

INTRODUCCIÓN

Es de gran importancia el tener conocimientos acerca de la ansiedad, es un tema de gran importancia e interesante, así como también es muy común verlo en nuestra sociedad debido a los problemas que se presentan en la vida cotidiana y que realmente está afectando a todas las personas en el mundo pero principalmente a las mujeres, la ansiedad puede presentarse de diversas formas y cada persona tiene su propio comportamiento, esta problemática también cuenta con diversas complicaciones que genera principalmente a las mujeres adolescentes el tomar decisiones sin medir consecuencias, dentro de la presente tesis hablaremos de una de las principales consecuencias que tiene la ansiedad como lo es la intoxicación por medicamentos.

La ansiedad tiene muchos signos de alerta entre los cuales encontramos sentirse ansioso antes de presentar una prueba, es útil porque permite estar alerta o ser más cuidadoso, suele terminar poco tiempo después de que salga de la situación que lo provoca, pero para muchas mujeres la ansiedad no desaparece y empeora con el tiempo ya que la mayoría de las veces no pueden salir adelante o enfrentarlo a eso ya se le conoce como trastorno de ansiedad. Es importante mencionar las formas de tratar este problema ya que de lo contrario puede tener consecuencias mayores.

Cabe aclarar que la ansiedad por sí misma no se considera una enfermedad, se encuentra contemplada en las respuestas emocionales que presenta cualquier persona. Cuando conserva cierta frecuencia, intensidad, recurrencia y duración tiene una utilidad y un fin. Debe de existir un equilibrio de las emociones para que las personas tengan una estabilidad mental y no se estresen demasiado con pequeñas, la mayoría de las personas no saben sobrellevar una situación en la que se encuentran le toman mucha importancia a lo sucedido y de ello depende que sufran de algún trastorno de ansiedad.

(PSICOLOGIAMENTESALUD, 2023)

Existen varios tipos de ansiedad, las más comunes son el trastorno de ansiedad generalizada, que se caracteriza por una preocupación excesiva, trastorno de ansiedad social, presentan miedo y preocupación excesivos en situaciones sociales y el trastorno de ansiedad de separación, que es el miedo excesivo o la ansiedad ante la separación es cuando la persona se separa de algún individuo que ha sido parte importante en su vida y no se quiere separar, puede ser un familiar o puede ser una relación interpersonal ya sea la pareja de vida porque tienen un vínculo emocional profundo. Las rupturas de relación interpersonal son muy frecuentes y llega afectar más a los adolescentes que llegan a recaer en un trastorno porque se aferran a no querer salir de esa tristeza, decepción y la mayoría llega a tomar decisiones malas. Es un trastorno que se puede tratar con terapia psicológica, las personas deben estar conscientes o el psicólogo debe informarles sobre el proceso que se llevara a cabo ya que son bastantes útiles ante este problema porque la mayoría de las veces el problema proviene de algún problema psicológico.

La ansiedad es una emoción caracterizada por un estado desagradable de agitación interna a menudo acompañado de un comportamiento como caminar de un lado para otro, quejándose constantemente. Es una sensación de desagrado sumamente terrible por eventos anticipados. La ansiedad es una sensación de inquietud y preocupación, generalmente generalizado y desenfocada. Debido al trastorno de la ansiedad muchas mujeres llegan a pensar en el suicidio y auto intoxicarse con los tratamientos recetados porque llegan a la conclusión que morir es mejor a estar sufriendo en vida porque no encuentra una salida, ya no encuentran paz mental y todas las cosas que giran a su alrededor llegan a atormentarlas.

