

**LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y
Humanidades, Asunción, Paraguay**

ISSN en línea: 2789-3855, 2026

Epigenética del trauma y transmisión intergeneracional: aportes para la comprensión de la salud mental en América Latina

**Epigenetics of Trauma and Intergenerational Transmission:
Contributions to the Understanding of Mental Health in Latin
America**

Noemi Margarita Mosco Alva

noemimoscoa@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0004-0625-6899>

Universidad Humanitas, Tijuana B, C.

Tijuana B, C. – México

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v7i1.5312>


Redilat
Red de Investigadores
Latinoamericanos



Revista Latinoamericana de
Ciencias Sociales y Humanidades

Artículo recibido: 07 de octubre de 2025

Aceptado para publicación: 10 de febrero de 2026.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

VOLUMEN VII

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v7i1.5312>

Epigenética del trauma y transmisión intergeneracional: aportes para la comprensión de la salud mental en América Latina

**Epigenetics of Trauma and Intergenerational Transmission:
Contributions to the Understanding of Mental Health in Latin America**

Noemi Margarita Mosco Alva

noemimoscoa@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0004-0625-6899>

Universidad Humanitas, Tijuana B, C.

Tijuana B, C. – México

Artículo recibido: 07 de octubre de 2025. Aceptado para publicación: 10 de febrero de 2026.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen

El trauma psicológico ha sido tradicionalmente comprendido como una experiencia individual asociada a eventos que superan la capacidad de afrontamiento. No obstante, investigaciones recientes han demostrado que los efectos del trauma pueden trascender a la persona que lo vivió directamente y manifestarse en generaciones posteriores. En este contexto, la epigenética ha emergido como un campo clave para comprender cómo las experiencias de estrés extremo y adversidad influyen en la expresión genética sin modificar la secuencia del ADN, afectando la regulación emocional y la respuesta al estrés. El presente artículo tiene como objetivo analizar, a través de una revisión narrativa de la literatura científica, los principales aportes teóricos sobre la epigenética del trauma y su relación con la transmisión intergeneracional del sufrimiento psicológico. Se integran enfoques provenientes de la psicología, la neurobiología y las ciencias sociales, con especial énfasis en el contexto latinoamericano, caracterizado por violencia estructural, desigualdad social y migración forzada. Los estudios revisados sugieren que el trauma puede dejar huellas biológicas, emocionales y relacionales que incrementan la vulnerabilidad al estrés en generaciones posteriores. Asimismo, se destaca el carácter dinámico y no determinista de los procesos epigenéticos, lo cual abre la posibilidad de intervención, prevención y sanación intergeneracional. Se concluye que comprender el trauma desde una perspectiva epigenética y contextual resulta fundamental para el diseño de estrategias integrales de salud mental en América Latina.

Palabras clave: epigenética, trauma, transmisión intergeneracional, salud mental, América Latina

Abstract

Psychological trauma has traditionally been understood as an individual experience related to events that exceed a person's coping capacity. However, recent research has shown that the effects of trauma may extend beyond the individual who directly experienced it and manifest across subsequent generations. In this context, epigenetics has emerged as a key field for understanding how experiences of extreme stress and adversity influence gene expression without altering DNA sequences, affecting emotional regulation and stress response. This article aims to analyze, through a narrative review of the scientific literature, the main theoretical contributions on the epigenetics of trauma and its role in

the intergenerational transmission of psychological suffering. Perspectives from psychology, neurobiology, and social sciences are integrated, with particular emphasis on the Latin American context, characterized by structural violence, social inequality, and forced migration. The reviewed findings suggest that trauma may leave biological, emotional, and relational traces that increase vulnerability to stress in subsequent generations. Furthermore, the dynamic and non-deterministic nature of epigenetic processes highlights the potential for intervention, prevention, and intergenerational healing. Understanding trauma from an epigenetic and contextual perspective is essential for developing comprehensive mental health strategies in Latin America.

