

**Universidad del sureste
Campus Comitán**

Licenciatura en Medicina Humana

Tema: Trastornos De Depresión y Ansiedad

Docente: Aguilar Ocampo Cristian Jonathan

Alumno: Iván Alonso López López

Grado: Quinto semestre

Grupo "B"

Materia: Psiquiatría

Trastornos de depresión y ansiedad

Para comenzar a hablar sobre estos temas los cuales son muy importantes primeramente debemos de saber el significado de cada una como ya lo hemos visto en clase el trastorno de ansiedad se va a caracterizar por ser persistente, así como también por la pérdida de la persona hacia cosas las cuales le gusta ya sean sus pasatiempos favoritos como por ejemplo leer, escribir, pintar, practicar algún deporte o salir a caminar, esto se basa en el aislamiento de la persona hacia sus actividades cotidianas como ya a sido mencionado, esto mediante factores a los cuales la persona le afecta y prefiere aislarse para poder sentirse tranquilo o simplemente estar solo, estos factores pueden ser por la pérdida de algún familiar, la pérdida de alguna mascota, la ruptura de alguna relación e inclusive notas bajas en la escuela, lo cual a largo plazo este padecimiento puede afectar en el rendimiento de la persona ya que esta no podrá concentrarse bien en las cosas que hace, puede padecer insomnio o hipersomnia, todos estos factores predisponentes pueden llevar que el trastorno de ansiedad pueda conllevar a que la persona pueda pasar a un estado de ansiedad, este otro trastorno también es muy importante, con lo visto en clase sabemos que la ansiedad es un trastorno que se caracteriza por producir sensaciones de miedo o preocupación muy fuertes las cuales interfieren en las actividades cotidianas de las personas que la padezcan, ya que estas pueden ser por pánico ya que estas producen sensación de miedo o terror si alguna causa aparente en el cual la persona puede llegar a aterrorizarse demasiado a tal grado de presentar manifestaciones clínicas como por ejemplo taquicardia, dolor precordial y esto podría confundirnos a un diagnostico como lo es el infarto, al igual que pueden tener dificultades respiratorias, este trastorno de ansiedad de pánico podría desencadenar una agorafobia lo cual es una consecuencia muy frecuente del trastorno en la cual las personas tratan de evitar toda situación o lugar que les pueda causar algún ataque de pánico, existen algunas otras clasificaciones mas de trastornos de ansiedad y depresivos pero aun los veremos mucho mas a fondo para así poder tener mas conocimientos de ellos y poder distinguir las características de cada clasificación de estos trastornos en la práctica clínica y que así nos sea más fácil poder identificarlas y diagnosticarlas.

Es muy importante tener en cuenta estas enfermedades en la práctica clínica, así como también saber las características de estas mismas para así poder identificar a los pacientes los cuales tengan un trastorno de estos ya que estos pueden dar manifestaciones clínicas las cuales podríamos confundir con patologías como por ejemplo insuficiencia cardiaca, infarto etc. Así como también debemos de poner mucha atención en los pacientes con este tipo de trastornos para así poder identificar cual de todas las clasificaciones del trastorno correspondiente tiene el paciente, ya sean ataques de pánico, depresión estacional, depresión mayor, depresión persistente, depresión premenstrual, depresión por medicamentos, depresión por patologías subyacentes, depresión especificada, depresión no especificada etc. Es por eso que este tema es demasiado importante, como ya se ha mencionado antes para poder llevar a cabo los pasos correctos para poder llevar a nuestro paciente a que pueda controlar este tipo de trastornos y así poder tener una vida cotidiana mejor y poder aprovechar al 100% de sus capacidades, al igual de que el paciente vuelva a retomar sus pasatiempos favoritos para así poder distraerse y poder estar mas tranquilo, en casos en los que conlleven el extremo estos deberán ser referidos con el especialista el cual es el psiquiatra el cual se encargara de llevar a cabo una serie de procesos con los pacientes así como también el uso de medicamentos, muchas de las veces los pacientes no necesitan ser referidos a un especialista y solo necesitan ser escuchados por alguien lo cual nosotros como médicos podemos hacerlo al igual que referirlo con un psicólogo.

