



## **MAPA CONCEPTUAL**

**Mi Universidad**

**NOMBRE DEL ALUMNO: Yadira Guadalupe Manzano Gálvez**

**TEMA: Trastornos de ansiedad**

**PARCIAL: I**

**MATERIA: Psicopatología**

**NOMBRE DEL PROFESOR: Maricelis Galdámez Gálvez**

**LICENCIATURA: Psicología**

# TRASTORNOS DE ANSIEDAD

## ¿Qué es ansiedad?

Se trata de la anticipación de un peligro (físico y/o emocional) que amenaza al sujeto y que le pone en estado de alerta (dimensión cognitivo-emocional) y de tensión (dimensión fisiológica).

Esta reacción debemos entenderla como normal y adaptativa. No podemos vivir sin ansiedad.

## ¿Cómo saber si estamos ante un trastorno de ansiedad?

Ocurre cuando el sujeto percibe que no dispone de recursos para afrontar una situación, o que los que ya ha usado han resultado infructuosos. Entonces opta por huir como una forma de defensa, evitando así daños mayores.

La ansiedad es experimentada por el sujeto como algo contra lo que no puede luchar, eso lo conlleva a conducta de evitación.

## ¿Qué es un ataque de ansiedad?

Es la aparición aislada y temporal de miedo o malestar intensos, acompañada de cuatro (o más) de los siguientes síntomas, que se inician bruscamente y alcanzan su máxima expresión en los primeros diez minutos:

1. Palpitaciones, sacudidas del corazón o elevación de la frecuencia cardíaca.
2. Sudoración.
3. Temblores o sacudidas.
4. Sensación de ahogo o de falta de aliento.
5. Sensación de atragantarse.
6. Opresión o malestar torácico.
7. Náuseas o molestias abdominales.
8. Inestabilidad, mareo o desmayo.
9. Desrealización o despersonalización.
10. Miedo a perder el control o a volverse loco.
11. Miedo a morir.
12. Parestesias.
13. Escalofríos o sofocaciones.

# TRASTORNOS DE ANSIEDAD

## Trastorno de pánico o trastorno de angustia

Este sería el diagnóstico indicado cuando un sujeto experimenta ataques de ansiedad de forma repetida en el tiempo.

Cambios en el comportamiento del sujeto: mayor autoobservación, evitación de sensaciones o comportamientos que cree que podrían propiciar dicho ataque.

## Agorafobia

Cuando un sujeto experimenta ansiedad al encontrarse en lugares o situaciones donde escapar pueda resultar difícil (o embarazoso) o donde, en el caso de aparecer un ataque de ansiedad inesperado, o más o menos relacionado con una situación, pueda no disponer de ayuda.

Principalmente se huye de lugares como: transporte público, lugares amplios o lugares cerrados. El sujeto se siente a salvo en entornos muy familiares y acompañado de personas de gran confianza

## Fobia específica

En este caso la persona experimenta miedo y por tanto evitación hacia un estímulo muy concreto. Las fobias más frecuentes son: a los ascensores, pájaros, petardos y fuegos artificiales, tormentas, hematofobia, animales, etc.

Generalmente estas fobias se inician porque el sujeto ha reaccionado con miedo ante la situación fóbica, bien porque no sabía cómo afrontarla o bien porque ya la temía debido al testimonio de personas relevantes.

# TRASTORNOS DE ANSIEDAD

## Fobia social

En este caso el estímulo temido, aquello que la persona evita y que le produce ansiedad, es el contacto social en cualquiera de sus manifestaciones. Esto es muy incapacitante, puesto que somos seres sociales y constantemente estamos expuestos a situaciones de interacción social.

El sujeto con fobia social puede limitar mucho su vida, en un intento de restringir su contacto social tan sólo a personas de su entorno familiar.

## Trastorno de ansiedad generalizada

En este caso nos encontramos ante personas que sienten que viven constantemente amenazadas. Cualquier cambio en sus vidas, en sus rutinas o la aparición de situaciones sobre las que no tienen pleno control les provoca una reacción de ansiedad.

Intentan tener sus vidas muy organizadas y planificadas para evitar cambios, cosa que no siempre es posible.

## Ansiedad por separación

Miedo o ansiedad excesiva e inapropiada para el nivel de desarrollo del individuo concerniente a su separación de aquellas personas por las que siente apego.

La ansiedad por separación se presenta en aproximadamente un 5% de la población infantil y tiene una alta relación con el absentismo escolar, pues los menores, al sentirse mal, somatizan, mostrando una serie de quejas tales como dolor de cabeza, de barriga, vómitos, etc.

# TRASTORNOS DE ANSIEDAD

## Mutismo selectivo

Incapacidad persistente de hablar o responder a otros en una situación social específica en que se espera que debe hacerse, a pesar de hacerlo sin problemas en otras situaciones (prototípicamente en casa y en presencia de familiares cercanos).

El miedo a la interacción social hace que el sujeto la evite, bloqueando la producción verbal y eliminando así la propia interacción con otros sujetos.

## Trastorno de ansiedad debido a enfermedad médica

Categoría diagnóstica usada cuando los síntomas de ansiedad son consecuencia directa de una enfermedad médica.

Las sujetos son incapaces de controlar sus miedos y preocupaciones. Con frecuencia, creen que cualquier síntoma o sensación es un signo de una enfermedad seria. Ellos buscan el consuelo de la familia, los amigos o proveedores de atención médica de manera regular.

## Trastorno de ansiedad inducido por sustancias

Si la aparición de los síntomas de ansiedad está relacionada con el consumo, la intoxicación o la abstinencia de un fármaco o una droga, estaríamos ante un caso de ansiedad inducida por sustancias.

Puede presentarse durante la intoxicación o durante el periodo de abstinencia. Las sustancias simpaticomiméticas (anfetamina, cocaína, cafeína) y los serotoninérgicos (LSD, MDMA) son las que con más frecuencia producen estos trastornos.