Keywords: epigenetics, trauma, intergenerational transmission, mental health, Latin America

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicado en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons. 

Cómo citar: Mosco Alva, N. M. (2026). Epigenética del trauma y transmisión intergeneracional: aportes para la comprensión de la salud mental en América Latina. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 7 (1), 971 – 981. <https://doi.org/10.56712/latam.v7i1.5312>

INTRODUCCIÓN

El estudio del trauma ha ocupado un lugar central en la psicología y las ciencias de la salud mental debido a su profundo impacto en el bienestar individual y colectivo. Tradicionalmente, el trauma ha sido comprendido como una experiencia psicológica derivada de eventos que superan la capacidad de afrontamiento de una persona, tales como la guerra, la violencia, los desastres naturales o la pérdida traumática (Herman, 1992). Sin embargo, en las últimas décadas, esta concepción se ha ampliado de manera significativa, incorporando evidencias que muestran que los efectos del trauma no se limitan a la esfera psicológica ni al tiempo en que ocurre el evento, sino que pueden dejar huellas duraderas a nivel biológico, emocional y social (van der Kolk, 2014).

En este contexto, la epigenética ha emergido como un campo clave para comprender cómo las experiencias de vida, particularmente aquellas asociadas al estrés extremo y al trauma, pueden influir en la expresión genética sin modificar la secuencia del ADN (National Human Genome Research Institute, 2025). A diferencia de la genética clásica, la epigenética se centra en los mecanismos mediante los cuales factores ambientales —como el estrés crónico, la violencia o la adversidad— activan o desactivan ciertos genes, modulando la respuesta fisiológica y emocional de los individuos (Yehuda, 2016). Estos procesos han permitido replantear la forma en que se entiende la relación entre biología, experiencia y salud mental.

Uno de los aportes más relevantes de la investigación epigenética aplicada al trauma es la posibilidad de explicar cómo los efectos de experiencias traumáticas pueden extenderse más allá de la persona que las vivió directamente. Diversos estudios han sugerido que el estrés traumático severo puede generar cambios epigenéticos asociados a la regulación del eje hipotálamo-hipófisis-adrenal, la respuesta al estrés y la sensibilidad emocional, los cuales podrían transmitirse a generaciones posteriores (Yehuda & Lehrner, 2018; Yehuda, 2016). Este fenómeno, conocido como transmisión intergeneracional o transgeneracional del trauma, ha sido documentado en poblaciones expuestas a guerras, genocidios, violencia estructural y desplazamientos forzados (El-Khalil et al., 2025).

La comprensión del trauma desde una perspectiva epigenética resulta especialmente relevante para el contexto latinoamericano. América Latina se caracteriza por una historia marcada por conflictos armados, dictaduras, violencia social, desigualdad económica, migración forzada y pobreza estructural, condiciones que generan escenarios de estrés crónico y trauma colectivo que afectan no solo a individuos, sino a familias y comunidades enteras (Reyes, 2024; Serra Salvat, 2024). En este sentido, el estudio de la epigenética del trauma ofrece una herramienta teórica y explicativa para comprender por qué ciertas manifestaciones de sufrimiento psicológico persisten a lo largo del tiempo y se reproducen entre generaciones, incluso cuando los eventos traumáticos originales ya no están presentes de forma directa (Orozco Vergara, 2024).

Asimismo, abordar el trauma desde una mirada epigenética e interdisciplinaria permite superar explicaciones reduccionistas que atribuyen el sufrimiento únicamente a factores individuales o biológicos. Por el contrario, este enfoque reconoce la interacción constante entre cuerpo, mente y entorno social, subrayando que las respuestas al trauma se construyen en un entramado de relaciones familiares, condiciones socioeconómicas y contextos culturales específicos (Bertolín-Guillén, 2023; Laguna Barnes, 2024). En regiones donde la violencia y la incertidumbre forman parte de la vida cotidiana, estas interacciones adquieren una relevancia particular para el análisis de la salud mental.

