

TRASTORNOS MENTALES: UN DESAFIO PARA LA SOCIEDAD.

BRAYAN ALEJANDRO JIMÉNEZ JIMÉNEZ

COMPUTACIÓN I

DANIEL DIAZ OZUNA

**SAN CRISTÓBAL DE LAS
CASAS CHIAPAS**



Mi Universidad

2\12\2024

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA.

INDICE

TRASTORNOS MENTALES	2
¿QUE SON LOS TRASTORNOS MENTALES?	3
EJEMPLOS DE TRASTORNOS MENTALES:	3
SINTOMAS Y CAUSAS DE LOS TRASTORNOS MENTALES:	4
TRATAMIENTOS DE LOS TRASTORNOS MENTALES:	5
CONCLUSIÓN:	6
BIBLIOGRAFÍA:	7

TRASTORNOS MENTALES

En este ensayo se abordarán diferentes aspectos relacionados con los trastornos mentales, Los trastornos mentales son un tema de gran importancia en la actualidad, ya que afectan a un gran número de personas en todo el mundo. Estos trastornos pueden ser de diferentes tipos, desde trastornos de ansiedad hasta trastornos psicóticos, y pueden tener un impacto significativo en la vida diaria de las personas que los padecen y en la de sus seres queridos.



¿QUE SON LOS TRASTORNOS MENTALES?

Los trastornos mentales (o enfermedades mentales) son afecciones que impactan su pensamiento, sentimientos, estado de ánimo y comportamiento. Pueden ocurrir en un corto período de tiempo o aparecer y desaparecer. Algunos pueden ser crónicos (de larga duración). Pueden afectar su capacidad de relacionarse con los demás y funcionar cada día. Estos trastornos pueden ser causados por una combinación de factores biológicos, psicológicos y ambientales.

EJEMPLOS DE TRASTORNOS MENTALES:

Existen numerosos trastornos mentales algunos peores que otros, a continuación, una lista de ejemplos:

- **TRASTORNOS DE ANSIEDAD.** Partimos del hecho que la ansiedad es normal en situaciones de estrés. Sin embargo, se considera trastorno de ansiedad cuando los síntomas provocan demasiada angustia o un deterioro funcional grave en la vida del paciente, impidiéndole funcionar en su vida. 
- **TRASTORNO POR ESTRÉS POSTRAUMÁTICO (TEPT).** Se da cuando la persona ha sido sometida a una situación traumática que le provoca una experiencia estresante psicológicamente. Entre los síntomas hay pesadillas, ira, fatiga emocional, irritabilidad, etc. 
- **TRASTORNOS DEL ESTADO DE ÁNIMO.** También se les conoce como trastornos afectivos. Uno de los más comunes es el trastorno bipolar, que puede afectar a cómo actúa una persona, piensa y se siente. Va más allá de los cambios de humor y afecta a muchos aspectos de la vida. 
- **TRASTORNOS PSICÓTICOS.** Son graves y la persona pierde el contacto con la realidad, teniendo alucinaciones y delirios. Entre ellos están los trastornos delirantes o paranoias (la persona está 100% convencida de cosas que no son ciertas) y la esquizofrenia (la persona tiene alucinaciones o pensamientos perturbadores, aislándolo de la vida social). 
- **TRASTORNO ANTISOCIAL (TASP)** Se caracteriza porque el paciente tiene tendencia a no relacionarse con la sociedad. Entre los síntomas incluyen: agresividad, tendencia a la soledad, violencia, mentir, etc. Además, suelen ser personas tímidas, con tendencias depresivas y ansiedad social. 
- **DEPRESIÓN:** La depresión es distinta de las alteraciones habituales del estado de ánimo y de las respuestas emocionales breves a los problemas de la vida cotidiana. En un episodio depresivo, la persona experimenta un estado de ánimo deprimido (tristeza, irritabilidad, sensación de vacío) o una pérdida del disfrute o del interés en actividades, la mayor parte del día, casi todos los días, durante al menos dos semanas. 

