

## TRASTORNOS DEL ESTADO DE ANIMO

Nuestro estado de ánimo nos mueve. Cuando estamos tristes tendemos a apagarnos, evitar y alejarnos. Cuando estamos alegres tendemos a tener energía y querer actuar.

1. Depresivo Mayor: sus causas son: la muerte de un ser querido, pérdida del empleo, rompimiento amoroso, cambio de ciudad y de amigos; problemas en neurotransmisores (serotonina). Sus síntomas son: tristeza profunda por más de dos semanas, puede impedir ir a trabajar, ir a la escuela, no se desea estar con los amigos, no siente placer, desesperanza y pasividad, posibles deseos suicidas (15% lo hace), problemas de sueño (insomnio/dormir mucho) y problemas de alimentación (no comer/comer mucho)

2. Depresivo Mayor con "Distimia": sus síntomas son: semejante al anterior con síntomas más "ligeros" y dura toda la vida.

Tristeza profunda por más de dos años, durante la mayor parte del día y casi todos los días; con todos sus síntomas asociados.

No suele afectar de manera drástica al paciente, que sigue con sus actividades "normales"

3. Trastorno Bipolar: sus síntomas son: cambios extremos en el estado de ánimo, el pensamiento y la energía. Cambio en los dos "polos" de la tristeza a la alegría. Pueden durar días, semanas o meses en cada polo. Con más frecuencia la depresión es en invierno (falta de luz solar). Con más frecuencia la manía es en primavera (flores y sol)

4. Trastorno Ciclotímico: sus síntomas son semejante al bipolar con síntomas más "ligeros" y continuos. Presenta manía y depresión alternada (en ciclos). Alternancia rápida en días y con ciclos rápidos. Con duración mínima de dos años

## ESQUIZOFRENIA:

Se encuentra dentro de los trastornos psicóticos, generalmente aparece en adultos jóvenes; es una enfermedad cerebral compleja, con desequilibrio de neurotransmisores (dopamina alta); no hay una prueba clínica que confirme el diagnóstico; solo la historia clínica del paciente; puede ser necesaria la hospitalización; la evolución es: Crónicos 43%, con Recaídas 35% y sin recaídas 22%

Para que la esquizofrenia se manifieste es necesario que haya influencia de: herencia genética, medio ambiente y factor desencadenante.

Su tratamiento requiere: psiquiatra, medicación farmacológica, algunas veces hospitalización en crisis, psicólogo, yoga, terapias de relajación, terapia familiar, medicina natural y alternativa.

SINTOMAS: se dividen en dos tipos los positivos y los negativos.

- Positivos: Ideas delirantes ("creer que lo persiguen", que es Dios, que lo observan)...Alucinaciones (oír o ver cosas que no existen)...Desorganización del pensamiento ("cuando fuimos a comprar pizza en el baño")
- Negativos: Afectividad aplanada (pobre respuesta emocional)...retramiento social (dificultad para hacer relaciones con las personas)...pérdida del placer (anhedonia)...problemas para iniciar y finalizar proyectos (apatoabulia)

## TRASTORNOS DE LA PERSONALIDAD:

Los trastornos de personalidad son un grupo de afecciones en las que los individuos muestran patrones de pensamiento, percepción, sentimiento y comportamiento de larga duración que difieren de lo que la sociedad considera normal. Se dividen en grupo A, grupo B y grupo C.

### GRUPO A:

- **Trastorno paranoide de la personalidad:** caracterizado por la suspicacia y la desconfianza. Las intenciones de los demás son interpretadas como maliciosas.
- **Trastorno esquizoide de la personalidad:** caracterizado por la inhibición emocional y el retraimiento. Le gusta estar solo y relacionándose poco con los demás.
- **Trastorno esquizotípico de la personalidad:** caracterizado por las dificultades para las relaciones sociales, distorsiones de pensamiento y de percepciones, junto con excentricidades del comportamiento.

### GRUPO B:

- **Trastorno antisocial de la personalidad:** desprecio y violación de los derechos de los demás. Falta de control de los impulsos e irresponsabilidad persistente sin remordimientos ni culpabilidad.
- **Trastorno límite de la personalidad:** estilo inestable en las relaciones, la autoimagen y la afectividad. Con grandes esfuerzos para evitar el abandono real o imaginario. Son frecuentes en este tipo de personalidad los intentos de suicidio.
- **Trastorno histriónico de la personalidad:** caracterizado por una excesiva emotividad y una búsqueda de atención. Quiere llamar la atención con un comportamiento sexualmente seductor.
- **Trastorno narcisista de la personalidad:** caracterizado por la grandiosidad, una necesidad de admiración y una falta de empatía. Con fantasías de éxito, poder, brillantez, belleza o amor imaginarios.

### GRUPO C:

- **Trastorno de la personalidad por evitación:** caracterizado por la inhibición social, los sentimientos de inferioridad y una hipersensibilidad a la evaluación negativa. Reacio a implicarse en relaciones con la gente si no está seguro que va a agradar.
- **Trastorno de la personalidad por dependencia:** necesidad excesiva de que se ocupen de uno, sumisión y búsqueda de protección en los demás con un marcado miedo a la separación.
- **Trastorno obsesivo-compulsivo de la personalidad:** caracterizado por una preocupación por el orden, el perfeccionismo y el control mental e interpersonal a expensas de la espontaneidad, la flexibilidad y la eficiencia.