Por lo anterior, el presente artículo tiene como objetivo analizar, a través de una revisión narrativa de la literatura científica, los principales aportes teóricos y empíricos sobre la epigenética del trauma y su papel en la transmisión intergeneracional del estrés y el sufrimiento psicológico (Yehuda & Lehrner, 2018; El-Khalil et al., 2025). Se busca integrar conocimientos provenientes de la psicología, la neurobiología y las ciencias sociales, con énfasis en su aplicabilidad al contexto latinoamericano.

(Reyes, 2024). A partir de este análisis, se pretende contribuir a una comprensión más amplia del trauma como fenómeno multidimensional y ofrecer elementos que orienten futuras investigaciones e intervenciones en salud mental desde una perspectiva preventiva, contextual y sensible a la realidad social de la región (Craig et al., 2020; Metzger et al., 2021).

METODOLOGÍA

Tipo de estudio

El presente trabajo corresponde a un estudio de revisión narrativa de la literatura. Este tipo de diseño permite integrar, analizar y discutir de manera crítica los principales aportes teóricos y empíricos existentes sobre la epigenética del trauma y su transmisión intergeneracional, sin la pretensión de realizar un análisis estadístico exhaustivo, sino de ofrecer una comprensión amplia, contextualizada e interdisciplinaria del fenómeno.

La revisión narrativa resulta especialmente pertinente para el estudio de la epigenética del trauma, debido a la diversidad de enfoques teóricos, metodológicos y contextuales presentes en la literatura, así como a la necesidad de articular conocimientos provenientes de la psicología, la neurobiología y las ciencias sociales.

Estrategia de búsqueda bibliográfica

La búsqueda de literatura se realizó de manera sistemática en bases de datos académicas y repositorios científicos reconocidos en el ámbito de la psicología, la salud mental y las ciencias sociales. Entre las principales fuentes consultadas se incluyeron bases como Scielo, Redalyc, PubMed, Google Scholar y repositorios universitarios latinoamericanos.

Se utilizaron palabras clave y combinaciones de términos en español e inglés, tales como: epigenética, trauma, estrés, trauma transgeneracional, transmisión intergeneracional, salud mental, violencia, guerra y América Latina. Estas palabras clave se adaptan según los criterios de búsqueda de cada base de datos.

Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión

Se seleccionaron estudios que cumplieran con los siguientes criterios:

Publicaciones académicas entre los años 2020 y 2025, con el fin de priorizar evidencia reciente.

Artículos de revisión, estudios teóricos, investigaciones empíricas y documentos académicos relevantes sobre epigenética del trauma y transmisión intergeneracional.

Estudios vinculados a contextos de trauma individual, familiar o colectivo, incluyendo guerra, violencia estructural, migración forzada y pobreza.

Publicaciones en español, así como algunos textos fundamentales en inglés considerados relevantes para el marco teórico.

Criterios de exclusión

Se excluyeron aquellos trabajos que:

No abordan explícitamente la relación entre trauma y procesos biológicos o psicosociales.

Carecen de respaldo académico o metodológico claro.

Presentarán información redundante sin aportes teóricos significativos al objetivo del estudio.

Procedimiento de análisis

Los estudios seleccionados fueron analizados de manera cualitativa mediante una lectura crítica y comparativa. Se identificaron categorías temáticas centrales, tales como: definición de trauma, mecanismos epigenéticos, regulación del estrés, transmisión intergeneracional y contexto social latinoamericano.

Posteriormente, la información fue organizada de forma integradora, buscando establecer relaciones entre los distintos enfoques y evidencias reportadas. Este procedimiento permitió construir un análisis teórico que articula los hallazgos biológicos con los factores psicológicos y sociales implicados en el trauma.

