

## Trastornos de Pánico

- ◆ Aproximadamente 2.4 millones de adultos norteamericanos de 18 a 54 años de edad, o cerca de 1.7 % de personas en este grupo de edad, padecen trastornos de pánico.
- ◆ El trastorno de pánico se desarrolla típicamente saliendo de la adolescencia o a entrando en la edad adulta.
- ◆ Cerca de una de cada tres personas con trastorno de pánico desarrolla *agorafobia*, condición en la que quien la padece siente miedo de estar en cualquier lugar o situación donde escapar pueda ser difícil o no se disponga de ayuda en caso de pánico.

## Trastornos Obsesivo Compulsivo (OCD)

- ◆ Aproximadamente 3.3 millones de adultos norteamericanos de entre 18 y 54 años de edad, o alrededor de 2.3% de personas en este grupo de edad tienen TOC (OCD por sus siglas en inglés).
- ◆ Frecuentemente los primeros síntomas de OCD aparecen durante la infancia o la adolescencia.
- ◆ **Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT)**
- ◆ Aproximadamente 5.2 millones de adultos norteamericanos de entre 18 y 54 años de edad, o alrededor de 3.6% de personas en este grupo de edad padecen TEPT.
- ◆ El TEPT se puede desarrollar a cualquier edad, inclusive en la infancia.
- ◆ Alrededor del 30% de veteranos de Vietnam han experimentado TEPT en algún punto después de la guerra. Este trastorno también ocurre después de agresiones personales violentas tales como violación, asalto, o violencia doméstica; terrorismo; desastres naturales o causados por humanos y accidentes.

## Trastorno de Ansiedad Generalizada (TAG)

- ◆ Aproximadamente 4.0 millones de adultos norteamericanos de entre 18 y 54 años de edad o 2.8 % de la gente en este grupo padecen TAG.
- ◆ El TAG puede aparecer en cualquier momento del ciclo de vida, aunque el riesgo es mayor entre la infancia y la edad mediana.

## Fobia Social

- ◆ Aproximadamente 5.3 millones de adultos norteamericanos de entre 18 y 54 años de edad, o cerca de 3.7 % de personas en este grupo de edad padecen fobia social.
- ◆ La fobia social típicamente aparece en la infancia o la adolescencia.

## Agorafobia y Fobia Específica

- ◆ La *Agorafobia* consiste en miedo intenso y evitación de cualquier espacio o situación, donde escapar pueda ser difícil o no se disponga de ayuda en caso de que repentinamente aparezcan síntomas similares a los de pánico. Aproximadamente 3.2 millones de adultos norteamericanos de entre 18 y 54 años de edad, o cerca de 2.2 % de personas en este grupo de edad padecen agorafobia.
- ◆ La *Fobia Específica* consiste en un miedo marcado y persistente, y evitación de un objeto o situación específica.
- ◆ Aproximadamente 6.3 millones de adultos norteamericanos entre 18 y 54 años de edad, o cerca de 4.4% de las personas en este grupo de edad, tienen algún tipo de fobia específica.

## Trastornos Alimentarios

- ◆ Los tres tipos principales de trastornos alimentarios son; anorexia nerviosa, bulimia nerviosa y trastorno por atracón.
- ◆ Las mujeres son más susceptibles de desarrollar un trastorno alimentario. Se estima que únicamente de 5 a 15 por ciento de personas con anorexia o bulimia y un 35 por ciento de los que padecen trastorno por atracón son del sexo masculino.
- ◆ Se calcula que 0.5 a 3.7 por ciento de mujeres padecen anorexia y un 1.1 por ciento a 4.2 por ciento, sufren de bulimia durante su vida.
- ◆ Encuestas comunitarias estiman que entre 2 y 5 por ciento de norteamericanos experimentan trastorno por atracón en un periodo de 6 meses.
- ◆ El índice de mortalidad entre personas con anorexia es 0.56 por ciento al año, o aproximadamente de 5.6 por ciento en una década, lo cual es 12 veces más alto que el índice anual de muerte por cualquier otra causa en mujeres de 15 a 24 años de edad en la población general.

## Trastorno por Deficit de Atención/Hiperactividad (TDAH)

- ◆ El TDAH, es uno de los trastornos mentales más comunes en niños y adolescentes, afecta aproximadamente a un 4.1 por ciento de jóvenes de entre 9 y 17 años de edad, en un periodo de seis meses.
- ◆ El TDAH afecta dos o tres veces más a niños que a niñas.
- ◆ Generalmente el TDAH se hace evidente en edad preescolar o la primaria. Con frecuencia, este trastorno persiste durante la adolescencia y en ocasiones hasta la edad adulta.
- ◆ Fuente: National Institute of Mental Health (NIMH) [www.nimh.nih.gov](http://www.nimh.nih.gov)

# HECHOS SOBRE LA SALUD MENTAL

## DEMUESTRE SU APOYO. USE EL LISTON PLATEADO.



- Ayude a romper las barreras al tratamiento y apoyo.
- Ayude a reducir el estigma-hable sobre esto!