La intoxicación se produce cuando la persona entra en contacto con agentes tóxicos, el efecto toxico puede durar desde unos segundos hasta tener efectos permanentes, existe distintos grados de intoxicación, en función de la naturaleza del agente toxico, de la cantidad que se haya ingerido, inhalado o contactado de carácter leve, grave e incluso mortal si no se produce inmediatamente en los primeros auxilios pertinentes. En algunos casos se presenta la intoxicación accidental porque toman más medicamentos de lo normal para que el dolor que sienten se les pase más rápido y de manera inconsciente se están intoxicando y por otro lado se encuentran las intoxicaciones voluntarias, cuando el individuo opta por ingerir la sustancia para alterar su estado de conciencia o provocarse la muerte. El objetivo es dar a conocer como llega afectar la ansiedad, cuales son los síntomas y signos, las causas más comunes, factores de riesgo, tratamiento adecuado y etiología. Principalmente las mujeres son las que más se ven afectadas con este trastorno, ya que existen varias causas que lo provocan aunque también se presenta en los hombres pero con menor frecuencia.

(digital, 2019)

Según el grado de intoxicación pueden ser: crónica o aguda. Los tipos de intoxicación pueden ser: intoxicación endógenas e intoxicación exógenas, cuando la sustancia tóxica se encuentra en el medio ambiente puede distinguirse por la vía de entrada al organismo por vía digestiva, vía inhalatoria, vía endovenosa y por la piel.

Proporcionarles información es de gran importancia para que reciban ayuda de profesionales como el apoyo psicológico es muy importante, muchas de las personas piensan que al recurrir con un psicólogo es sinónimo de estar locos ya que no están bien informados que en realidad no es así, hacerlos conscientes que pensar en el suicidio no es una opción para eliminar la ansiedad y tomen nuevas alternativas, ya que representan un problema importante entre la población.

CAPÍTULO 1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

ANSIEDAD COMO FACTOR DE RIESGO EN INTOXICACIONES POR MEDICAMENTOS EN MUJERES DE 20 A 35 AÑOS EN LA COLONIA EMILIANO ZAPATA

1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

La salud mental es el equilibrio que debe de existir entre las personas es importante ver como se relacionan con el entorno que los rodea, se debe de verificar si tienen un buen bienestar emocional, psíquico y social, la manera que se sienten o como reaccionan ante una situación de estrés y si saben sobrellevar el momento. La ansiedad es una problemática constante en todas las personas pero principalmente en las mujeres ya que las mujeres tienen el doble de probabilidad que los hombres para desarrollar un trastorno de ansiedad en algún momento de su vida. Los trastornos son altamente tratables, pero menos del 37% de quienes lo padecen reciben tratamiento. Son más los casos en mujeres con ansiedad esto depende de diferentes motivos, entre ellas encontramos traumas que se presentan en la infancia o en la edad adulta, los cambios hormonales en el ciclo menstrual provoca un estado de ánimo bajo porque la mayoría de la mujeres presentan una actitud negativa ante cualquier situación, otras de las causas que se encuentra son los antecedentes familiares, es hereditario la mayoría de las personas tienen familiares que presentan algún tipo de trastorno por ello la importancia de tener información de cómo se pueden reducir la probabilidad de presentar ansiedad, entre ellas encontramos el estado físico, cambiar los hábitos alimenticios para no presentar problemas de salud crónicos como la diabetes o la enfermedades del corazón ya que la mayoría se estresa por tener una enfermedad crónica.

Tener una enfermedad crónica no siempre significa que se vaya a padecer un trastorno de salud pero si esa persona está luchando contra ambos hacerles entender que no están solos. Los grupos de apoyo, una alimentación sana y otros hábitos saludables, como el ejercicio, yoga o la meditación pueden ayudar a mejorar la salud física y reducir la ansiedad. Con la información obtenida en el siguiente proyecto se debe atender los problemas de la población principalmente en las mujeres de 20 a 35 años de edad con el objetivo de brindarles información acerca del tema y como pueden sobrellevar el trastorno para poder disminuir los casos de ansiedad.

La palabra ansiedad es distinta a los trastornos de la ansiedad ya que ansiedad es un sentimiento de miedo, temor e inquietud. Puede ser una reacción normal al estrés. Se presenta cuando se enfrentan a situaciones algo difícil en el trabajo, preocupación en el hogar, o estar ansioso por presentar un examen aunque puede ser algo positivo porque pueden obtener energía o nuevas ideas para lo que se va a realizar y todo salga de manera correcta. Mientras que los trastornos de ansiedad es cuando no desaparece y puede empeorar con el paso del tiempo si no se trata de inmediato. Las personas que presentan trastorno de ansiedad toman alternativas equivocadas como el uso excesivo de drogas o alcohol, el consumo excesivo de medicamentos con el propósito de sentirse mucho mejor o por el hecho que llegan a la conclusión que la muerte es la solución a sus problemas.