Consideraciones éticas

Al tratarse de un estudio de revisión de la literatura, esta investigación no implicó la participación directa de personas ni la recopilación de datos sensibles. No obstante, se respetaron los principios éticos de la investigación académica, asegurando la correcta citación de las fuentes consultadas y el reconocimiento de los autores originales, conforme a las normas de estilo APA vigentes.

Asimismo, se mantuvo una postura crítica y responsable en la interpretación de los hallazgos, evitando generalizaciones indebidas y reconociendo las limitaciones inherentes a los estudios revisados.

Alcances y limitaciones

El alcance de esta investigación se centra en ofrecer una síntesis teórica y contextual sobre la epigenética del trauma, con especial énfasis en América Latina. No se pretende establecer relaciones causales definitivas ni generalizar los hallazgos a todas las poblaciones, sino contribuir a la comprensión del fenómeno desde una perspectiva integradora.

Entre las principales limitaciones se encuentra la heterogeneidad metodológica de los estudios revisados y la escasez relativa de investigaciones empíricas específicas en contextos latinoamericanos, lo cual refuerza la necesidad de futuras investigaciones en la región.

DESARROLLO

El trauma psicológico se define como una respuesta emocional, cognitiva y fisiológica ante eventos que desbordan la capacidad de afrontamiento del individuo. Estas experiencias incluyen situaciones de amenaza vital, violencia, abuso, guerra, desplazamiento forzado, desastres naturales y pérdidas significativas (Herman, 1992). Desde la psicología clínica, el trauma se ha asociado con alteraciones persistentes en la regulación emocional, la percepción de seguridad, la memoria y la identidad personal (van der Kolk, 2014).

Autores clásicos y contemporáneos han señalado que el trauma no debe entenderse únicamente como el evento en sí, sino como la forma en que dicho evento es procesado por el organismo. En este sentido, el trauma implica una ruptura en los sistemas normales de adaptación al estrés, generando respuestas de hipervigilancia, evitación, disociación y reexperimentación (Herman, 1992). Estas manifestaciones son características del Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT), pero también pueden presentarse de manera subclínica en personas expuestas a estrés crónico o trauma complejo (van der Kolk, 2014).

Desde una perspectiva neurobiológica, el trauma activa de forma sostenida los sistemas de respuesta al estrés, particularmente el eje hipotálamo-hipófisis-adrenal (HHA). Esta activación prolongada altera la liberación de cortisol y otras hormonas relacionadas con la supervivencia, afectando estructuras cerebrales clave como la amígdala, el hipocampo y la corteza prefrontal (van der Kolk, 2014; Yehuda, 2016). Dichos cambios explican por qué las personas traumatizadas suelen reaccionar de manera intensa ante estímulos que no representan un peligro real, manteniendo al organismo en un estado constante de alerta.

La epigenética es el campo de estudio que analiza los mecanismos mediante los cuales factores ambientales influyen en la expresión de los genes sin modificar la secuencia del ADN. A diferencia de la genética clásica, que se centra en la herencia biológica fija, la epigenética propone un modelo dinámico en el que la experiencia, el entorno y el contexto social interactúan con la biología del individuo (National Human Genome Research Institute, 2025).

Entre los principales mecanismos epigenéticos se encuentran la metilación del ADN, las modificaciones de las histonas y la regulación por ARN no codificante. Estos procesos actúan como “interruptores” que pueden activar o silenciar genes específicos, influyendo en funciones relacionadas con el metabolismo, la respuesta inmunológica y, de manera relevante para este estudio, la regulación del estrés y las emociones (Yehuda, 2016).

La epigenética ha permitido comprender cómo experiencias tempranas de adversidad, como el abandono, la violencia o el estrés crónico, pueden generar cambios duraderos en la fisiología del individuo. Estos cambios no implican una alteración genética permanente, pero sí una mayor vulnerabilidad a trastornos emocionales y físicos a lo largo del ciclo vital (Yehuda & Lehrner, 2018). En este sentido, la epigenética ofrece un puente explicativo entre experiencia subjetiva y biología.