Trastornos De Ansiedad

Los trastornos de ansiedad representan una categoría de enfermedades mentales que afectan a millones de personas en todo el mundo. Estas condiciones se caracterizan por una preocupación y miedo intensos, que a menudo son desproporcionados a la situación real y pueden interferir significativamente en la vida diaria de quienes los padecen. En este ensayo, exploraremos los diferentes tipos de trastornos de ansiedad, su impacto en la vida de las personas y las opciones de tratamiento disponibles.

Trastorno de Ansiedad Generalizada (TAG)

El Trastorno de Ansiedad Generalizada es uno de los trastornos de ansiedad más comunes. Las personas que lo padecen experimentan una ansiedad constante y excesiva en diversas áreas de su vida, como el trabajo, las relaciones y la salud. Esta preocupación excesiva a menudo se acompaña de síntomas físicos como tensión muscular, fatiga y problemas de sueño. El TAG puede ser debilitante, ya que las personas se sienten atrapadas en un ciclo interminable de preocupación y ansiedad.

Trastorno de Pánico

El Trastorno de Pánico se caracteriza por la aparición repentina de ataques de pánico intensos y abrumadores. Estos ataques están acompañados de síntomas físicos graves, como palpitaciones, sudoración excesiva y sensación de muerte inminente. Las personas con este trastorno a menudo desarrollan un miedo intenso a tener otro ataque de pánico, lo que puede llevar a la evitación de situaciones que perciben como desencadenantes. Esta evitación puede limitar significativamente la vida de quienes lo padecen.

Trastorno de Ansiedad Social (TAS)

El Trastorno de Ansiedad Social, también conocido como fobia social, se caracteriza por un miedo intenso a situaciones sociales o de desempeño en las que la persona siente que está siendo observada y juzgada. Las personas con TAS a menudo temen el rechazo o la humillación en público y pueden evitar actividades sociales para evitar estos sentimientos incómodos. Esta evitación puede llevar a la soledad y el aislamiento.

Trastorno Obsesivo-Compulsivo (TOC)

El Trastorno Obsesivo-Compulsivo es un trastorno de ansiedad en el que las personas experimentan pensamientos obsesivos y recurrentes que les causan ansiedad extrema. Para aliviar esta ansiedad, realizan rituales o compulsiones repetitivas, como lavarse las manos o contar objetos. Aunque estas acciones pueden proporcionar un alivio temporal, no resuelven la angustia subyacente y pueden interferir en la vida diaria.

Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT)

El Trastorno de Estrés Postraumático se desarrolla después de una experiencia traumática, como un accidente, una agresión sexual o un evento de combate en el caso de veteranos de guerra. Las personas con TEPT pueden experimentar recuerdos traumáticos intrusivos, pesadillas y una intensa ansiedad. También pueden evitar situaciones o lugares que les recuerden el trauma. El TEPT puede tener un impacto duradero en la vida de quienes lo padecen y a menudo requiere tratamiento especializado.

Tratamiento de los Trastornos de Ansiedad

El tratamiento de los trastornos de ansiedad puede variar según la gravedad y el tipo de trastorno. Las terapias psicológicas, como la terapia cognitivo-conductual (TCC), son eficaces para muchos trastornos de ansiedad. La TCC ayuda a las personas a identificar y cambiar patrones de pensamiento y comportamiento negativos que contribuyen a la ansiedad.

Además, los medicamentos, como los antidepresivos y los ansiolíticos, a menudo se utilizan en combinación con la terapia para tratar los síntomas de ansiedad. Sin embargo, es importante tener en cuenta que los medicamentos no son una solución a largo plazo y deben usarse bajo la supervisión de un profesional de la salud mental.

Trastornos Depresivos

Los trastornos depresivos son un conjunto de condiciones mentales que han afectado a la humanidad a lo largo de la historia. La depresión es una experiencia emocional universal, pero cuando se vuelve crónica y debilitante, se convierte en un trastorno que puede alterar significativamente la calidad de vida de quienes la padecen. En este ensayo, exploraremos varios trastornos depresivos, sus características distintivas, factores de riesgo, y enfoques terapéuticos. Comprender estas condiciones es fundamental para abordarlas de manera efectiva y brindar apoyo a quienes las enfrentan.

