



Mi Universidad

ENSAYO

Nombre del Alumno: Leslie Floese Velasco Abarca

Nombre del tema: Descripción general del trastorno de ansiedad

Parcial: IV

Nombre de la Materia: Psicopatología I

Nombre del profesor: Luis Ángel Flores Herrera

Nombre de la Licenciatura: Psicología

Cuatrimestre: VI

DESCRIPCIÓN GENERAL DEL TRASTORNO DE ANSIEDAD

El trastorno de ansiedad es una de las condiciones mentales más prevalentes a nivel mundial, afectando significativamente la calidad de vida de quienes lo padecen. Esta condición se caracteriza por una preocupación excesiva y persistente, que puede manifestarse en una variedad de formas, desde el trastorno de ansiedad generalizada hasta fobias específicas, trastorno de pánico y trastorno de ansiedad social, entre otros. La ansiedad no solo afecta el bienestar emocional y psicológico de las personas, sino que también puede tener repercusiones físicas, sociales y económicas, interfiriendo en la capacidad para llevar una vida normal y productiva. Este ensayo busca ofrecer una visión comprensiva del trastorno de ansiedad, basándose en la literatura actual y en estudios relevantes, con el objetivo de destacar su impacto, variabilidad y tratamiento. En primer lugar, se explorará la epidemiología del trastorno de ansiedad, proporcionando datos sobre su prevalencia y factores de riesgo asociados. Luego, se analizarán las diferentes manifestaciones clínicas del trastorno, ilustrando cómo puede presentarse de manera diversa en distintas personas y contextos. Además, se discutirá la etiología de la ansiedad, considerando tanto factores biológicos como psicológicos y ambientales que contribuyen a su desarrollo y mantenimiento.

Definición y Manifestaciones

El trastorno de ansiedad se define como una respuesta emocional excesiva frente a la percepción de una amenaza, ya sea presente o futura. Aunque la ansiedad es una emoción natural y necesaria para la supervivencia, permitiendo al individuo anticipar y prepararse ante posibles peligros, cuando esta respuesta se vuelve desproporcionada, persistente y genera un malestar significativo, se clasifica como patológica (De Luca, 2019). Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), los trastornos de ansiedad son los trastornos mentales más comunes del mundo, afectando a 301 millones de personas en 2019. Estos trastornos impactan más a las mujeres que a los hombres y sus síntomas suelen aparecer durante la infancia o la adolescencia.

Los síntomas del trastorno de ansiedad pueden variar ampliamente entre los individuos, manifestándose en niveles fisiológicos, cognitivos y conductuales. Fisiológicamente, los pacientes pueden experimentar palpitaciones, sudoración excesiva, temblores y mareos (OMS, 2023). Estos síntomas físicos están asociados con la hiperactividad del sistema nervioso autónomo, que prepara al cuerpo para una respuesta de lucha o huida ante un peligro percibido.

Cognitivamente, la ansiedad puede generar preocupaciones excesivas, pensamientos catastróficos y una percepción distorsionada de la realidad. Las personas con trastornos de ansiedad a menudo presentan dificultades para concentrarse, toman decisiones y sufren de irritabilidad, tensión o inquietud (Barnhill, 2023).

Conductualmente, es común observar evitación de situaciones temidas y comportamientos compulsivos. Por ejemplo, las personas con trastorno de ansiedad generalizada (TAG) tienden a evitar actividades o eventos cotidianos debido a una preocupación persistente y excesiva por múltiples aspectos de la vida (DSM-5-TR, 2022). Este patrón de evitación puede llevar a un deterioro significativo en la calidad de vida y en la capacidad funcional del individuo. Los trastornos de ansiedad interfieren en las actividades de la vida cotidiana y pueden deteriorar la vida familiar, social y escolar o laboral de una persona (OMS, 2023).

Prevalencia y Factores Demográficos

En Colombia, los trastornos de ansiedad representan el grupo más prevalente de trastornos mentales, afectando al 19.3% de la población entre 18 y 65 años en algún momento de su vida. Esta prevalencia es considerablemente mayor en comparación con otros trastornos mentales. Las mujeres presentan una prevalencia del 21.8%, notablemente superior al 16.8% observado en los hombres (Posada-Villa et al., 2006). Esta diferencia de género en la prevalencia de trastornos de ansiedad puede atribuirse a factores biológicos, psicológicos y sociales que influyen de manera diferencial en hombres y mujeres.

A nivel global, los trastornos de ansiedad tienen una prevalencia estimada del 7.3% y son la novena causa de años perdidos por discapacidad (Gaitán-Rossi et al., 2021). En la Región de las Américas, los trastornos de ansiedad constituyen la segunda causa de años de vida ajustados en función de discapacidad (2.1%) y de años perdidos por discapacidad (4.9%). En México, la prevalencia de trastornos de ansiedad más reciente antes de la pandemia fue del 14.3% en 2002 (Gaitán-Rossi et al., 2021). Estos datos indican que los trastornos de ansiedad son un problema significativo de salud pública tanto en Colombia como en el contexto global y regional.