La aplicación de la epigenética al estudio del trauma ha generado un cuerpo creciente de investigaciones que muestran cómo el estrés traumático puede modificar la expresión de genes asociados al sistema de respuesta al estrés. En particular, se ha observado que la exposición prolongada a eventos traumáticos puede alterar genes relacionados con la regulación del cortisol, afectando la capacidad del organismo para responder y recuperarse frente a situaciones estresantes (Yehuda, 2016; Yehuda & Lehrner, 2018).

Estos hallazgos sugieren que el trauma no solo deja huellas psicológicas, sino también biológicas, las cuales pueden manifestarse en forma de hipersensibilidad al estrés, ansiedad, depresión y dificultades en la regulación emocional (van der Kolk, 2014). Desde esta perspectiva, el cuerpo “aprende” a vivir en un estado de supervivencia constante, aun cuando el peligro real ya no está presente.

La epigenética del trauma ha sido estudiada en diversos contextos, incluyendo sobrevivientes de guerra, genocidio, violencia interpersonal y pobreza extrema. En estos escenarios, los cambios epigenéticos parecen funcionar como una adaptación biológica a entornos hostiles; sin embargo, esta adaptación puede resultar desventajosa en contextos posteriores, incrementando el riesgo de malestar psicológico y enfermedades relacionadas con el estrés (Yehuda & Lehrner, 2018; El-Khalil et al., 2025).

Uno de los aportes más relevantes del enfoque epigenético es la posibilidad de explicar la transmisión intergeneracional del trauma. Este concepto hace referencia a la manera en que los efectos de experiencias traumáticas pueden afectar a generaciones posteriores, incluso cuando estas no han estado expuestas directamente al evento original (Costa et al., 2018).

La literatura identifica múltiples vías de transmisión. Por un lado, se encuentran los mecanismos psicológicos y relacionales, como los estilos de crianza, los patrones de apego inseguro, el silencio familiar y la repetición de dinámicas disfuncionales (Bertolín-Guillén, 2023; Laguna Barnes, 2024). Por

otro lado, la epigenética sugiere que ciertos cambios en la expresión genética inducidos por el trauma podrían transmitirse a los descendientes, influyendo en su respuesta al estrés y su vulnerabilidad emocional (Yehuda & Lehrner, 2018).

Es importante señalar que la transmisión intergeneracional del trauma no implica un determinismo biológico. Los cambios epigenéticos representan una mayor susceptibilidad, no una condena inevitable. Factores protectores como entornos seguros, vínculos afectivos estables, acceso a apoyo psicológico y condiciones sociales favorables pueden modular o revertir estos efectos (Craig et al., 2020).

El análisis de la epigenética del trauma adquiere especial relevancia en el contexto latinoamericano, caracterizado por altos niveles de violencia estructural, desigualdad social, migración forzada y pobreza (Reyes, 2024). Estas condiciones generan escenarios de estrés crónico que afectan de manera particular a familias y comunidades, favoreciendo la transmisión intergeneracional del sufrimiento (Orozco Vergara, 2024).

En América Latina, el trauma no suele presentarse como un evento aislado, sino como una experiencia acumulativa que se prolonga en el tiempo. La exposición constante a la inseguridad, la precariedad económica y la ruptura de redes sociales incrementa la carga traumática y dificulta los procesos de recuperación (Serra Salvat, 2024). Desde esta perspectiva, la epigenética del trauma ofrece un marco teórico útil para comprender cómo estas experiencias colectivas pueden dejar huellas duraderas en la salud mental de la población.

Asimismo, integrar la epigenética con enfoques psicológicos y sociales permite evitar explicaciones reduccionistas que responsabilizan exclusivamente al individuo de su malestar. Por el contrario, este marco reconoce que el sufrimiento psicológico está profundamente vinculado a contextos históricos, sociales y culturales, lo cual resulta fundamental para el diseño de estrategias de intervención y prevención en salud mental adaptadas a la realidad latinoamericana (Metzger et al., 2021).

