción continua de peligro, miedo a quedarse solos, entre otros.*

*En los adolescentes, las manifestaciones más visibles son la irritabilidad, el comportamiento asocial (incluso antisocial), el hermetismo, las conductas adictivas y los cambios en el rendimiento académico.*

*Si estos signos prevalecen más allá de los 3 primeros meses después del accidente o se vuelven más intensos, sería aconsejable que contactaras con el médico de cabecera.*