



ENSAYO
IMPORTANCIA DEL
PROCESO
TERAPEUTICO EN T.
DP Y A.
UNIDAD III

Supervisión de casos clínicos
Psic. Ana Estelí Hidalgo Martínez

PRESENTA EL ALUMNO:

-Luis Ángel Flores Herrera

GRUPO, CUATRIMESTRE y MODALIDAD:

9°. Cuatrimestre "A" "Psicología Escolarizado

PASIÓN POR EDUCAR

COMITAN DE DOMINGUEZ, CHIAPAS

09 DE JULIO DEL 2021

INTRODUCCION

Dentro de este presente trabajo, se hace énfasis total en la intervención sobre la ansiedad y la depresión son trastornos de salud mental comunes, de hecho son los problemas de salud mental más comunes en la población, y la gran mayoría de las personas que experimentan estos problemas son tratadas por equipos clínicos de atención primaria.

El estado de ánimo bajo se acompaña de una amplia gama de otros síntomas, que también deben estar presentes para poder diagnosticar. Las emociones centrales en la génesis de la ansiedad son el miedo y la preocupación; Las personas que sufren de uno o más de los diferentes trastornos de ansiedad y/o depresivos también experimentan los síntomas en un grado tal que interfiere con su capacidad para funcionar de manera normal en sus actividades cotidianas.

Es necesario retomar la información de que una combinación de factores biológicos, sociales y psicológicos pueden contribuir en gran manera al inicio de la depresión y la ansiedad. Estos interactúan entre sí en diferentes grados en cada individuo generando así la patología.

El proceso terapéutico, es el más común para el abordaje y tratamiento de estos padecimientos pues nos permite establecer áreas de contacto directo con el paciente y su desarrollo de mejoría.

Especificaciones generales del padecimiento

Ansiedad

La ansiedad se manifiesta a distintos niveles a través de una combinación de síntomas somáticos, cognitivos y emocionales; expresada mediante, preocupación y miedo intensos, excesivos y continuos ante situaciones cotidianas. (MedlinePlus, 2021)

Las crisis de angustia, ataques de pánico o crisis de ansiedad como también se denominan consisten en la aparición de miedo y malestar intensos acompañados de una serie de síntomas físicos y psíquicos de inicio brusco que son expresados como taquicardias, sudoración, temblor e inestabilidad, etc.

Muchos de los pacientes la definen como una sensación de muerte inminente. Para que sea diagnosticada como tal la crisis debe presentar cuatro o más síntomas.

Depresión

Es una categorización de los trastornos y/o malestares de carácter emocional, que causa un sentimiento de tristeza constante y una pérdida de interés en realizar diferentes actividades. (MayoClinic, 2021)

Para algunas personas, una atmósfera familiar negativa, estresante o triste puede llevar a una depresión. Otras situaciones vitales de mucho estrés, como la pobreza, el no tener hogar o la violencia también pueden contribuir a que la gente se deprima.

Ambos padecimientos son de las más comunes existentes dentro de toda la población, puesto que son los más fáciles de adquirir por los procesos personales de los individuos y sus relaciones cotidianas.

Los síntomas de ambas afecciones suelen mejorar con asesoramiento psicológico (psicoterapia), medicamentos, como antidepresivos, o las dos opciones. Así como los cambios en el estilo de vida, como mejorar los hábitos de sueño, aumentar el apoyo social, utilizar técnicas para reducir el estrés o hacer actividad física de forma regular, también pueden ser gran ayuda para el paciente.

El proceso psicoterapéutico conceptualizado

El desarrollo del proceso de terapia, se basa principalmente en la investigación y el estudio desde una perspectiva de práctica clínica; la terapia psicológica busca eliminar el malestar que genera en la persona una determinada situación. Por otro lado, también busca y analiza el origen y las causas de la misma para poner solución mediante la adquisición de estrategias y herramientas.

El tratamiento específico del padecimiento

Se consideran categorías diagnósticas diferentes, pero suelen estar íntimamente relacionadas. La explicación más clara se refiere a la depresión que surge de un intento de solucionar un problema. La solución del problema supone un esfuerzo que genera una ansiedad que se va incrementando a medida que se comprueba que no se puede solucionar el problema. En ese momento aparece la depresión, pero lógicamente no se abandona del todo el intento de solución del problema con lo cual la ansiedad persiste asociada a la depresión.

Cuando se da esta asociación para el tratamiento, se tiene que definir el problema pendiente para poder iniciar el tratamiento psicológico.

La depresión tiene dos formas principales de tratamiento: la terapia psicológica o psicoterapia y la medicación antidepresiva.

