

## **TRABAJO 2 (Segunda Parte)**

### **18- ¿Qué son las enfermedades psicosomáticas?**

Los trastornos psicosomáticos son una condición en la cual los síntomas físicos se ven agravados por factores mentales. Algunas condiciones físicas pueden verse agravadas por factores mentales, como el estrés y la ansiedad.

### **19- ¿Cuáles son algunas de las preguntas más comunes en personas que padecen somatización y que son derivadas a un psicólogo?**

- ¿Por qué el médico me dice que debo acudir al psicólogo?
- ¿Si mi problema no es físico, a qué se debe?

### **20- ¿Por qué no todos los síntomas o molestias son resultado de una enfermedad física?**

Ante un dolor o una molestia física, lo primero que tendemos a pensar es que padecemos alguna enfermedad física, sin embargo, la gran mayoría de las veces no es así. La salud no es el silencio del cuerpo, y no todos los síntomas o molestias son resultado de una enfermedad física.

### **21- ¿Por qué es un error pensar que las enfermedades psicológicas sólo causan tristeza, llanto, sentimientos de inferioridad y otros síntomas que no tienen que ver con el cuerpo?**

Por lo general, se tiende a pensar que las enfermedades psicológicas sólo causan tristeza, llanto, sentimientos de inferioridad y otros síntomas que no tienen que ver con el cuerpo, sin embargo, esta idea es errónea. Nuestras emociones influyen en nuestro cuerpo, al igual que éste influye en nuestras emociones.

La ansiedad, el estrés y la depresión actúan sobre distintas hormonas, provocando cambios en nuestro organismo, que nos hacen más sensibles al dolor e influyen en distintas enfermedades. Un ejemplo serían los estudios que relacionan el estrés con el cáncer. En este sentido, se ha demostrado que éste puede influir tanto en el origen como en el curso de la enfermedad. Del mismo modo, se ha demostrado que las personas que padecen depresión presentan una debilitación del sistema inmunológico o de defensa, con lo que pueden enfermarse con más facilidad o bien les puede ser más difícil recuperarse de ciertas enfermedades.

## **22- ¿Qué síntomas pueden provocar la ansiedad o la depresión en el Sistema Nervioso?**

En el sistema nervioso pueden provocar dolores de cabeza, mareos, vértigos, desmayos, hormigueos, parálisis musculares, etc.

## **23- ¿Qué síntomas pueden provocar la ansiedad o la depresión en nuestros Sentidos?**

En nuestros sentidos pueden llegar a provocarnos ceguera, visión doble, afonía, etc.

## **24- ¿Qué síntomas pueden provocar la ansiedad o la depresión en el Sistema Circulatorio?**

En el sistema circulatorio producen palpitaciones y taquicardias.

## **26- ¿Qué síntomas pueden provocar la ansiedad o la depresión en el Sistema Respiratorio?**

En el sistema respiratorio pueden causar sensación de ahogo, dolor u opresión en el pecho, etc.

## **27-¿Qué síntomas pueden provocar la ansiedad o la depresión Sistema Digestivo?**

En el sistema digestivo pueden producir sequedad de boca, sensación de atragantamiento, náuseas, vómitos, estreñimiento, diarrea, etc.

## **28- ¿Qué síntomas pueden provocar la ansiedad o la depresión en el Sistema Osteomuscular?**

En el sistema Osteomuscular es común que provoquen tensión muscular, dolor muscular, cansancio, etc.

## **29- ¿Cuáles son los síntomas somáticos más frecuentes en las consultas médicas?**

- Dolor de espalda, 71%
- Mareos, vértigos, 65%
- Dolor en extremidades, 60%
- Gases en el estómago, 52%

- Dificultad al respirar, 50%
- Palpitaciones, taquicardia, 49%
- Dolor en articulaciones, 45%
- Dolor en el pecho, 44%
- Náuseas, 43%