



Mi Universidad

super nota

Nombre del Alumno: Nicole Penagos Armas

Nombre del tema: La ansiedad

Parcial: 2

Nombre de la Materia: investigación a la psicología

Nombre del profesor: Jacqueline

Nombre de la Licenciatura: Psicología

Cuatrimestre: 3

TEMA DE INVESTIGACIÓN "LA ANSIEDAD"





¿QUÉ ES LA ANSIEDAD?

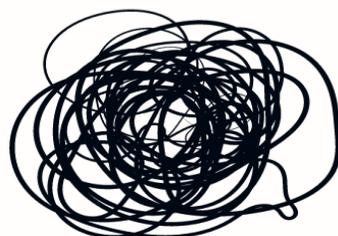
es un sentimiento de miedo, temor e inquietud. Puede hacer que sude, se sienta inquieto y tenso, y tener palpitaciones. Puede ser una reacción normal al estrés.



¿QUÉ SON LOS TRASTORNOS DE ANSIEDAD?



son afecciones en las que la ansiedad no desaparece y puede empeorar con el tiempo. Los síntomas pueden interferir con las actividades diarias, como el desempeño en el trabajo, la escuela y las relaciones entre personas.

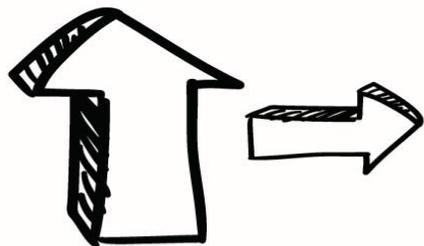




¿CUÁLES SON LOS TIPOS DE TRASTORNOS DE ANSIEDAD?

Trastorno de ansiedad generativa

se preocupan por problemas comunes como la salud, el dinero, el trabajo y la familia. Pero sus preocupaciones son excesivas y las tienen casi todos los días durante al menos 6 meses



Trastorno de pánico

sufren de ataques de pánico. Estos son repentinos y repetidos momentos de miedo intenso sin haber un peligro aparente. Los ataques se producen rápidamente y pueden durar varios minutos o más

fobias

tienen un miedo intenso a algo que representa poco o ningún peligro real. Su miedo puede ser por arañas, volar, ir a lugares concurridos o estar en situaciones sociales





FACTORES POR LAS CUALES SURGE LA ANSIEDAD

LA GENÉTICA, LA BIOLOGÍA Y QUÍMICA DEL CEREBRO, EL ESTRÉS Y SU ENTORNO PUEDEN TENER UN ROL.



- 
- CIERTOS RASGOS DE PERSONALIDAD , COMO SER TÍMIDOS O RETRAÍDOS CUANDO ESTÁ EN SITUACIONES NUEVAS O CONOCE PERSONAS.
 - EVENTOS TRAUMATICOS EN LA PRIMERA INFANCIA O EDAD ADULTA.
 - ANTECEDENTES FAMILIARES DE ANSIEDAD O OTROS TRASTORNOS MENTALES.



SÍNTOMAS DE TRASTORNO DE ANSIEDAD

CADA TRASTORNO PUEDE VARIAR LOS SÍNTOMAS PERO TODOS TIENE UNA COMBINACIÓN DE:



- **PENSAMIENTOS O CREENCIAS ANSIOSOS DIFÍCILES DE CONTROLAR: LE HACEN SENTIR INQUIETO Y TENSO E INTERFIEREN CON SU VIDA DIARIA. NO DESAPARECEN Y PUEDEN EMPEORAR CON EL TIEMPO**
- **SÍNTOMAS FÍSICOS, COMO LATIDOS CARDÍACOS FUERTES O RÁPIDOS, DOLORES Y MOLESTIAS INEXPLICABLES, MAREOS, FALTA DE AIRE**
- **CAMBIOS EN EL COMPORTAMIENTO, COMO EVITAR LAS ACTIVIDADES COTIDIANAS QUE SOLÍA HACER**



4 NIVELES DE ANSIEDAD

- **ANSIEDAD LEVE**
- **ANSIEDAD MODERADA**
- **ANSIEDAD GRAVE**
- **ANGUSTIA**



OTRAS :

- **ATAQUES DE PÁNICO**
- **AGORAFOBIAS**
- **FÓBICA ESPECIFICA**
- **FOBIA SOCIAL**
- **TRASTORNO POR ESTRÉS POSTRAUMÁTICO**
- **TRASTORNO POR ESTRÉS AGUDO**
- **TRASTORNO DE ANSIEDAD GENERALIZADA**
- **TRASTORNO DE ANSIEDAD INDUCIDO POR SUSTANCIAS**



Bibliografía

https://support.google.com/websearch/answer/2364942?hl=es-419&visit_id=638217960784945442-567739327&p=medical_conditions&rd=1

<https://medlineplus.gov/spanish/anxiety.html#:~:text=La%20ansiedad%20es%20un%20sentimiento,una%20reacci3n%20normal%20al%20estr3s.>

