

TRASTORNOS DEL estado de animo

Los trastornos del estado de ánimo son trastornos de la salud mental caracterizados por la existencia de alteraciones emocionales, consistentes en periodos prolongados de tristeza excesiva (depresión), de exaltación o euforia excesivas (manía), o de ambos. La depresión y la manía representan los dos polos o extremos de los trastornos del estado de ánimo.

Elaborado por
MARIO DE JESUS
SANTOS HERREA

¿Que es?

los trastornos del estado de ánimo (trastornos del humor) se conocen también como trastornos afectivos. Afecto significa estado emocional, que se expresa a través de gestos y expresiones faciales.

La tristeza y la alegría son parte de la experiencia habitual de la vida diaria, y difieren de la depresión y la manía que caracterizan a los trastornos del estado de ánimo. La tristeza es una respuesta natural a la pérdida, la derrota, el desengaño, el trauma o la catástrofe.



Datos curiosos:

- Alrededor del 30% de las personas que acuden a la consulta de un médico de atención primaria afirman sentirse deprimidas, pero menos del 10% sufren depresión grave.
- También se pueden producir trastornos del estado de ánimo en niños y adolescentes.

El diagnóstico del trastorno del estado de ánimo se realiza en los casos en que la tristeza o la euforia son demasiado intensas, aparece acompañado de otros síntomas característicos y de la limitación de la capacidad de llevar una vida normal a nivel físico, social y laboral.

Si únicamente se sufre depresión, se denomina trastorno unipolar. Otros trastornos del estado de ánimo, llamados trastornos bipolares, incluyen episodios de depresión que alternan con episodios de manía o hipomanía (una forma menos grave de manía). La manía sin depresión (llamada manía unipolar) es muy poco frecuente.

Fuentes de información:

www.msmanuals.com Introducción a los trastornos del estado de ánimo





Trastornos de ansiedad y por estrés

Elaborado por: Elena Fuentes

¿Qué es el trastorno de ansiedad?

un trastorno es un complejo espectro de malestares que interfieren en la forma de sentir, pensar y actuar de una persona. Ocasionando que la persona vea el mundo de manera oscura, tormentosa y diferente en comparación con la mayoría. Se caracteriza por la ausencia o presencia intensa de dolor. Mismo que en este caso es psíquico al asociarse a vivencias subjetivas, por lo que interfiere drásticamente en la calidad de vida de la persona.

Causas del Trastorno de Ansiedad

Es probable que el miedo que la persona siente ante un estímulo y que le hace percibir que no tiene los recursos suficientes para afrontar se deba a que nunca se ha enfrentado a algo similar. Ya sea por no obtener esos recursos su proceso de educación; o paso por un evento traumático y/o doloroso que le hiciera asociar ese evento en particular con una amenaza.

¿Cómo detectar el Trastorno de Ansiedad?

- Palpitaciones en el corazón o elevación de la frecuencia cardíaca
- Temblores o sacudidas
- Sudoración excesiva
- Sensación de ahogo o de atragantamiento
- Opresión torácica
- Náuseas o molestias abdominales
- Mareo o desmayo
- Despersonalización o desrealización
- Miedo a perder el control
- Miedo a morir
- Escalofríos
- Parestesias

Trastorno de ansiedad y estrés

El estrés es una sensación de frustración y nerviosismo que causa tensión física. Esta suele ser desencadenada por un evento, mientras que la ansiedad por otra parte es un sentimiento de preocupación, malestar y miedo. La ansiedad en situaciones específicas es una reacción al estrés, sin embargo, los trastornos por estrés agudo, estrés postraumático o reacción adaptativa forman parte de otro grupo de trastornos donde hay síntomas y signos similares a los de la ansiedad.

síntomas asociados a un evento traumático:

- Síntomas de evitación
- Síntomas de intrusión
- Alteraciones en la cognición o el estado de ánimo
- Síntomas disociativos
- Excitación o reactividad alterada

