

LAS CIFRAS DE LA ANSIEDAD EN ESPAÑA



6,7%

es la población oficialmente diagnosticada de trastorno de ansiedad

39,9%

de las personas sufrieron ansiedad prolongada en el tiempo

2ª causa

baja laboral prolongada

47,6%

de las personas con trastorno de ansiedad ha experimentado ataques de ansiedad o pánico

HERRAMIENTAS PARA LA EVALUACIÓN DE LA ANSIEDAD



BASC-3 – Sistema de evaluación de la conducta de niños y adolescentes.

De 3 a 18:11 años

BYI-2– Inventario de Beck para niños y adolescentes. Inventario BAI-Y (Ansiedad).

De 7 a 18:11 años

MACI-II, Inventario clínico para adolescentes Millon-II.

De 13 a 17:11 años

BAI, Inventario de Ansiedad de Beck.

Desde los 17 años

SCL-90-R, Test de los 90 síntomas - revisado.

BSI-18, Inventario Breve de 18 Síntomas.

MCMII-IV, Inventario Clínico Multiaxial de Millon.

Desde los 18 años

Fuentes:

- Confederación Salud Mental España y Fundación Mutua Madrileña: "La situación de la salud mental en España 2023".
- Ministerio de Sanidad: "Encuesta Europea de Salud en España" (EESA) 2020
- Organización Mundial de la Salud, CIE-11, Clasificación Internacional de Enfermedades, 11.a revisión.

CRITERIOS DIAGNÓSTICOS DE LOS TRASTORNOS DE ANSIEDAD SEGÚN LA CIE-11



Los **trastornos de ansiedad** y relacionados con el miedo se caracterizan por miedo y ansiedad excesivos y problemas de comportamiento relacionados, con síntomas que son lo suficientemente graves como para provocar un malestar o deterioro significativos en el funcionamiento personal, familiar, social, educativo u otras áreas importantes.

El miedo y la ansiedad son fenómenos estrechamente relacionados:

- El **miedo** representa una reacción a la amenaza inminente percibida en el presente.
- La **ansiedad** está más orientada hacia el futuro, refiriéndose a la amenaza anticipada percibida.
- El estímulo o la situación que desencadena el miedo o la ansiedad (**focos de aprehensión**) es una característica clave de diferenciación entre los trastornos de ansiedad y los trastornos relacionados con el miedo.

Principales síntomas:

- Sensación de nerviosismo, agitación o tensión.
- Sensación de peligro inminente, pánico o catástrofe.
- Aumento del ritmo cardíaco.
- Respiración acelerada (hiperventilación).
- Sudoración y temblores.
- Sensación de debilidad o cansancio.
- Problemas para concentrarse o para pensar en otra cosa que no sea la preocupación actual.
- Tener problemas para conciliar el sueño.

PRINCIPALES FACTORES DE RIESGO



- Trauma.
- Estrés debido a una enfermedad.
- Acumulación de estrés.
- Personalidad.
- Otros trastornos mentales.
- Tener familiares consanguíneos que padecen un trastorno de ansiedad.
- Drogas o alcohol.

Más recursos
Salud Mental:

AQUÍ

