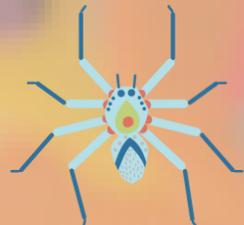




¿FOBIA?
La fobia es un miedo desproporcionado e irracional



¿PÁNICO?
Sensaciones repentinas de terror sin un peligro aparente



¿ANSIEDAD?
Preocupación y miedo intensos, excesivos y continuos



FOBIA ESPECÍFICAS

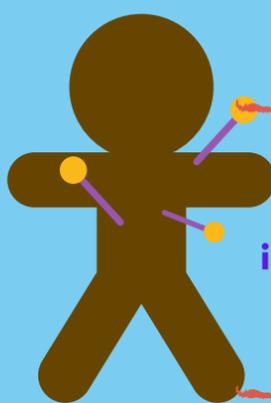
Miedo intenso a un tipo particular de objeto



Pueden ser animales u otros elementos como el agua



LA CLAUSTROFOBIA, Y LA ACROFOBIA LA FOBIA ESPECIFICA ES EL TIPO MÁS COMUN DE ESTE PADECIMIENTO



El grado de aflicción varía según la importancia de la situación que se quiere evitar



TRASTORNO DE ANSIEDAD SOCIAL

Temor intenso y persistente de ser observado y juzgado por otros



EL miedo se da en ciertas o todas las situaciones sociales, como cuando conocen a personas nuevas, salen en citas, tienen una entrevista de trabajo, responden a una pregunta en clase o tienen que hablar con un cajero de una tienda.



Este temor puede afectar el trabajo, la escuela y otras actividades cotidianas

Los síntomas incluyen miedo excesivo a situaciones en las que uno puede ser juzgado, inquietud por pasar vergüenza o sufrir una humillación, y preocupación por ofender a alguien.

- Rubor.
- Latidos del corazón rápidos.
- Temblores.
- Sudoración.
- Malestar estomacal o náuseas.
- Dificultad para respirar.
- Mareos o aturdimiento.
- Sentir que la mente se pone en blanco



TRASTORNO DE PÁNICO

Sensaciones repentinas de terror sin un peligro aparente. La persona puede sentir como si estuviera perdiendo el control



La mayoría de las personas mejora con el tratamiento. La terapia puede demostrarle cómo identificar y cambiar los patrones de pensamiento antes de que lo conduzcan al pánico



Los ataques de pánico pueden ocurrir en cualquier momento, en cualquier lugar y sin previo aviso.



- Latidos rápidos del corazón (taquicardia)
- Dolor en el pecho o en el estómago
- Dificultad para respirar
- Debilidad o mareos
- Transpiración
- Calor o escalofríos
- Hormigueo o entumecimiento de las manos

TRASTORNO DE ANSIEDAD GENERALIZADA

Consiste en la presencia de un estado de preocupación y nerviosismo excesivos en relación con diversas actividades o acontecimientos

Los síntomas incluyen preocupación constante, inquietud y problemas para concentrarse.



El trastorno de ansiedad generalizada (TAG) está asociado con cierta afectación del estado mental, social y la salud en general del individuo

Para el adecuado manejo del TAG. Es importante para el paciente entender que la ansiedad es una condición médica manejable y controlable

Muchos pacientes, presentan síntomas somáticos inespecíficos (insomnio, cefalea, dolores musculares, fatiga y síntomas de malestar gastrointestinal).