Trastorno Depresivo Mayor

El Trastorno Depresivo Mayor, comúnmente conocido como depresión clínica, es uno de los trastornos depresivos más comunes y debilitantes. Se caracteriza por la presencia de episodios depresivos que duran al menos dos semanas y que incluyen síntomas como tristeza profunda, pérdida de interés o placer en actividades previamente disfrutadas, cambios en el apetito y el sueño, fatiga, dificultad para concentrarse y pensamientos de muerte o suicidio. Los factores de riesgo incluyen predisposición genética, estrés crónico y desequilibrios químicos en el cerebro. El tratamiento suele implicar terapia psicológica, medicamentos antidepresivos y apoyo social.

Trastorno Distímico

El Trastorno Distímico es una forma de depresión crónica pero menos intensa que el Trastorno Depresivo Mayor. Los síntomas son similares, pero menos graves y pueden durar al menos dos años. A menudo, las personas con distimia pueden funcionar en la vida cotidiana, pero experimentan una tristeza persistente y una falta de satisfacción. Los factores de riesgo son similares a los del Trastorno Depresivo Mayor, y el tratamiento puede implicar terapia a largo plazo y, en algunos casos, medicamentos.

Trastorno Bipolar

Aunque no es exclusivamente un trastorno depresivo, el Trastorno Bipolar se caracteriza por episodios de depresión (fase depresiva) alternados con episodios de manía o hipomanía (fase maníaca). Durante la fase depresiva, los síntomas son similares a los del Trastorno Depresivo Mayor, mientras que, en la fase maníaca, la persona puede experimentar una elevación extrema del estado de ánimo, energía excesiva y comportamiento impulsivo. Los factores genéticos desempeñan un papel importante en el Trastorno Bipolar, y el tratamiento suele combinar medicamentos estabilizadores del estado de ánimo con terapia.

Trastorno Ciclotímico

El Trastorno Ciclotímico es una forma menos grave de Trastorno Bipolar, donde las personas experimentan ciclos repetitivos de hipomanía y síntomas depresivos de menor intensidad. A menudo, las personas pueden funcionar relativamente bien entre estos episodios, pero la inestabilidad emocional puede afectar sus relaciones y calidad de vida. El tratamiento es similar al del Trastorno Bipolar.

Conclusiones

En conclusión, los trastornos de ansiedad son una categoría diversa de enfermedades mentales que afectan a millones de personas en todo el mundo. Estos trastornos pueden ser debilitantes y tener un impacto significativo en la vida de quienes los padecen. Sin embargo, con el tratamiento adecuado, las personas pueden aprender a manejar su ansiedad y llevar una vida plena y productiva. La conciencia pública y el acceso a servicios de salud mental son fundamentales para ayudar a aquellos que luchan contra los trastornos de ansiedad a encontrar la ayuda que necesitan y merecen.

Los trastornos depresivos son una parte significativa de la carga global de enfermedades mentales. Afectan a millones de personas en todo el mundo y tienen un impacto sustancial en la salud y el bienestar de quienes los padecen. Comprender la diversidad de estos trastornos, desde la depresión mayor hasta el trastorno ciclotímico, es fundamental para proporcionar un diagnóstico y tratamiento precisos, la investigación y la concienciación sobre estos trastornos son esenciales para abordarlos de manera efectiva y para reducir el estigma asociado a las enfermedades mentales. Además, es importante recordar que el tratamiento y el apoyo adecuados pueden marcar una diferencia significativa en la vida de las personas que luchan contra los trastornos depresivos, brindándoles la esperanza y la oportunidad de una vida plena y significativa, en última instancia, la empatía y la comprensión son cruciales en nuestra sociedad para abordar estos trastornos de manera efectiva y ayudar a aquellos que los padecen a recuperarse y prosperar en su viaje hacia la salud mental y el bienestar.