La psicoterapia, comúnmente conocida como terapia psicológica, es una forma de tratamiento muy efectiva en la depresión. Mediante la palabra, el paciente puede aprender nuevas estrategias de afrontamiento y ganar introspección para sentirse mejor y prevenir futuras recaídas. También conocida como terapia del habla o asesoramiento psicológico, la psicoterapia incluye el trabajo con un terapeuta para reducir los síntomas de ansiedad este puede ser un tratamiento eficaz para la ansiedad. (Martinez, 2021)

Este tipo de tratamiento lo pueden impartir psicólogos o psiquiatras, siempre que tengan formación y experiencia en psicoterapia.

La psicoterapia es una opción en el tratamiento de la depresión, ya sea sola o en combinación con medicamentos antidepresivos. Ya sea en depresiones leves o

moderadas se debe dar a conocer al paciente de las dos opciones describiendo sus beneficios, riesgos.

Se usan varios tipos de medicamentos para ayudar a aliviar los síntomas, según el tipo de trastorno de ansiedad que tenga y si también tienen otros problemas de salud física o mental.

Los antidepresivos son eficaces sobre los síntomas ansiosos asociados a la depresión, y en muchos de los trastornos de ansiedad específicos (por ejemplo, ansiedad generalizada, pánico, obsesiones).

Así pues, como una norma general, el tratamiento de una depresión, con o sin síntomas de ansiedad asociados, debe comenzar por la administración de un antidepresivo, y a continuación valorar si es preciso o no asociar un ansiolítico (medicamento que actúa sobre el sistema nervioso y reduce los síntomas de la ansiedad)

Sin embargo en casos graves, la medicación debe plantearse y es preferible en combinación con psicoterapia, en caso de depresiones muy graves se debe combinar estos dos tratamientos.

Las medicaciones pueden ser muy útiles para reducir los síntomas de la depresión en algunas personas, sobre todo en los casos de depresión moderada a grave.

La ansiedad puede presentarse como un síntoma de la depresión. También es frecuente tener depresión ya que se desencadena debido a un trastorno de ansiedad, por ello es que la depresión y la ansiedad son afecciones diferentes, pero con frecuencia se manifiestan juntas y los tratamientos para ambas también son similares. (ASOCIACION AMERICANA DE PSICOLOGIA, 2017)

Los trastornos de ansiedad pueden tener consecuencias graves si no son tratadas por ejemplo algunas personas que tienen ataques de pánico recurrentes evitan a toda costa ponerse en situaciones que temen y podrían desencadenar un ataque. Esta conducta puede crear problemas si esta en conflictos en su entorno laboral o personal.

Si esta no es tratada son propensas a otros trastornos psicológicos como la depresión y tiene una mayor tendencia al abuso del alcohol y otras sustancias.

Conclusión

Como conclusión a este ensayo, es difícil diferenciar entre ansiedad y depresión ya que existe una estrecha relación sin que se pueda establecer cual antecede o predispone a la otra por la presencia de los mismos síntomas.

El trastornos de ansiedad son muy frecuentes, esta se puede presentar en niños y adolescentes. Tienen tratamiento como bien se mencionaba, que resultan muy efectivo. Cuanto antes se traten, el paciente sufrirá menos complicaciones y recuperará su estilo de vida habitual. La ansiedad tiene una relación con la depresión ya que esta se pueden tratar de la misma manera, sin embargo es muy importante aplicar un tratamiento ya que puede generar otros problemas psicológicos conforme el tiempo.

Es por ello que el trastorno de ansiedad se debe identificar a tiempo para una pronta recuperación del paciente. Ya que la ansiedad después viene la depresión, la depresión genera un deterioro emocional o físico tanto en el paciente como en su entorno familiar, es muy indispensable involucrar a la familia en el proceso de recuperación y además a su comunidad educativa lo que va generar buenos resultados.

La depresión afectará en todas las áreas del ser humano es importante una intervención oportuna para evitar otros problemas.

Es esencial el reconocimiento los síntomas de la depresión y la ansiedad para poder llevar en marcha el tratamiento, tomando en consideración que si se mezclan la psicoterapia y medicamentos habrá una recuperación más eficaz.

Bibliografía

ASOCIACION AMERICANA DE PSICOLOGIA. (Junio de 2017). Recuperado el 09 de Julio de 2021, de

ASOCIACION AMERICANA DE PSICOLOGIA:

<https://www.apa.org/topics/anxiety/tratamiento>

MayoClinic. (Mayo de 2021). Recuperado el 08 de Julio de 2021, de MayoClinic:

<https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/depression/symptoms-causes/syc-20356007>

MedlinePlus. (2021 de Febrero de 2021). Recuperado el 08 de Julio de 201, de MedlinePlus:

<https://medlineplus.gov/spanish/anxiety.html>

Martinez, A. E. (2021). *Supervision de casos clinicos*. Comitán de Domínguez: UDS. antologias de apoyo escolar.