**BUSQUE AYUDA. ENCUENTRE ESPERANZA.**

La enfermedad mental afecta 1 de cada 5 personas. Nosotros proveemos recursos y apoyo a todos aquellos afectados por la enfermedad mental.

**NAMI DEL SUR DE ARIZONA DEPENDE DE USTED. HAY VARIAS FORMAS DE AYUDAR. HAGASE MIEMBRO, VOLUNTARIO, O DONE.**

NAMI del Sur de Arizona  
6122 E. 22nd St.  
Tucson, AZ 85711  
520-622-5582  
[NAMIsa@NAMIsa.org](mailto:NAMIsa@NAMIsa.org)

**LINEA DE CRISIS PARA LA COMUNIDAD:**  
520-622-6000 o 1-866-495-6735



Revisado Junio 2020

Información educacional y apoyo local ofrecido por:



## ¿Qué es una Enfermedad Mental?

Las enfermedades mentales son padecimientos de origen biológico del cerebro que pueden trastornar severamente la habilidad de las personas que los padecen para pensar, sentir y relacionarse con otras personas y su entorno.

## ¿Qué estigmas hay contra las personas que sufren enfermedades mentales?

Las personas con enfermedades mentales son temidas o estereotipadas como irracionales, agresivas y violentas, sin embargo estas personas tienden a aislarse, ser pasivas e introvertidas. Frecuentemente se les acusa de hacerse víctimas de una enfermedad cuyo origen es claramente biológico. A las personas con enfermedades mentales se les niega la oportunidad de reconstruir su vida dentro de la comunidad ya que se les discrimina para obtener vivienda, empleo y cobertura de seguro [médico].

## ¿Hay esperanza?

Sí. En los últimos 10 años los científicos han hecho grandes avances basados en investigación para entender la naturaleza de las enfermedades mentales.

### Datos sobre Salud Mental en Estados Unidos, 2002

- ◆ 8.8% de los adultos en Estados Unidos, o sea 17.1 millones de adultos padecen depresión severa, trastornos generales de ansiedad y/o ataques de pánico. Entre 38.7 y 44.8% de los adultos en Estados Unidos afirman que su actividad cotidiana se ve afectada grandemente a causa de sus trastornos.
- ◆ 63% de los adultos buscan ponerse en contacto con algún profesional de la salud. 28.5% de los adultos busca ayuda de algún profesional de salud mental. 8.5% no busca ayuda.
- ◆ 11.2% de quienes reconocen la necesidad de cuidar su salud mental no obtienen la ayuda debido al costo.
- ◆ 61.7% de las personas con enfermedades mentales también sufre de alguna larga condición de la salud. De estas personas tres cuartas partes de ellas que cumplen con los criterios de enfermedad mental no buscaron ayuda.
- ◆ Uno de cada 11 adultos en los Estados Unidos ha padecido depresión mayor, trastornos generales de ansiedad, o ataques de pánico, dentro de los últimos 12 meses.
- ◆ En el 2000 se contaba con 4,546 organizaciones de salud mental. El número de organizaciones que prestaban servicios de tratamiento de hospitalización

y residencial las 24 horas era 3,202 en el año 2000. El número de organizaciones que ofrecían servicios de menos de 24 horas era 3,542 en el año 2000.

- ◆ En el 2000 se contaba con 215,221 camas disponibles en organizaciones psiquiátricas que ofrecían servicio las 24 horas.
- ◆ En el 2000, en Estados Unidos el gasto total por parte de organizaciones de salud mental fue de \$4 billones de dólares.

Fuente: Hernderson, Marilyn J. M.P.A., y Ronald W. Manderscheid, Ph.D., eds., Mental Health, United States, 2002. US Dept. of HHS, Rockville, MD.

### “Los numeros cuentan: Trastornos Mentales en America” 2001

Los trastornos mentales son comunes en los Estados Unidos y a nivel internacional. Se estima que un 22.1 % de norteamericanos mayores de 18 años de edad –alrededor de 1 de cada 5 adultos – padece algún trastorno mental diagnosticable en un momento dado. De acuerdo al resultado del Censo de población residencial de 1998 de Estados Unidos, éstos cálculos se traducen a 44.3 millones de personas. Además, 4 de las 10 causas principales de discapacidad en los E.U.A. y otros países desarrollados son los trastornos mentales – depresión profunda, trastorno bipolar, esquizofrenia y trastorno obsesivo compulsivo. Muchas personas padecen más de un trastorno mental en un momento dado.

En los E.U.A. los trastornos mentales se diagnostican en base al *Manual de Diagnóstico y Estadística de Trastornos Mentales, 5a. edición (DSM-5)*.

### Trastornos Depresivos

Los trastornos depresivos abarcan; trastorno depresivo mayor, trastorno distímico y trastorno bipolar.

El trastorno bipolar se incluye porque las personas con esta enfermedad tienen episodios depresivos y maníacos.