Las intoxicaciones voluntarias también son conocidas como autointoxicación, es un comportamiento peligroso que consiste en ingerir intencionalmente sustancias tóxicas o poner en peligro la propia salud. Las personas que presentan estos comportamientos suelen padecer trastornos mentales como depresión y ansiedad.

Para que las personas no tomen una decisión equivocada es importante aconsejarlos que acudan a terapias psicológicas donde el profesional de salud mental los asesora y les recetara el tratamiento más adecuado para combatir la ansiedad, informándoles que los medicamentos no curan si no que ayudan a disminuir los síntomas que se presenta, es mucho mejor llevar acabo las dos opciones.

(PSICOLOGIAMENTESALUD, 2023)

A nivel mundial la depresión afecta aproximadamente 280 millones de personas, y más del 10% de las embarazadas y mujeres que acaban de tener a sus bebés sufren de este tipo de trastorno. Estos trastornos mentales tienen consecuencias devastadoras, ya que más de 700,00 personas se suicidan cada año, convirtiéndose en la cuarta causa de muerte. Por eso la importancia de informarles a las personas respecto a este trastorno, y si presentan este trastorno como poder sobrellevarlo.

(PSICOLOGIAMENTESALUD, 2023)

La ansiedad en las mujeres puede manifestarse de diversas formas, y es importante comprender los signos y síntomas desde una perspectiva psicológica. La ansiedad es una respuesta natural del organismo ante situaciones de peligro o estrés, pero cuando se vuelve crónica o desproporcionada, puede interferir en la vida diaria de una persona. La ansiedad puede manifestarse a través de síntomas físicos y emocionales. A nivel físico, las personas pueden experimentar palpitaciones, dificultad para respirar, sudoración excesiva, tensión muscular y problemas digestivos. A nivel emocional, la ansiedad se manifiesta como preocupación constante, miedo irracional, nerviosismo, irritabilidad e insomnio.

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Usted ha sufrido ansiedad?

¿Conoces el significado de ansiedad?

¿Tiene la información acerca de los factores que influyen para generar ansiedad?

¿Conoce los signos y síntomas que provoca la ansiedad?

¿Ha sentido algún tipo de intoxicación al ingerir un medicamento?

¿Sabe las consecuencias que puede provocar una intoxicación?

¿Ha pensado en tomar terapias psicológicas para la ansiedad?

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Identificar que la ansiedad puede provocar intoxicaciones por medicamentos en mujeres de 20 a 35 años de edad en la colonia Emiliano zapata.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Analizar los factores de riesgo de ansiedad en mujeres
- Analizar los límites que pueden interferir notablemente la ansiedad en actividades sociales, laborales o intelectuales
- Definir el concepto de intoxicaciones por medicamentos
- Determinar la ansiedad es un factor causal de la intoxicación por medicamentos
- Enlistar las complicaciones que pueden presentar en las intoxicaciones por medicamentos
- Enseñar a las mujeres la importancia de las terapias psicológicas para la prevención de la ansiedad
- Enlistar los signos y síntomas de la ansiedad

HIPÓTESIS

Cuando las personas sufren de ansiedad sin duda alguna su sistema inmunológico se encuentra en mayor estado de vulnerabilidad y debilidad, por ello cuando experimentan algún tipo de enfermedad y se les suministra algún tipo de medicamento las posibilidades de sufrir una intoxicación incrementan significativamente.

JUSTIFICACIÓN

El enfoque principal se realiza para dar a conocer e identificar las situaciones que presenta la ansiedad como un factor de riesgo a la intoxicación por medicamentos presentándose en las mujeres en edad de 20 a 35 años, este tipo de trastorno llega a perjudicar a su sistema de salud, tanto como físico, psicológico y emocionalmente.

