



## *Ensayo*

*Nombre del Alumno: Fátima del Rosario Juárez Maldonado.*

*Nombre del tema: Trastornos de ansiedad y trastornos disociativos.*

*Parcial: Único.*

*Nombre de la Materia: Psicopatología II.*

*Nombre del profesor: Mónica Lisseth Quevedo Pérez.*

*Nombre de la Licenciatura: Psicología general.*

*Cuatrimestre: 7mo.*

*Lugar y Fecha de elaboración: Pichucalco, Chiapas, 15 de Octubre de 2024.*

## TRASTORNOS DE ANSIEDAD Y DISOCIATIVOS

Los trastornos de ansiedad y disociativos son un grupo de alteraciones mentales que afectan la calidad de vida de las personas. Estos trastornos se caracterizan por la manifestación de miedo y ansiedad excesiva que pueden interferir en el funcionamiento social, académico y laboral. Este ensayo aborda específicamente el trastorno de ansiedad por separación, el mutismo selectivo, las fobias específicas, la fobia social, el trastorno de pánico, la ansiedad generalizada, el trastorno de identidad disociativa (TID), la amnesia disociativa y trastorno de despersonalización, analizando sus características, síntomas y el impacto en quienes los padecen.

### Trastorno de Ansiedad por Separación

El trastorno de ansiedad por separación se presenta con un miedo o ansiedad excesiva respecto a la separación de figuras de apego. Este trastorno es más relevante en niños, quienes pueden mostrar su angustia a través de síntomas físicos, pesadillas recurrentes o resistencia a estar lejos de casa. Los niños con este trastorno pueden experimentar un deterioro importante en su funcionamiento social y académico, lo que resalta la importancia de una intervención temprana. En adultos, la ansiedad por separación puede persistir y manifestarse en preocupaciones por la pérdida o daño a seres queridos, lo que puede complicar las relaciones interpersonales y la vida cotidiana.

### Mutismo Selectivo

El mutismo selectivo es un trastorno que se manifiesta principalmente en la infancia y se caracteriza por la limitación del habla en situaciones sociales específicas, a pesar de que tiene la capacidad de hablar. Este trastorno puede generar series de ansiedad intensas, ya que la anticipación para hablar puede resultar en una mayor evitación social. Como consecuencia, el mutismo selectivo puede tener un impacto significativo en el desarrollo social y académico del niño. El reconocimiento temprano y el tratamiento adecuado son fundamentales para romper este ciclo de ansiedad y evitar que el mutismo se convierta en un obstáculo en el futuro.

### Fobias Específicas y Fobia Social

Las fobias específicas son un tipo de trastorno de ansiedad en el que el individuo experimenta un miedo intenso e irregular hacia un objeto o situación particular. Esto puede incluir fobias a animales, espacios cerrados, o situaciones que impliquen la posibilidad de un daño físico. La aparición de estos miedos puede estar influenciada por experiencias anteriores y el entorno familiar. Por otro lado, la fobia social, se centra en el miedo a las interacciones sociales, puede resultar en una limitación significativa de la vida social y profesional del individuo. Las personas con fobia social suelen evitar situaciones donde puedan ser observadas o juzgadas, lo que puede llevar a un aislamiento social y a problemas de autoestima.

### Trastorno de Pánico

El trastorno de pánico se caracteriza por ataques de pánico recurrentes e inesperados que provocan un miedo intenso y una serie de síntomas físicos. Estos ataques pueden provocar una preocupación constante sobre la posibilidad de futuros ataques, lo que puede llevar a cambios en el comportamiento y la evitación de situaciones donde puedan ocurrir. Este trastorno, al igual que los otros mencionados, puede tener un impacto significativo en la vida diaria de las personas, limitando su capacidad para funcionar en situaciones sociales o laborales.

### Trastorno de Ansiedad Generalizada

El TAG se caracteriza por una preocupación constante y excesiva sobre diversos aspectos de la vida, que puede incluir desde el trabajo hasta las relaciones personales. Las personas que sufren de este trastorno experimentan síntomas físicos y emocionales que afectan su rendimiento diario. Una persona que presenta opresión en el pecho, dificultad para respirar y sudoración excesiva ilustra la angustia que acompaña a este trastorno. Sus preocupaciones constantes, su incapacidad para asignar tareas y su temor a los imprevistos reflejan un patrón de ansiedad que no solo impacta su vida laboral, sino también su bienestar emocional y físico.

El hecho de que la persona sienta una necesidad excesiva de controlar cada aspecto de su vida indica que la ansiedad no es solo una respuesta a factores externos, sino una muestra de un profundo malestar interior. La ansiedad se convierte en un impulso interior que lo mantiene en un estado de constante alerta, que le impide relajarse o disfrutar de momentos de tiempo

libre. Esto destaca la importancia de abordar no solo los síntomas físicos, sino también los problemas psicológicos internos que alimentan esta ansiedad.

### Otros Trastornos de Ansiedad

Existen varias otras formas de trastornos de ansiedad, incluyendo trastornos de ansiedad debidos a otra afección médica y trastornos de ansiedad no especificados. Estos trastornos pueden aparecer en respuesta a problemas médicos, lo que destaca la necesidad de un diagnóstico integral que contemple tanto los síntomas mentales como los físicos.

### Trastornos Disociativos

Los trastornos disociativos, como el trastorno de identidad disociativa (TID) y la amnesia disociativa, son respuestas a situaciones de estrés extremo o trauma. El TID implica la existencia de dos o más identidades distintas en una persona, lo que puede resultar en perdidas de memoria y una desconexión de la realidad. Esta alteración en la identidad no solo genera un sufrimiento significativo, sino que también puede llevar a problemas serios en las relaciones interpersonales y en la vida laboral.

Por otro lado, la amnesia disociativa, que puede surgir como respuesta a eventos traumáticos, permite a las personas evitar recordar información dolorosa. La mente puede bloquear recuerdos difíciles como una forma de autodefensa. Este mecanismo de defensa es un reflejo de la asociación entre el trauma y la disociación, donde la ansiedad ocupa un lugar importante ya que provoca la aparición de síntomas disociativos.

La ansiedad puede desencadenar experiencias disociativas, y la disociación puede, hacer mas intenso la ansiedad. Las personas que experimentan síntomas disociativos a menudo sienten que están perdiendo el control, lo que puede contribuir a un aumento de la ansiedad.

### Trastorno de despersonalización

La despersonalización se caracteriza por una sensación extraña, donde la persona siente que se observa a sí misma desde afuera o que está desconectada de su propio ser o cuerpo. Por otro lado, la desrealización es cuando el entorno se percibe como extraño o irreal. Aunque estas experiencias pueden ocurrir de vez en cuando sin afectar la vida diaria, provocan un malestar significativo y alteran el funcionamiento de la persona.

Los trastornos de ansiedad y disociativos pueden afectar profundamente la vida de quienes los padecen. Desde el trastorno de ansiedad por separación hasta el trastorno de despersonalización, cada uno de estos trastornos presenta problemas que requieren atención y tratamiento. Es importante que las personas que presentan síntomas de estos trastornos busquen ayuda profesional, ya que el tratamiento adecuado puede mejorar la calidad de vida y ayuda a las personas a recuperar el control de sus vidas y superar sus miedos u fobias. Estar informado sobre estos trastornos es importantes para apoyar y comprender a quienes los padecen.

## Referencia

Universidad del sureste (UDS). S.f. Antología. Psicopatología II. Recuperado el 12 de Octubre de 2024 de:

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/8dba8eb591f44b824619e6c056f190d5.pdf>