

RESUM SOBRE ELS PRINCIPALS TIPUS DE PROBLEMES DE SALUT MENTAL

Trastorns psicòtics: Esquizofrènia

- ❑ Es tracta d'un problema de salut mental que dificulta diferenciar el què es real del que no.
- ❑ Es manifest amb dues classes de símptomes:
 - ✓ **Positius:** Símptomes que abans no tenia i apareixen amb la malaltia. Afecten al pensament (**deliris:** Creure fermament una cosa no certa) i a la percepció (**al·lucinacions:** veure, sentir, tocar, degustar i olorar alguna cosa que no hi és) .
 - ✓ **Negatius:** La persona deixa de fer allò que abans de la malaltia podia fer sense problemes. Per exemple deixa de relacionar-se, disminueix la seva motivació, il·lusió, iniciativa, emocions, cuidar-se. També dificulta pensar amb claredat, tenir respostes emocionals i conductes adequades en situacions socials.
- ❑ Hi ha diferents tipus d'esquizofrènia en funció del predomini dels símptomes:
 - ✓ **Paranoide:** predomini de símptomes positius
 - ✓ **Desorganitzada:** predomini de símptomes negatius sobretot el llenguatge i conducta
 - ✓ **Catatònica:** símptomes negatius a la mobilitat (immobilitat) i llenguatge (mutisme)
 - ✓ **Indiferenciada:** presenten els dos tipus de símptomes
 - ✓ **Residual:** manifestacions lleus de símptomes tant positius com negatius però de menor magnitud

*Video : https://www.youtube.com/watch?v=05_hzmq9SDU
<https://www.youtube.com/watch?v=9bVyxqDejn8>

Trastorn d'ansietat

- ❑ Aparició temporal i aïllada de por o malestar intens que s'inicia bruscament i aconsegueix la seva màxima expressió durant els 10 primers minuts.
- ❑ Es caracteritza per:
 - ✓ la sensació de desesperació o de mort
 - ✓ Palpitacions
 - ✓ Sudoració
 - ✓ Tremolors
 - ✓ Sensació d'ofegament
 - ✓ Sensació d'ennuegament
 - ✓ Opressió al pit
 - ✓ Nàusees o molèsties abdominals
 - ✓ Inestabilitat o mareig
 - ✓ Por a perdre el control
- ❑ N'hi ha de diferents tipus:
 - ✓ **Fòbies:** por intensa i persistent davant de determinats objectes o situacions
 - ✓ **Atacs de Pànic/Crisis d'angoixa:** episodis sobtats de por molt intensa que s'acompanya de símptomes físics i pensaments negatius
 - ✓ **Agorafòbia:** por d'estar en determinats espais o situacions perquè es percebi que pot ser difícil fugir o rebre ajuda si es té una crisi d'angoixa
 - ✓ **Trastorn d'ansietat generalitzada:** preocupacions constants durant la major part del dia que van acompanyades de símptomes físics.

- ✓ **Trastorn obsessiu-compulsiu:** pensaments o idees recurrents i persistents (obsessions) i comportaments repetitius o rituals amb l'intent de controlar la por i els pensaments (compulsions).
- ✓ **Trastorn per estrès posttraumàtic:** apareix després d'un esdeveniment, que és viscut amb por molt intensa, freqüentment lligat a patir danys físics greus o a l'amenaça a la vida d'un mateix o d'algú altre. Es reviu l'esdeveniment traumàtic en els pensaments durant el dia, dificulta la son i altera l'estat d'ànim.

*Video: <https://www.youtube.com/watch?v=5VjP7EKpgew>

Trastorns depressius

- Afecta els mecanismes que regulen l'estat d'ànim, en aquest cas un estat d'ànim trist que afecta la major part del dia i que sol anar acompanyat de:
 - ✓ Disminució de l'interès o del plaer en totes les activitats
 - ✓ Pèrdua o augment de pes
 - ✓ Insomni o augment de la son (hipersòmia)
 - ✓ Agitació o alentiment motor
 - ✓ Fatiga o pèrdua d'energia
 - ✓ Sentiments d'inutilitat o culpa
 - ✓ Disminució de la capacitat per pensar o concentrar-se
 - ✓ Pensaments de mort, idees de suïcidi

*Video: <https://www.youtube.com/watch?v=yKcjZ49lsM8>

Trastorn Bipolar

- Hi ha un desequilibri en l'estat d'ànim
- Afecta els mecanismes que regulen l'estat d'ànim, amb oscil·lacions, més o menys brusques, que van des de l'**eufòria patològica (mania) i la depressió:**
 - ✓ **Mania:** acceleració del pensament, autoestima exagerada, sensació d'omnipotència, irritabilitat, disminució de les hores del son, energia inesgotable, parla ràpida i sense parar, baix control d'impulsos)
 - ✓ **Depressió major** (tristesia, idees de mort, manca d'interès i de motivació, retard en la parla, alentiment psicomotriu, poc nivell de comunicació, dificultat de concentració, baixa autoestima, sentiments de culpa, insomni, cansament, falta de gana, dificultats sexuals, dificultat en les relacions interpersonals.
- Hi ha diferents tipus de trastorn bipolar:
 - ✓ T. Bipolar I: Episodis depressius amb una fase d'eufòria com a mínim.
 - ✓ T. Bipolar II: Depressions recurrents amb fases hipomàniques (eufòria més lleu)

*Video: <https://www.youtube.com/watch?v=AKV5slCDYs8>

Trastorns de la personalitat

- ❑ Afecta els mecanismes que regulen el caràcter, les emocions afectives, les motivacions i les relacions socials que afecta al funcionament de la persona.
- ❑ **Hi ha diferents tipus, un d'ells és el Trastorn Límit** que es caracteritza per :
 - ✓ Les persones amb aquest trastorn els hi manca el sentit de si mateixes, i com a resultat experimenta sentiments de buidor.
 - ✓ Tenen un patró de intenses però inestables relacions, inestabilitat emocional
 - ✓ Ira i violència davant la baixa tolerància a la frustració i
 - ✓ Caràcter impulsiu.
 - ✓ Intents autolítics i actes d'autolesió molt freqüents

*Vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=gbh4XAejFas>

Trastorns dissociatius

- ❑ Alteracions o fallades en la memòria, la identitat, la consciència i/o la percepció
- ❑ Comporten una desconexió entre pensaments, records i accions que poden provocar que la persona surti de la realitat de forma involuntària, causant problemes greus en el seu funcionament diari
- ❑ Poden tenir una durada de minuts a anys
- ❑ Freqüentment apareixen davant successos potencialment estressants, i especialment davant els traumàtics de tal manera que quan patim o estem davant d'un esdeveniment greu/extrem, la nostra ment necessita escapar o evadir-se de això, pel seu potent impacte emocional. És a dir, la dissociació actuaria com un mecanisme de defensa.
- ❑ Tipus:
 - ✓ **Amnèsia dissociativa:** Suposa la incapacitat per recordar informació personal important.
 - ✓ **Trastorn d'identitat dissociatiu/Trastorn de Personalitat Múltiple:** En aquest cas, parlem d'una pertorbació en la qual es mostren a la persona 2 o més personalitats clarament definides.
 - ✓ **Despersonalització/Desrealització:** Es caracteritza per la presència d'experiències persistents o recurrents d'irrealitat, distanciament o ser observador extern respecte un mateix o l'entorn.

*Vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=zWs_CB68Unk