**Ansiedad**

La ansiedad se define como un estado afectivo displacentero que se acompaña de cambios físicos y mentales, que se presentan como una reacción para adaptarse ante un evento que causa estrés. La ansiedad puede ser normal o adaptativa en cuanto que está de paso a conductas de seguridad que permitan la solución de problemas o puede ser patológica si ocurre aún sin un estímulo presente o su duración e intensidad es prolongada y genera deterioro en la funcionalidad o adaptación.

Los trastornos de ansiedad son un grupo de padecimientos que se caracterizan por la presencia de preocupación, miedo, tención o tenemos excesivos que ocasionan malestar y un deterioro clínicamente significativos en la funcionalidad y adaptación de una persona (Centro Nacional de Excelencia y Tecnología en Salud [CENETEC], 2010).

Entre los principales trastornos de ansiedad se encuentran:

* Trastornos de pánico
* Agorafobia sin trastorno de pánico
* Fobia social
* Fobia específica
* Trastorno de ansiedad generalizado
* Trastorno de estrés postraumático

Situación en México

La Encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiátrica reportó que aproximadamente uno de cada cuatro mexicanos (23,7%) entre 18 y 65 años de edad tiene una historia de trastornos mentales (según los criterios diagnósticos del DSM-IV). Además se reportó que el tipo de trastornos más frecuentes en nuestro país son los trastornos de ansiedad tanto (14.3%) y se señaló que sólo el 6.9% de todos los pacientes que han padecido un trastorno por ansiedad fueron atendidos por un especialista en salud mental (Medina-Mora, et al, 2003).

Los Trastornos de Ansiedad más frecuentes son: el Trastorno de Ansiedad Generalizada (3.4%), el Trastorno Obsesivo Compulsivo (1.4) y el Trastorno de Pánico (1%) (Organización Panamericana de Salud, 2006 en Ministerio de Sanidad y Consumo España, 2008).

Ansiedad y consumo de drogas

La comorbilidad, es un término utilizado para describir dos o más trastornos o enfermedades que ocurren en la misma persona (NIDA, 2011). Más de una tercera parte de la población que presenta un trastorno de abuso de sustancias, presenta también un trastorno de ansiedad (30,9%) (Medina-Mora, et al, 2003).

La prevalencia de la comorbilidad de trastornos por consumo de sustancias con otros trastornos psiquiátricos oscila entre 50% y 75%, los trastornos que presentan una mayor comorbilidad con los trastornos por consumo de sustancias son los del estado de ánimo, los de ansiedad, los psicóticos y los de la personalidad antisocial.

Cuando una persona consumidora de drogas presenta comorbilidad, desarrolla mayor gravedad en la sintomatología adictiva lo que deteriora su funcionamiento e incluso se asocia al incremento en la ideación y conducta suicida o mayor riesgo de involucrarse en conductas que deriven en problemas legales y sociales, por último, destaca que presentan menor adherencia al tratamiento (Marín-Navarrete, Benjet, Borges, Eliosa-Hernández, Nanni-Alvarado, Ayala-Ledesma et al., 2013)

Recomendaciones preventivas

El diagnóstico de los trastornos de ansiedad deben centrarse en la identificación de síntomas (afecto ansioso permanente, aumento de la conducta motora, insomnio, alteraciones del apetito, rumiación ideativa e ideas sobrevaloradas de preocupación) a través de herramientas clínicas para la evaluación diagnóstica de los trastornos de ansiedad como la escala de Hamilton para Ansiedad o el Inventario de Ansiedad de Beck.

Los objetivos del tratamiento de los trastornos de ansiedad deben centrarse en aliviar o disminuir los síntomas, prevenir recaídas, evitar secuelas y trabajar en la funcionalidad del paciente en su vida cotidiana. Para cubrir dicho objetivo, el manejo de los trastornos de ansiedad debe integrar el tratamiento farmacológico y psicoterapéutico, en este último, se recomienda la aplicación de intervenciones cognitivo-conductuales como relajación, reconocimiento de pensamientos, solución de problemas, entre otras.

Referencias

Centro Nacional de Excelencia y Tecnología en Salud. (2010). Guía de Práctica Clínica: Diagnóstico y Tratamiento de los Trastornos de Ansiedad en el Adulto. México: Secretaría de Salud.

Marín-Navarrete, R., Benjet, C., Borges, G., Eliosa-Hernández, A., Nanni-Alvarado, R., Ayala-Ledesma, M., Fernández-Mondragón, J, & Medina-Mora, M. (2013). Comorbilidad de los trastornos por consumo de sustancias con otros trastornos psiquiátricos en Centros Residenciales de Ayuda-Mutua para la Atención de las Adicciones. Salud Mental (36) 471-479

Medina-Mora, M. E., Borges, G., Lara, C., Benjet, C., Blanco, J., Fleiz, C., Aguilar-Gaxiola, S. (2003). Prevalencia de trastornos mentales y uso de servicios: resultados de la encuesta nacional de epidemiología psiquiátrica en México. *Salud Mental*, *4*, 1-16.

Ministerio de Sanidad y consumo (2008). Ministerio Guía de práctica clínica para el manejo de pacientes con trastornos de ansiedad en atención primaria. Recuperado de http://www.guiasalud.es/GPC/GPC\_430\_Ansiedad\_Lain\_Entr\_compl.pdf