SINTOMAS Y CAUSAS DE LOS TRASTORNOS MENTALES:

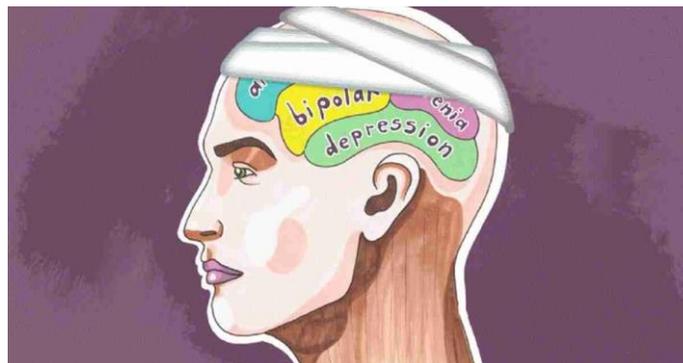
No hay una sola causa para un trastorno mental. Varios factores pueden contribuir al riesgo de sufrirlo, por ejemplo:

- Sus genes y su historia familiar
- Su experiencia de vida, como el estrés o si ha sufrido de abuso, en especial durante la infancia
- Factores biológicos como desequilibrios químicos en el cerebro
- Una lesión cerebral traumática
- Exposición prenatal (antes de nacer) a algún virus o químicos tóxicos u otras sustancias como el alcohol y las drogas
- Consumo de alcohol o drogas
- Tener una enfermedad seria como el cáncer
- Tener pocos amigos y sentirse solo o aislado

Los síntomas de los trastornos mentales serán distintos según el

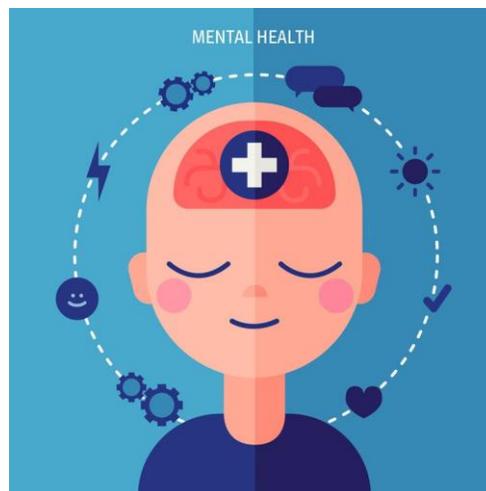
problema que sufra el paciente, las circunstancias que lo provoquen y demás factores externos. Normalmente los síntomas pueden afectar a la conducta, pensamientos y emociones del paciente, siendo los más comunes:

- Sentimientos de desánimo y tristeza
- Incapacidad para concentrarse
- Pensamientos confusos
- Altibajos emocionales
- Cambios repentinos de humor
- Alejamiento de las actividades que solía hacer y de las amistades
- Cansancio y baja energía
- Trastornos del sueño
- Delirio, alucinaciones o paranoias
- Imposibilidad para afrontar los problemas o el estrés de la vida cotidiana
- Abuso de alcohol o drogas (en algunas ocasiones)
- Trastornos alimenticios
- Cambios en el deseo sexual
- Exceso de enfado o violencia
- Pensamientos suicidas



TRATAMIENTOS DE LOS TRASTORNOS MENTALES:

El tratamiento de los trastornos mentales depende del tipo de problema que sufra el paciente y la gravedad. El tratamiento debe ser 100% personalizado, por lo que es muy importante que el especialista en Psicología o Psiquiatría tenga una entrevista con el paciente y establezca el mejor tipo de terapia que, en algunos casos, se combinará con medicación, apoyo social o educación en algunos aspectos. En casos graves en que el paciente sufra una enfermedad mental grave o exista riesgo de hacerse daño a sí mismo o a otras personas, posiblemente deba acudir a un centro psiquiátrico



CONCLUSIÓN:

Con esto concluimos pues ya entendimos que los trastornos mentales son un desafío significativo para la sociedad. Sin embargo, con la prevención, el tratamiento y la educación adecuada, podemos trabajar para reducir la estigmatización y mejorar la calidad de vida de las personas que sufren este tipo de problemas. Es importante tomar este tema con mucha compasión, empatía y comprensión, y que trabajemos juntos para crear un entorno con mas apoyo e inclusivo para todos.

BIBLIOGRAFÍA:

BIBLIOTECA NACIONAL DE MEDICINA, [Trastornos mentales | Enfermedades mentales | MedlinePlus en español](#)

Organización mundial de la salud [Trastornos mentales](#)