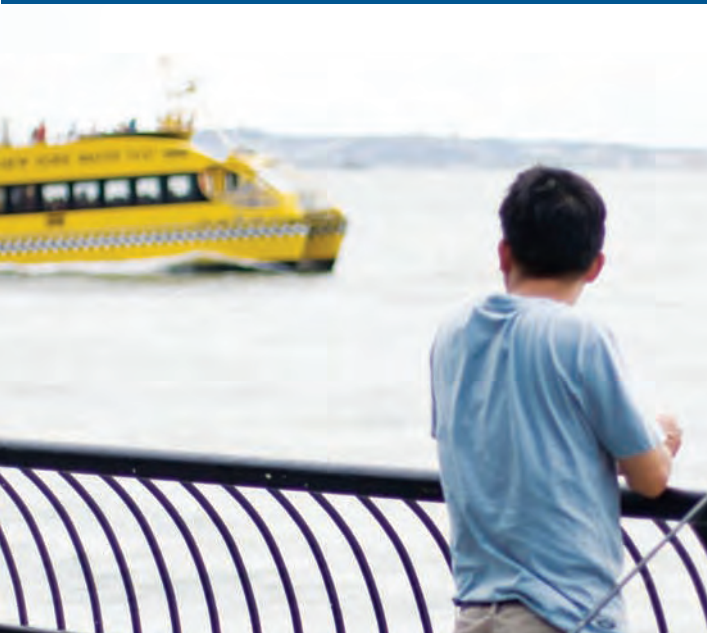


El impacto del 11 de septiembre en la salud mental



Cómo recibir atención médica

**Los ataques del 11 de
septiembre afectaron a
millones de personas.**

**A pesar de los años que
pasaron, algunas personas
aún padecen problemas de
salud mental relacionados
con los acontecimientos
del 11 de septiembre.**





Trastorno de estrés postraumático (PTSD)

El trastorno de estrés postraumático es una respuesta emocional y física intensa a pensamientos y recuerdos del evento traumático; esto puede durar semanas, meses o incluso años. Los síntomas incluyen:

- Revivir el pasado o tener pesadillas o recuerdos angustiantes
- Evitar toda situación que recuerde el evento o sentirse indiferente o emocionalmente distante
- Reaccionar en forma exagerada, por ejemplo, alertarse o sobresaltarse con facilidad, y tener dificultades para dormir, irritabilidad y arrebatos de furia

Otros síntomas pueden incluir ataques de pánico (miedo intenso y malestar repentinos, latidos acelerados, sudoración, temblores, sensación de asfixia, falta de aliento), temblores, escalofríos, dolores de cabeza, depresión, abuso de alcohol y drogas, sentimiento de aislamiento o pensamientos suicidas.

Depresión

Algunas víctimas de los acontecimientos del 11 de septiembre han desarrollado depresión, con o sin PTSD. La depresión puede ser una enfermedad incapacitante que afecta muchos aspectos de la vida de la persona que la padece. Los síntomas incluyen tristeza extrema, incapacidad de disfrutar, culpa, impotencia, desesperación, problemas para dormir o concentrarse, pérdida del apetito y pensamientos de suicidio y/o muerte.



Trastorno de ansiedad generalizado

El trastorno de ansiedad generalizada se caracteriza por preocupación y angustia persistente, excesiva e incontrolada por actividades de la vida cotidiana y rutinaria. Los síntomas pueden incluir agitación e irritabilidad, tensión muscular, dificultades para concentrarse, dificultad para conciliar o mantener el sueño, dolores, temblores, nerviosismo, dolor de cabeza, dificultad para tragar, molestia estomacal, diarrea, sudoración, sofocos, mareos y/o dificultad para respirar.

Uso de sustancias adictivas

La exposición al estrés y los eventos traumáticos como los sucedidos el 11 de septiembre pueden aumentar el riesgo de uso de sustancias o provocar una recaída. Las personas con problemas de uso de sustancias pueden:

- Sentir que no pueden reducir su consumo de drogas o de bebidas alcohólicas
- Fastidiarse cuando las personas critican su consumo de drogas o de bebidas alcohólicas
- Tomar un trago o consumir droga por la mañana para “sentirse bien”
- Sentirse mal o culpable porque consumen drogas o bebidas alcohólicas
- Seguir bebiendo o consumiendo drogas a pesar de sus problemas en la casa, el trabajo o la escuela
- Exponer a los demás y a sí mismas a situaciones de riesgo, como conducir después de haber bebido alcohol
- Tener problemas legales

Más información y ayuda

Visite nyc.gov/9-11HealthInfo: Es el recurso de atención completa de la Ciudad de Nueva York para servicios de salud relacionados con el 11 de septiembre.

El sitio ofrece la información más actualizada sobre investigación y servicios para las personas afectadas.

Centros de Excelencia del WTC

Servicios y tratamiento gratuitos para personas con problemas de salud relacionados con el 11 de septiembre.

- **Centro de Salud Ambiental del WTC**

en Bellevue Hospital Center, Gouverneur Health Care Services y Elmhurst Hospital Center (personas que vivían en el bajo Manhattan, estudiaban o trabajaban en la zona el 11 de septiembre):

877-WTC-0107 (877-982-0107)

- **Mount Sinai Consortium:** Programa de Control y Tratamiento Médico del WTC (trabajadores y voluntarios que participaron en las tareas de rescate y recuperación del 11 de septiembre):

888-702-0630

- **El Departamento de Bomberos de Nueva York:**

Programa de Control y Tratamiento Médico del WTC (trabajadores del FDNY y del EMS en actividad y retirados): **718-999-1858**

Programa Nacional de Salud para personas que prestaron auxilio en el WTC: Atiende a los trabajadores que participaron en tareas de rescate, recuperación y limpieza en el WTC y viven fuera del área de la Ciudad de Nueva York: **877-498-2911**

Servicio nacional de referimiento para tratamiento de drogas y alcohol:

800-662-4357 o findtreatment.samhsa.gov y <http://nmhicstore.samhsa.gov/espanol/default.aspx>

Instituto Nacional de Salud Mental:

866-615-6464 o nimh.nih.gov y <http://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/index.shtml>

Registro de Salud del WTC

Departamento de Salud e Higiene Mental de la
Ciudad de Nueva York

233 Broadway, 26th Floor

New York, NY 10279

866-NYC-WTCR (866-692-9827)

wtchr@health.nyc.gov

Fax 212-788-4127

nyc.gov/9-11HealthInfo y

nyc.gov/html/doh/wtc/html/sp/sp.shtml