(ANSIEDAD, 2021)

Los trastornos de ansiedad que comúnmente pueden provocar sufrimiento y la discapacidad, y se presentan más comúnmente en las mujeres (7.7%) que en los hombres (3,6%) según datos proporcionados por la Organización Mundial de la Salud (OMS). La ansiedad es una reacción emocional normal que ante situaciones de amenazas para el individuo, sin embargo cuando estas reacciones se vuelven cotidianas en la vida de la persona se deben de evaluar para identificar su acción de ansiedad patológica.

La salud mental abarca una amplia gama de actividades directa o indirectamente relacionadas con el componente de bienestar mental del individuo. La definición de salud de la Organización Mundial de la Salud: un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.

Los Trastornos de Ansiedad (TA) son caracterizados por miedos y preocupaciones excesivas a lo largo de la vida, estas emociones emergen en situación que no representan un peligro real para él o la paciente. Muestran una etiología compleja, se reconoce el componente genético y factores estresantes debido a acontecimientos de la vida.

La ansiedad llega a presentarse como distorsiones de la percepción de la realidad, del entorno y de la misma persona, lo que conllevará verse afectada la funcionalidad del individuo. La ansiedad influye con mayor frecuencia frente a las mujeres como sensaciones de una amenaza inminente provocándole dificultad para respirar, dolor en el pecho, entre otros. Estos ataques de pánico pueden provocar que a la persona le preocupe que sucedan de nuevo. Si no se tratan los trastornos de ansiedad pueden repercutir consecuencias más graves en su vida cotidiana. Cuando llega la ansiedad a afectar en nuestras vidas, nos hace sentir ciertas sensaciones raras sobre la vida en general, sobre nosotros mismos e incluso sobre los demás.

La ansiedad es un trastorno que cada vez más común en nuestra sociedad, en ocasiones aquellos que la padecen pueden llegar a no saber realmente que es lo que les ocurre y por eso ellos no recurren a buscar el tratamiento adecuado, para eso deben de tratarse para tener una vida mejor de su persona. Una intoxicación por medicamentos es un proceso debido a una sobredosis de ciertos medicamentos, en el que puede llegar a provocar a una persona la muerte. En estos casos una mujer que cruza un cuadro de trastornos de ansiedad debido a una separación u otros problemas conllevará a ingerir grandes cantidades de medicamentos.

Para ello personas que presenta ansiedad deberá recurrir con profesionales de salud, en este caso será un psicólogo el que le ayudara afrontar la situación que pasa en su vida actual y sobre todo nos va ayudar a manejarla. Además también nos va a enseñar cómo gestionar la ansiedad, nos proporcionara herramientas y recursos para combatir los episodios de ansiedad y nos dará algunas técnicas para gestionar los ataques de pánico y evitar a provocar una intoxicación por medicamentos.

La ansiedad suele provocar inseguridades en aquellas personas que la presentan, esto quiere decir que en muchos casos se sentirán solas o indefensas frente aquellos miedos que puedan tener, por ello es importante que el psicólogo muestre seguridad frente a ellos debido a que la ansiedad que presente tener el paciente se verá disminuida al contar su situación. Las personas con trastornos de ansiedad deben de mantener una vida estable para evitar ciertos episodios de dificultades, debido a que el cerebro es muy ágil para interpretar o resolver situaciones trágicas de ellos y ponerlos en un estado de nerviosismo, inquietudes, temores, inseguridades, preocupaciones externas. Una persona que ha pasado por un episodio de trastornos de ansiedad, las personas necesitan apoyo familiar o de amigos para sentirse protegidas. Las técnicas de relajación como yoga o ejercicio físico también pueden ayudar a tranquilizar el cuerpo y la mente con ello se verán beneficiadas. Esto es una opción mejor para tranquilizar la ansiedad y para evitar ingerir una gran cantidad de medicamentos que puede repercutir en la vida del paciente.