- ◆ Aproximadamente 18.8 millones de adultos norteamericanos, es decir; 9.5% de la población de los E.U.A. mayores de 18 años, padecen algún trastorno depresivo en un momento dado.
- ◆ Cerca del 12% de las mujeres, casi el doble de los casos que se presentan en el hombre (6.6%). Es decir, 12.4 millones de mujeres y 6.4 millones de hombres son afectados por algún trastorno depresivo al año.
- ◆ Los trastornos depresivos pudieran aparecer temprano en la vida en individuos nacidos en las últimas décadas comparadas con antes.

- ◆ Los trastornos depresivos a menudo tienden a ocurrir simultáneamente con trastornos de ansiedad y abuso de sustancias.

### Trastorno Depresivo Severo

- ◆ El trastorno depresivo severo es la causa principal de discapacidad en los Estados Unidos y de las economías de mercado establecidas a nivel mundial.
- ◆ El trastorno de depresión severa afecta aproximadamente a 9.9 millones de adultos norteamericanos; o cerca del 5.0 % de la población en Estados Unidos mayores de 18 años de edad, en un momento dado.
- ◆ El índice de trastorno depresivo severo es de 6.5% de incidencia en la mujer, mientras que de 3.3 % en el hombre. Es decir 6.7 millones de mujeres y 3.2 millones de hombres.
- ◆ Aunque el trastorno depresivo severo se puede desarrollar a cualquier edad, la edad promedio en que se presenta es a mediados de los veintes.

### Trastorno Distímico

- ◆ Los síntomas de trastorno distímico (crónica, depresión leve) deben persistir al menos por 2 años en adultos y 1 año en menores de edad, para cumplir con los criterios para ser diagnosticado. El trastorno distímico afecta aproximadamente al 5.4% de la población de 18 años o mayores, en Estados Unidos, *durante su vida*. Esto se traduce en casi 10.9 millones de adultos norteamericanos.
- ◆ Cerca del 40% de adultos con trastorno distímico también reúnen los síntomas del trastorno depresivo severo o trastorno bipolar en un momento dado.
- ◆ Comúnmente el trastorno distímico inicia desde la niñez, la adolescencia o en la edad adulta temprana.

### Trastorno Bipolar

- ◆ El trastorno bipolar afecta aproximadamente a 2.3 millones de adultos norteamericanos o cerca de 1.2 % de la población de los Estados Unidos, de 18 años de edad o mayor, en un momento dado.
- ◆ Las mujeres y los hombres son igualmente propensos a desarrollar el trastorno bipolar por partes iguales.
- ◆ El promedio de edad en que se presentan los primeros episodios de manía es a principios de los veinte años de edad.

### Suicidio

- ◆ En el año 2000; 29,350 personas murieron por suicidio en los Estados Unidos.

- ◆ Más del 90 % de las personas que se suicidan tienen algún trastorno mental diagnosticable, entre los más comunes está el trastorno depresivo o trastorno por abuso de sustancias.
- ◆ Los índices más altos de suicidio en los Estados Unidos se encuentran en hombres anglosajones mayores de 85 años de edad.
- ◆ En el año 2000, el suicidio fue la tercera causa principal de muerte en jóvenes de entre 15 a 24 años de edad.
- ◆ El suicidio ocurre cuatro veces más en hombres que en mujeres. Sin embargo, las mujeres intentan suicidarse dos a tres veces más que los hombres.

### Esquizofrenia

- ◆ Aproximadamente 2.2 millones de adultos norteamericanos, o cerca de 1.1 % de la población de 18 años o mayor, tienen esquizofrenia.
- ◆ La esquizofrenia afecta a hombres y mujeres con la misma frecuencia.
- ◆ La esquizofrenia aparece mas temprano en los hombres, generalmente saliendo de la adolescencia o entrando en sus veintes. Generalmente a las mujeres les afecta en sus veintes o a principios de sus treintas.

### Trastornos de Ansiedad

- ◆ Los trastornos de ansiedad incluyen trastorno de pánico, trastorno obsesivo compulsivo, trastorno de estrés posttraumático, trastorno de ansiedad generalizada y fobias (fobia social, agorafobia y fobia específica).
- ◆ Aproximadamente 19.1 millones de adultos norteamericanos de 18 a 54 años de edad, o cerca de 13.3 % de personas en este grupo de edad tiene algún trastorno de ansiedad.
- ◆ Frecuentemente los trastornos de ansiedad ocurren junto con trastornos depresivos, alimenticios, o abuso de sustancias.
- ◆ Muchas personas padecen de más de un trastorno de ansiedad.
- ◆ Las mujeres son más propensas que los hombres a padecer algún trastorno de ansiedad. Las mujeres padecen aproximadamente el doble de trastornos de pánico, trastorno de estrés posttraumático, trastorno de ansiedad generalizado, agorafobia y fobia específica. Las mujeres y los hombres padecen trastorno obsesivo compulsivo y fobia social en igual número.