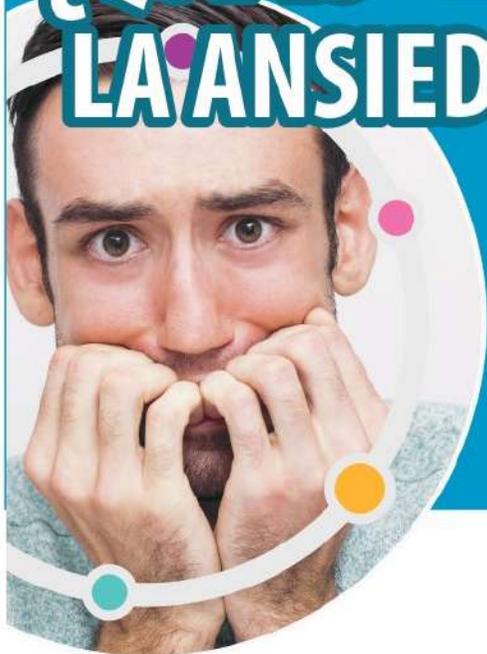


# ¿QUÉ ES LA ANSIEDAD?



Es un estado afectivo desagradable.



Se acompaña de cambios físicos y mentales.



Se presenta frente a un evento estresante o síntoma de enfermedades somáticas o psiquiátricas.



## SÍNTOMAS

Físicos	Psicológicos
Vértigo, mareo	Inquietud motora
Sensación de embotamiento	Miedos irracionales
Diaforesis	Ideas catastróficas, Desasosiego
Aumento tensión arterial	Sensación de angustia
Sensación de ahogo Dolor en el pecho Palpitaciones	Temor a perder el control
Hornigueo, aumento de la tensión muscular	Sensación de muerte inminente
Temblores	Intranquilidad

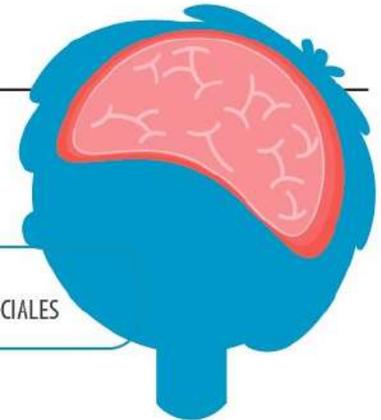
## TRASTORNO DE ANSIEDAD:

- Las Personas sienten temor extremo y Preocupaciones que perduran.
- Es debilitante e interfiere con Actividades diarias.

## CLASIFICACIÓN:

- Trastorno de Ansiedad
- Generalizada (Preocupaciones recurrentes Intensas)
- Trastorno De Pánico (Crisis de Temor Intenso)
- Fobias
- Trastorno Obsesivo Compulsivo

## CAUSAS



BIOLÓGICOS  
AMBIENTALES O PSICOSOCIALES

### BIOLÓGICOS:

Cambios en las estructuras cerebrales  
Aumento de hormonas (cortisol y adrenalina)  
Alteraciones en neurotransmisores (serotonina, colecistodiniina, noradrenalina)  
Activación de circuitos cerebrales (amígdala e hipocampo) que generan reexperimentación de los síntomas

### AMBIENTALES O PSICOSOCIALES:

Situaciones de estrés, ambiente familiar disfuncional, experiencias amenazantes de vida, preocupaciones excesivas.

### FACTORES DE RIESGO

1. Eventos de vida estresantes
2. Otras enfermedades psiquiátricas como depresión
3. Enfermedad médica o consumo de sustancias psicoactivas
4. Historia familiar

## TRATAMIENTO

### Farmacológico

#### \* Benzodiazepinas:



- Promueven la relajación física y mental
- Reduciendo la actividad nerviosa en el cerebro
- Producen un alivio rápido inicial de los síntomas de ansiedad
- Se recomienda su utilización a corto plazo con control por psiquiatra tratante

### Farmacológico

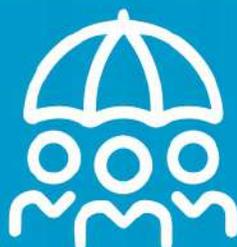
#### Antidepresivos:



- Se usan para fase de mantenimiento
- Mejoría significativa en la ansiedad anticipatoria y en la evitación
- Mejoría de discapacidad funcional y la calidad de vida

### No farmacológico

- \* Psicoterapia
- \* Apoyo familiar
- \* Actividad física
- \* Grupos de apoyo



#### Fuentes:

Guías de práctica clínica ICSN  
Guías centro de apoyo APA  
Guías de práctica clínica MINSALUD

Imágenes: Freepik

VIGILADO Supersalud



INSTITUTO COLOMBIANO  
DEL SISTEMA NERVIOSO

ATENCIÓN Y SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

Grupo Afecto  
Clínica Montserrat  
Calle 134 -17-71  
PBX: 2596000

[www.icsn.co](http://www.icsn.co)

Síguenos en:  @icsnmontserrat



INSTITUTO COLOMBIANO  
DEL SISTEMA NERVIOSO

ATENCIÓN Y SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

# ANSIEDAD

## GRUPO DE AFECTO



Información para Pacientes y Familiares

[www.icsn.co](http://www.icsn.co)