(HEALTH, 2023)

La respiración diafragmática es una técnica sencilla que puede ayudarte a reducir el estrés, sentirte más relajado, llevar más oxígeno a tu cuerpo, favorecer tu digestión y mejorar tu bienestar general. Agregar la respiración profunda a sus rutinas diarias puede mejorar su salud física, mental y emocional.

La respiración diafragmática es una de las actividades de mucha utilidad para este tipo de problemas ya que con ello podemos controlar la frecuencia del aire y también para realizar que la persona relaje su organismo y la tensión acumulada en los músculos. El proceso de haber pasado de un periodo de ansiedad puede ser atemorizante y confuso, ya que la persona en el momento desconoce los hechos realizados que ella misma realiza.

DELIMITACIÓN DEL ESTUDIO

(SAVIA, 2019)

La ansiedad es una parte de la existencia humana, todas las personas sienten un grado moderado de la misma, siendo ésta una respuesta adaptativa. La ansiedad sigue siendo un tema de gran importancia para la Psicología; su incorporación es tardía, siendo tratado sólo desde 1920, abordándose desde distintas perspectivas. En general, el término ansiedad alude a la combinación de distintas manifestaciones físicas y mentales que no son atribuibles a peligros reales, sino que se manifiestan ya sea en forma de crisis o bien como un estado persistente y difuso, pudiendo llegar al pánico; no obstante, pueden estar presentes otras características neuróticas tales como síntomas obsesivos o histéricos que no dominan el cuadro clínico. Si bien la ansiedad se destaca por su cercanía al miedo, se diferencia de éste en que, mientras el miedo es una perturbación cuya presencia se manifiesta ante estímulos presentes, la ansiedad se relaciona con la anticipación de peligros futuros, indefinibles e imprevisibles.

La intoxicación o envenenamiento, es un conjunto de signos y síntomas causados por la exposición a sustancias químicas nocivas para el organismo como las picaduras de animales venenosos, productos químicos, metales como plomo o mercurio, etc. Generalmente ocurre por accidente en cualquier situación tanto laboral como doméstica. Es una situación grave y una urgencia médica que requiere un tratamiento inmediato, dependiendo de la causa, de la cantidad de veneno y de las características de la persona. Puede poner en riesgo la vida de la persona pudiendo ocasionar la muerte.

Según el grado de intoxicación pueden ser: crónica o aguda. Los tipos de intoxicación pueden ser: intoxicación endógenas e intoxicación exógenas, cuando la sustancia tóxica se encuentra en el medio ambiente puede distinguirse por la vía de entrada al organismo por vía digestiva, vía inhalatoria, vía endovenosa y por la piel. Intoxicación es el acto y la consecuencia de intoxicar: provocar un daño o trastorno a través de algo tóxico. Las sustancias tóxicas, en tanto, contienen algún tipo de veneno.

La localización de los trastornos de ansiedad se realiza en la colonia de Emiliano zapata, municipio de bella vista, Chiapas. Con el fin de recopilar datos de este tipo de trastorno. Dicho trabajo se realiza con la finalidad de implementar estrategias, medidas de prevención y al mismo tiempo realizar la promoción de este problema mencionado.

(AMERICA, 2024)

La localidad de Emiliano Zapata está situada en el Municipio de Bella Vista (en el Estado de Chiapas). Hay 1,306 habitantes. En la lista de los pueblos más poblados de todo el municipio, es el número 3 del ránking. Emiliano Zapata está a 624 metros de altitud. Lo puedes encontrar a 9.5 kilómetros, en dirección Sur, de la localidad de Bella Vista, la cual tiene la mayor población dentro del municipio. 269 hogares en Emiliano Zapata equivalen a 270 viviendas habitables de cuales 6 consisten de un cuarto solo y 17 tienen piso de tierra.

De todas las viviendas en Emiliano Zapata con 259 la gran mayoría tiene instalaciones sanitarias fijas y 246 son conectados a la red pública. Sobre luz eléctrica disponen 261 viviendas. 16 hogares tienen una o más computadoras, 97 tienen una lavadora y la gran cantidad de 215 disfruta de una o más televisiones propias.

