



8 tipos de Trastornos Mentales más comunes

Hay muchos trastornos que se reconocen como **enfermedades mentales**, unos más graves que otros. Hoy vamos a ver los tipos más comunes.

1) Los trastornos de ansiedad.

Las personas con trastornos de ansiedad responden a determinados objetos o situaciones con miedo y terror, así como con los signos físicos de ansiedad o nerviosismo, sudoración y aumento del ritmo cardíaco.

Un trastorno de ansiedad se diagnostica si la persona responde de manera inapropiada a una situación, si la persona no puede controlar la respuesta o si la ansiedad interfiere con el funcionamiento normal de su día a día.

Los trastornos de ansiedad incluyen el trastorno de ansiedad generalizada, el trastorno de estrés postraumático (TEPT), trastorno obsesivo-compulsivo (TOC), trastorno de pánico, desorden de ansiedad social y algunas fobias específicas.

2) Trastornos del humor.

Estos trastornos, también llamados trastornos afectivos, implican sentimientos persistentes de tristeza o períodos con una alegría desbordante, así como fluctuaciones de extrema felicidad a la tristeza más absoluta.

Los trastornos del estado de ánimo más comunes son la depresión y el trastorno bipolar.

3) Trastornos psicóticos.

Los trastornos psicóticos implican un conocimiento y pensamiento distorsionados. Dos de los síntomas más comunes de los trastornos psicóticos son las alucinaciones y los delirios (falsas creencias que la persona enferma acepta como verdaderas a pesar de la evidencia de lo contrario).

La esquizofrenia es un ejemplo de un trastorno psicótico.

4) Trastornos de la alimentación.

Los trastornos de la alimentación implican emociones extremas, actitudes y comportamientos que afectan a nuestro peso.

La anorexia, la bulimia nerviosa y el trastorno por atracón son los desórdenes alimenticios más comunes.

5) Los trastornos de adicción y el control de los impulsos.

Las personas aquejadas con estos trastornos no son capaces de resistir impulsos que podrían ser perjudiciales para ellos o para otros.

La piromanía (obsesión por los incendios), la cleptomanía (robar) y el juego compulsivo son ejemplos de trastornos del control de impulsos.

El alcohol y las drogas son comunes en los trastornos de adicción. A menudo, las personas con estos trastornos se involucran tanto con los objetos de su adicción que empiezan a ignorar las responsabilidades y relaciones.

6) Trastornos de la personalidad.

Las personas con trastornos de la personalidad tienen **rasgos de personalidad extremistas e inflexibles** que afligen a la persona y/o causan problemas en el trabajo, la escuela o las relaciones sociales.

Además, los patrones de pensamiento y comportamiento de la persona difieren significativamente de las expectativas de la sociedad y son tan **rígidas** que interfieren con el funcionamiento normal de la persona.

Los ejemplos incluyen el trastorno de personalidad antisocial, el trastorno obsesivo-compulsivo de la personalidad y el trastorno paranoide de la personalidad.

Otros tipos menos comunes de enfermedades mentales son:

7) Trastorno de adaptación.

Los trastornos de adaptación se producen cuando una persona desarrolla síntomas emocionales o comportamentales en respuesta a una situación estresante.

Los factores estresantes pueden incluir desastres naturales, tales como un terremoto o un tornado, determinados acontecimientos o crisis, como por ejemplo un accidente de coche o el diagnóstico de una enfermedad grave, o problemas interpersonales, tales como un divorcio, la muerte de un ser querido, la pérdida de un trabajo o un problema con el abuso de sustancias.

8) Trastornos disociativos.

Las personas con estos trastornos sufren alteraciones graves o cambios en la memoria, la conciencia, la identidad y la conciencia general de sí mismos y su entorno.

Estos trastornos generalmente se asocian con un estrés abrumador lo que puede ser el resultado de eventos traumáticos, accidentes o desastres.

El trastorno de identidad disociativo, antes llamado trastorno de personalidad múltiple, o “doble personalidad”, y el trastorno de despersonalización son ejemplos de los trastornos disociativos.