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los hallazgos revisados en este estudio permiten ampliar la comprensión del trauma más allá de una experiencia psicológica individual y situarlo como un fenómeno multidimensional que involucra procesos biológicos, emocionales, familiares y sociales. La evidencia analizada respalda la idea de que el trauma, especialmente cuando es intenso o sostenido en el tiempo, puede generar modificaciones epigenéticas que influyen en la regulación del estrés y en la vulnerabilidad emocional, lo cual contribuye a explicar la persistencia del sufrimiento psicológico a lo largo de generaciones.

Desde una perspectiva epigenética, los estudios revisados coinciden en señalar que la exposición a eventos traumáticos severos puede alterar la expresión de genes relacionados con el eje hipotálamo-hipófisis-adrenal, afectando la respuesta fisiológica al estrés. Estos cambios no implican una alteración permanente del ADN, pero sí una programación biológica que predispone a una mayor sensibilidad emocional, hipervigilancia y dificultad para la autorregulación. En este sentido, la epigenética ofrece un marco explicativo sólido para comprender cómo el cuerpo “recuerda” el trauma, aun cuando el evento ya no esté presente.

Sin embargo, la transmisión intergeneracional del trauma no puede comprenderse exclusivamente desde una perspectiva biológica. Los resultados de la literatura muestran que los mecanismos epigenéticos interactúan de manera constante con factores psicológicos y relacionales, como los estilos de crianza, los patrones de apego y las dinámicas familiares. El trauma vivido por una generación suele manifestarse en silencios, miedos, sobreprotección o desconexión emocional, configurando un entorno relacional que influye directamente en el desarrollo emocional de los

descendientes. De este modo, la herencia del trauma se construye tanto en el cuerpo como en los vínculos.

En el contexto latinoamericano, esta interacción adquiere una relevancia particular. La exposición continua a violencia estructural, pobreza, migración forzada e inestabilidad social genera escenarios de estrés crónico que dificultan los procesos de recuperación individual y colectiva. A diferencia de otros contextos donde el trauma puede identificarse como un evento puntual, en América Latina el sufrimiento suele presentarse de forma acumulativa y prolongada, lo cual incrementa la probabilidad de transmisión intergeneracional. La epigenética del trauma, en este sentido, permite comprender por qué ciertos patrones de ansiedad, miedo o desregulación emocional persisten incluso cuando las condiciones inmediatas parecen haber mejorado.

Asimismo, la revisión evidencia que interpretar el trauma únicamente como una patología individual resulta insuficiente y, en algunos casos, estigmatizante. El enfoque epigenético y contextual invita a reconocer que muchas manifestaciones de malestar psicológico son respuestas adaptativas a entornos históricamente adversos. Esta comprensión desplaza la responsabilidad exclusiva del individuo y pone el foco en las condiciones sociales y estructurales que sostienen el trauma. Para las políticas de salud mental en América Latina, este enfoque implica la necesidad de intervenciones que integren la dimensión individual, familiar y comunitaria.

Otro aspecto relevante que emerge de la discusión es el carácter no determinista de la epigenética. Aunque los estudios muestran una asociación entre trauma y cambios en la expresión genética, también señalan que estos procesos son dinámicos y potencialmente reversibles. Factores protectores como el acceso a apoyo psicológico, la construcción de vínculos seguros, la estabilidad social y la intervención temprana pueden modificar la expresión epigenética asociada al estrés. Este hallazgo es especialmente significativo, ya que introduce una perspectiva de esperanza y responsabilidad intergeneracional: así como el trauma puede heredarse, la sanación también puede transmitirse.

