



**Mi Universidad**

**super nota**

*Nombre del Alumno: Marco Antonio Méndez Ventura*

*Nombre del tema: ansiedad*

*Parcial : 2*

*Nombre de la Materia: investigación a la psicología*

*Nombre del profesor: Paola Jacqueline Albarrán santos*

*Nombre de la Licenciatura: psicología*

*Cuatrimestre:3*

# ANSIEDAD



**¿QUE ES LA ANSIEDAD?**  
 La ansiedad es un conjunto de procesos psicológicos y fisiológicos que aparecen cuando se perciben peligros reales o percibidos, y que nos predispone a reaccionar rápidamente a la menor señal de que hay que hacerlo.

La ansiedad comienza a preocuparnos cuando aparece de repente, de forma injustificada y sin motivo aparente.



Cuando la ansiedad se manifiesta sin aviso previo o razón aparente, puede generar una merma de la autoestima y el "miedo a volverse loco" típico de la ansiedad.

Si los síntomas físicos son muy elevados, además nos asustaremos. Taquicardia, dificultad para respirar, mareo, tensión muscular, etc, son algunos de los síntomas característicos de la ansiedad.



En ocasiones, el estrés, la aparición de problemas o dificultades concretas, algún suceso traumático o la pérdida de un ser querido, son algunas de las causas que se encuentran tras la ansiedad.

# TIPOS DE ANSIEDAD



## TRASTORNO DE ANSIEDAD SOCIAL FOBIA SOCIAL

suelen experimentar miedos alrededor de los grupos de personas, debido a que no pueden evitar pensar que pueden ser avergonzados, humillados o criticados en ese entorno.

## TRASTORNO DE ANSIEDAD GENERALIZADA (TAG)

suele experimentar una preocupación excesiva muy difícil de controlar. Estos estados de ansiedad acaban traduciéndose en una forma de rumiación o de pasar demasiado tiempo pensando en cómo se desarrollará el futuro



## TRASTORNO DE ANSIEDAD POR SEPARACIÓN

Cuando alguien padece de estos cuadros de ansiedad suelen experimentar un miedo extremo a que algo malo le suceda a una persona importante para ellos.

## TRASTORNO DE PÁNICO

suelen ocurrir sin previo aviso y pueden provocar síntomas físicos como puede ser dolor en el pecho, dificultad para respirar, sudoración, temblores y mareos. Además aquellos que padecen altos grados de esta ansiedad acaban sintiéndose desconectados de la realidad o con una sensación de muerte inminente.



## AGORAFOBIA

es una de las fobias que suele ocurrir con relación a otros tipos de ansiedad. En mayor proporción, aquellas personas que sufren de estos tipos de trastornos de ansiedad suelen sentir un miedo o ansiedad grave por tener un ataque de pánico u otros síntomas de la ansiedad en un lugar específico

# TIPOS DE ANSIEDAD



## TRASTORNO DE ANSIEDAD INDUCIDO POR SUSTANCIAS

están caracterizados por la presencia de síntomas propios de la ansiedad pero inducidos como un efecto secundario del consumo de una droga o de la detención de su consumo (llamado síndrome de abstinencia)



Como vemos, existen diferentes tipos de ansiedad y síntomas asociados a este trastorno psicológico. Por ello, si existen problemas alrededor de estas señales, es importante consultar con un psicólogo profesional para poder frenarlos a tiempo



## MUTISMO SELECTIVO

Las personas afectadas por uno de estos tipos de trastornos de ansiedad suelen padecer, en determinadas situaciones, una inhibición de sus capacidades de comunicación. De este modo, aquellos con un mutismo selectivo suelen parecer mudos en estas circunstancias.



Los síntomas de estos tipos de trastornos de ansiedad suelen estar vinculados al consumo o dependencia hacia una droga o medicamento.