La pandemia por Covid-19 ha exacerbado la prevalencia de trastornos de ansiedad a nivel mundial. Las medidas de mitigación, como el aislamiento social, han incrementado significativamente los niveles de ansiedad, depresión y sentimientos de soledad. Durante la

pandemia, se ha observado que las prevalencias de GAD han alcanzado cifras considerablemente altas, desde el 8.8% en China hasta el 32% en Bangladesh; en México, una muestra por conveniencia reportó una prevalencia del 48.4% de GAD (Gaitán-Rossi et al., 2021). Estos datos subrayan la importancia de los factores contextuales y estresantes en la exacerbación de los trastornos de ansiedad.

Tipos de Trastornos de Ansiedad

Los trastornos de ansiedad incluyen diversas condiciones, tales como el trastorno de pánico, la agorafobia, la ansiedad generalizada, la fobia social, y el trastorno de estrés postraumático (TEPT). Cada uno de estos trastornos se caracteriza por diferentes desencadenantes y manifestaciones. Por ejemplo, la fobia específica se inicia típicamente en la infancia, alrededor de los 7 años, mientras que el TEPT puede desarrollarse a partir de los 28 años (Posada-Villa et al., 2006).

La fobia social, también conocida como trastorno de ansiedad social, se caracteriza por un miedo intenso a situaciones sociales donde el individuo puede ser evaluado por otros. Este trastorno provoca una gran evitación de situaciones sociales y puede llevar a un aislamiento significativo (De Luca, 2019). Según el DSM-5, los criterios diagnósticos incluyen el miedo persistente a una o más situaciones sociales, la evitación de estas situaciones, y un malestar significativo que interfiere con la vida diaria (American Psychiatric Association, 2013).

Conclusiones

Por lo tanto, el trastorno de ansiedad representa una carga significativa tanto a nivel individual como social. Su alta prevalencia y el impacto debilitante que tiene en las personas subrayan la necesidad urgente de mejorar el acceso a servicios de salud mental y desarrollar intervenciones más efectivas. La comprensión de los diversos tipos de trastornos de ansiedad, sus manifestaciones y factores demográficos es fundamental para diseñar estrategias de tratamiento y políticas de salud pública adecuadas. Sin embargo, abordar este problema requiere un enfoque multifacético que considere no solo los tratamientos individuales, sino también las intervenciones comunitarias y las políticas sociales que pueden aliviar las cargas sistémicas que exacerbaban estos trastornos.

Una crítica importante a las actuales políticas de salud mental es la insuficiente financiación y la falta de recursos destinados a la atención de los trastornos de ansiedad, lo cual limita el alcance y la calidad de los tratamientos disponibles. A menudo, las personas con ansiedad se enfrentan a largos tiempos de espera para recibir atención, y la estigmatización asociada con los trastornos mentales puede disuadirlas de buscar ayuda. Es esencial que las políticas de salud pública incluyan campañas de concienciación que reduzcan el estigma y promuevan una comprensión más empática de los trastornos de ansiedad.

Referencias bibliográficas.

- Barnhill, J. W. (2023, August 3). *Trastorno de ansiedad generalizada*. Manual MSD Versión Para Profesionales. <https://www.msmanuals.com/es-mx/professional/trastornos-psiqui%C3%A1tricos/trastorno-de-ansiedad-y-trastornos-relacionados-con-el-estr%C3%A9s/trastorno-de-ansiedad-generalizada>
- De Luca, J. M. (2019). Descripción de Caso Clínico de Trastorno de Ansiedad. <http://dspace.palermo.edu/dspace/bitstream/handle/10226/2138/De%20Luca%2C%20Juan%20Marco.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Díaz del Peral, D., Aragón Ortega, J., Aranda Regules, J. M., Bellón Saameño, J. Á., Bordallo Aragón, A., Cantero Ortiz, L., ... & Sanz Amores, R. (2011). Ansiedad, depresión, somatizaciones: proceso asistencial integrado. https://repositoriosalud.es/bitstream/10668/2709/5/PAI_Ansiedad_2ed_2011.pdf
- DSM-5-TR. (2022). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, 5th edition, Text Revision DSM-5-TR. American Psychiatric Association Publishing, Washington, DC, pp 350-354. <https://www.mredscircleoftrust.com/storage/app/media/DSM%205%20TR.pdf>
- Gaitán-Rossi, Pablo, Pérez-Hernández, Víctor, Vilar-Compte, Mireya, & Teruel-Belismelis, Graciela. (2021). Prevalencia mensual de trastorno de ansiedad generalizada durante la pandemia por Covid-19 en México. *Salud Pública de México*, 63(4), 478-485. Epub 27 de febrero de 2023. <https://doi.org/10.21149/12257>
- Posada-Villa, J., Buitrago-Bonilla, J., Medina-Barreto, Y., & Rodríguez-Ospina, M. (2006). Trastornos de ansiedad según distribución por edad, género, variaciones por regiones,

edad de aparición, uso de servicios, estado civil y funcionamiento/discapacidad según el Estudio Nacional de Salud Mental-Colombia. *Nova*, 4(6).

<https://revistas.unicolmayor.edu.co/index.php/nova/article/view/67/132>

World Health Organization: WHO. (2023). *Trastornos de*

ansiedad. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>