No obstante, es importante reconocer las limitaciones de la evidencia disponible. Muchos de los estudios revisados presentan diseños transversales, tamaños de muestra reducidos o se centran en poblaciones fuera de América Latina, lo que limita la generalización de los resultados. Además, la complejidad de los mecanismos epigenéticos dificulta establecer relaciones causales directas entre trauma y transmisión intergeneracional. Estas limitaciones refuerzan la necesidad de investigaciones futuras que incorporen diseños longitudinales y enfoques culturalmente sensibles en contextos latinoamericanos.

En conjunto, esta discusión resalta la importancia de abordar el trauma desde una perspectiva integradora que articule biología, psicología y contexto social. La epigenética del trauma no solo amplía la comprensión científica del sufrimiento humano, sino que también ofrece una base teórica para repensar la prevención, la intervención y la promoción de la salud mental en regiones marcadas por la desigualdad y la violencia. Reconocer la transmisión intergeneracional del trauma implica asumir un compromiso ético y social con la sanación de las heridas que atraviesan a las familias y comunidades latinoamericanas.

CONCLUSIONES

El presente artículo permitió analizar la epigenética del trauma como un marco teórico integrador para comprender cómo las experiencias de estrés extremo y adversidad pueden generar efectos duraderos en la salud mental, no solo en las personas que las vivieron directamente, sino también en generaciones posteriores. A partir de la revisión de la literatura científica, se evidenció que el trauma constituye un

fenómeno complejo que trasciende la dimensión psicológica individual y se inscribe en procesos biológicos, familiares y sociales interrelacionados.

Los estudios revisados muestran que la exposición prolongada a eventos traumáticos puede modificar la expresión de genes asociados a la regulación del estrés, particularmente aquellos vinculados al eje hipotálamo-hipófisis-adrenal. Estos cambios epigenéticos no implican determinismo biológico, sino una mayor vulnerabilidad emocional que puede manifestarse en forma de hipersensibilidad al estrés, ansiedad y dificultades en la regulación emocional. De esta manera, la epigenética aporta una explicación relevante sobre cómo el cuerpo conserva “huellas” del trauma que influyen en la respuesta al entorno incluso cuando el evento original ha quedado en el pasado.

Asimismo, la transmisión intergeneracional del trauma se comprende mejor al integrar los mecanismos epigenéticos con los factores psicológicos y relacionales. Los patrones de crianza, los estilos de apego y las dinámicas familiares influidas por experiencias traumáticas constituyen vías fundamentales mediante las cuales el sufrimiento puede reproducirse entre generaciones. Esta interacción entre biología y contexto relacional refuerza la necesidad de enfoques interdisciplinarios que eviten explicaciones reduccionistas del malestar psicológico.

En el contexto latinoamericano, la epigenética del trauma adquiere una relevancia particular debido a la presencia persistente de violencia estructural, desigualdad social, migración forzada y precariedad económica. Estas condiciones generan escenarios de estrés crónico que favorecen la acumulación de experiencias traumáticas y dificultan los procesos de recuperación individual y colectiva. Comprender el trauma desde esta perspectiva permite visibilizar el impacto histórico y social del sufrimiento, así como cuestionar discursos que responsabilizan exclusivamente al individuo de su malestar.

Un hallazgo significativo de la literatura revisada es el carácter dinámico y potencialmente reversible de los procesos epigenéticos. Factores protectores como entornos seguros, vínculos afectivos estables, acceso a atención psicológica y políticas públicas orientadas a la reducción de la desigualdad pueden contribuir a modificar la expresión genética asociada al estrés. Este enfoque introduce una dimensión esperanzadora al estudio del trauma, al reconocer que la sanación no solo es posible a nivel individual, sino también intergeneracional.

Finalmente, este artículo subraya la importancia de seguir desarrollando investigaciones en contextos latinoamericanos que integren la epigenética del trauma con enfoques psicológicos y sociales culturalmente sensibles. Fortalecer este campo de estudio permitirá diseñar estrategias de prevención e intervención en salud mental que reconozcan la complejidad del sufrimiento humano y promuevan procesos de sanación sostenibles a largo plazo. Comprender cómo el trauma puede heredarse implica, al mismo tiempo, asumir la responsabilidad ética y social de crear condiciones que favorezcan la transmisión de resiliencia, cuidado y bienestar a las generaciones futuras.

REFERENCIAS

- Bertolín-Guillén, J. M. (2023). Salud mental intergeneracional. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*. <https://www.redalyc.org/journal/3720/372074888005/html/>
- Costa, D. L., Yetter, N., & DeSomer, H. (2018). Intergenerational transmission of trauma: Evidence from the Civil War. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 115(44), 11215–11220. <https://doi.org/10.1073/pnas.1808592115>
- Craig, C., Hiskey, S., & Spector, A. (2020). Compassion-focused therapy: A systematic review of its effectiveness and acceptability in clinical settings. *Expert Review of Neurotherapeutics*, 20(4), 385–400. <https://doi.org/10.1080/14737175.2020.1746184>
- El-Khalil, C., Tudor, D. C., & Nedelcea, C. (2025). Intergenerational effects of collective trauma: A systematic review. *Journal of Traumatic Stress*, 38(1), 45–62.
- Herman, J. L. (1992). *Trauma and recovery*. Basic Books.
- Infocop. (2024, 15 de abril). ¿Hay relación entre el trauma transgeneracional y el apego? <https://www.infocop.es/hay-relacion-entre-el-trauma-transgeneracional-y-el-apego/>
- Laguna Barnes, M. del V. (2024). La transmisión transgeneracional de situaciones traumáticas: El papel de la psicología en la recuperación de la memoria colectiva. *Temas de Psicoanálisis*. <https://www.temasdepsicoanalisis.org/2024/07/17/la-transmision-transgeneracional-de-situaciones-traumaticas/>
- Metzger, I. W., Anderson, R. E., Are, F., & Ritchwood, T. (2021). Healing interpersonal and racial trauma: Integrating racial socialization into trauma-focused cognitive behavioral therapy. *Child Maltreatment*, 26(1), 17–27. <https://doi.org/10.1177/1077559520921457>
- National Human Genome Research Institute. (2025, 25 de octubre). Epigenética. <https://www.genome.gov/es/genetics-glossary/Epigenetica>
- Orozco Vergara, N. (2024). Trauma intergeneracional: Una revisión sistemática de la literatura. *Universidad Konrad Lorenz*. <https://repositorio.konradlorenz.edu.co/entities/publication/99d980eb-5eb2-4ab7-8242-65cef6ef9a32>
- Perlleshi, D. (2025). Adult children of war veterans: Emotional burden and intergenerational trauma. *Journal of Family Trauma Studies*, 12(2), 101–118.
- Reyes, M. J. (2024). De la transmisión a la conexión generacional de memorias en escenarios conflictivos. *Psicoperspectivas*, 23(1), 1–15. <https://www.psicoperspectivas.cl/index.php/psicoperspectivas/article/view/3279>
- Sanamente. (s. f.). Trauma emocional. <https://www.sanamente.org/retos/trauma-emocional/>
- Serra Salvat, A. M. (2024, 16 de junio). Salud mental en las generaciones posteriores al trauma. *Crecemos Contigo*. <https://crecemoscontigo.org/salud-mental-en-las-generaciones-posteriores-al-trauma/>
- van der Kolk, B. A. (2014). *El cuerpo lleva la cuenta: Cerebro, mente y cuerpo en la superación del trauma*. Alianza Editorial.
- Yehuda, R. (2016). Epigenetic mechanisms of stress-related psychiatric disorders. *Biological Psychiatry*, 79(2), 83–84.

Yehuda, R., & Lehrner, A. (2018). Intergenerational transmission of trauma effects: Putative role of epigenetic mechanisms. *World Psychiatry*, 17(3), 243–257. <https://doi.org/10.1002/wps.20568>

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons .