

## Introducción

A lo largo de la historia mucha gente ha padecido enfermedades mentales. Durante muchos siglos, nadie supo la causa de ellos. Hace miles de años, por ejemplo, la gente con leves alteraciones mentales era tratada con muchos métodos diferentes (entre éstos se incluían hierbas, ceremonias y amuletos de la buena suerte); algunas veces la gente era encarcelada. En algunas culturas, se pensaba que la gente que sufría severas alteraciones emocionales estaba poseída por el diablo, por lo que eran torturadas, e incluso quemadas en la hoguera, en un intento por destruir al demonio que habitaba en sus cuerpos.

Hoy en día, aquellos que padecen de alteraciones emocionales son tratados de la misma forma que los que padecen enfermedades físicas. La meta de cualquier tratamiento es que los que padezcan tales enfermedades se adapten a la vida cotidiana de manera que puedan convivir con la demás gente; sin embargo, cuando se considera necesario se prescribe la hospitalización del paciente.

### Historia de la Salud

El Premio Nobel fue recibido en investigaciones de alteraciones mentales por primera vez en 1949. El investigador suizo Walter F. Hess recibió el premio por descubrir cómo algunas partes específicas del cerebro controlan algunos órganos del cuerpo.

## Alteraciones emocionales

Cualquier tipo de enfermedad en la mente que afecte las emociones, pensamiento o la personalidad de un individuo es una forma de enfermedad mental.

Dentro de los síntomas de enfermedad mental se incluyen cambios en el habla y dificultad para recordar cosas; también una reacción y visión diferentes ante las cosas puede ser un síntoma de enfermedad mental. Por ejemplo, una persona que se ríe ante un hecho muy triste puede estar mostrando síntomas de problemas mentales. Un síntoma es una prueba que puede indicar la presencia de una enfermedad física o mental.

En algún tiempo, la gente pensaba que podía contraer una enfermedad mental tan fácilmente como un resfriado o una gripe por lo que la mayoría de la gente se mantenía alejada de los vecinos que padecían problemas mentales. Debido a que los científicos han estudiado la forma en la que la gente se comporta, la gente ha aprendido que las enfermedades mentales no pueden transmitirse de persona a persona. Los especialistas han clasificado las enfermedades mentales en dos clases: alteraciones orgánicas y alteraciones funcionales.

La mayoría de las investigaciones sobre alteraciones emocionales han sido realizadas por expertos en psicología y psiquiatría. La psiquiatría es el estudio y empleo de tratamientos médicos para la prevención de alteraciones

emocionales. Los psiquiatras son médicos especializados en psiquiatría; difiere de los psicólogos en que estos últimos poseen capacitación práctica en psiquiatría, pero no son médicos.

### Alteraciones orgánicas

Las enfermedades mentales que en su mayoría se deben a una causa física son llamadas alteraciones orgánicas, las cuales son frecuentemente ocasionadas por anomalías físicas o desbalances químicos.

Cuando el cuerpo produce demasiadas o muy pocas reacciones químicas, ocurre un desequilibrio, que puede afectar el raciocinio, los sentimientos, actitudes y la conducta normal de los individuos; entonces se puede producir un desorden mental. Frecuentemente se desarrollan tales alteraciones. No obstante, en muchos de los casos el medio ambiente juega un papel importante en el desarrollo de una enfermedad mental.

A muchas alteraciones emocionales se les relaciona con reacciones químicas que ayudan al cerebro para que éste envíe sus mensajes. Tales reacciones químicas son producidas por células nerviosas, las cuales constantemente envían señales a otras células nerviosas. El proceso químico del cerebro es muy complejo y cuando algo no funciona bien en él, el humor de la persona puede cambiar severamente. Fiebres altas acompañadas de

otras enfermedades o abuso de drogas o alcohol, puede provocar tal problema. Algunas veces, el cambio mental, producto del desbalance es permanente y en otras ocasiones perdura hasta que es controlado o corregido.

Algunas veces, los cambios en el habla o en el raciocinio no son indicios de alguna enfermedad mental sino física. Es muy importante que se realice un chequeo físico cuando la persona se sienta muy deprimida sin razón alguna o presente un repentino cambio en su personalidad. En caso de que la enfermedad mental provoque síntomas mentales angustiosos, entonces tal enfermedad requiere de un tratamiento. Por ejemplo, un tumor cerebral puede causar cambios en la personalidad, la comprensión y el habla, el desorden mental en tal caso no puede ser manejado a menos de que el carácter sea tratado.

### Alteraciones funcionales

Las alteraciones emocionales que no se les relaciona con ninguna causa física se llaman alteraciones funcionales, son problemas emocionales que surgen del ambiente que rodea a las personas. Las emociones dolorosas durante la niñez y el exceso de estrés son dos factores que pueden originar desórdenes mentales.

La mayoría de los científicos cree que nuestro estado mental general ha sido en parte formado durante la niñez. Lo que oímos, vimos y sentimos cuando fuimos niños influencia

nuestra personalidad. Algunas veces, los sucesos dolorosos que acontecen durante la niñez pueden originar alteraciones emocionales.

El austríaco Sigmund Freud pensó que las experiencias vividas durante la infancia fueron la influencia más importante en la mente de una persona. Freud creyó que cada período de desarrollo de los niños tienen conflictos para resolver o solucionar problemas. Si dichos conflictos no se resuelven, no se puede desarrollar una personalidad sana. Por tales casos, Freud creyó que la gente es propensa a desarrollar alteraciones emocionales con mayor frecuencia, los conflictos durante la niñez giran alrededor de la familia y amigos en la escuela.

Si estos conflictos son muy dolorosos o duraderos, pueden originar alteraciones mentales. La enfermedad o la muerte de uno de los padres, hermano o hermana puede causar una profunda depresión. Cualquiera que sienta la falta de amor por parte de su familia o un dolor emocional. Otros tipos de conflictos también pueden ser causados por el divorcio de los padres o por el abandono de uno de ellos. Algunos niños son maltratados, el dolor emocional de ser maltratados conlleva a una gran probabilidad de desarrollar enfermedades mentales.

Demasiado estrés puede también originar alteraciones emocionales. En muchos eventos en nuestra vida originan el estrés, incluyendo

problemas en la familia, en el trabajo o con los amigos. El estrés mental hace que las personas se sientan angustiadas, exhaustas y fuera de control. Pero algunas veces el estrés es tan grande que las personas no pueden sobrellevarlo.



Fig. 1 Una niña feliz y segura puede ayudar a proteger a las personas a desarrollar

Las alteraciones emocionales pueden resultar de un estrés severo y largo.

Algunas veces el estrés puede ser repentino y muy poderoso, como cuando alguien experimenta algún trauma. Un trauma mental es una experiencia violenta que dañan la salud mental de las personas.

Por ejemplo, presenciar la muerte de algún pariente en un accidente automovilístico, o los horrores de la época de guerra pueden ocasionar traumas mentales.

Tal estrés puede incrementar las posibilidades para que una persona tenga un trauma.

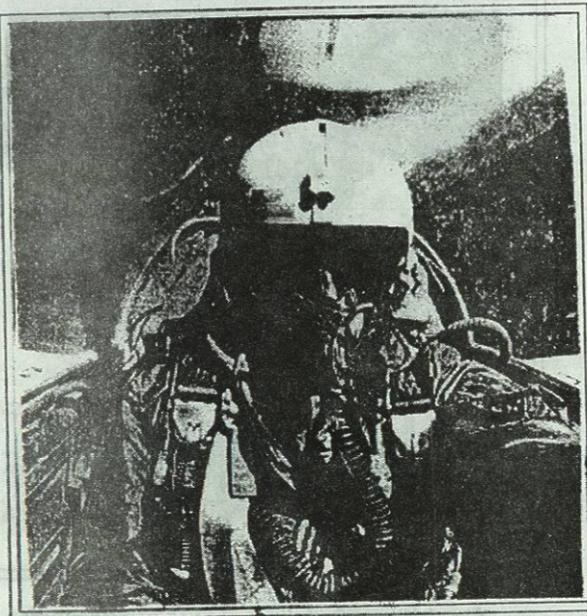


Fig. 2.- Algunos trabajos son mas estresantes que otros ¿Disfrutaría ser un piloto de prueba?

### Tipos de alteraciones orgánicas

Las alteraciones (orgánicas) mentales incluyen algunas de las más comunes enfermedades mentales. El delirio y la demencia afectan con mas frecuencia a los adultos. Otros problemas orgánicos que pueden causar alteraciones mentales pueden aparecer de forma prematura durante la niñez.

**El delirio:** es una alteración emocional que incluye la confusión y la pérdida de conocimiento del medio que rodea al individuo. El delirio puede resultar del envenenamiento, la fiebre alta o el alejarse de las drogas o la bebida.

Puede también ser causado por un temor o un trauma. Las personas que sufren de delirio pierden la noción del tiempo, no saben el lugar en el que están ni quiénes son. Otro signo de delirio es la alucinación; la cual significa ver, escuchar o sentir algo que no existe. Las personas que alucinan ven arañas en las paredes, siendo que no hay ninguna, también pueden escuchar voces, cuando en realidad nadie está hablando.

**Demencia:** es una severa e irreversible pérdida de la habilidad mental. Este tipo de desorden es mucho más común entre personas mayores. La gente que sufre de demencia tiene problemas con su memoria, olvidan nombres o conversaciones, etc. También se vuelven silenciosos y aislados. Algunas formas de disturbio mental empiezan a aparecer durante la infancia; el más raro de ellos es el autismo infantil y la hiperactividad.

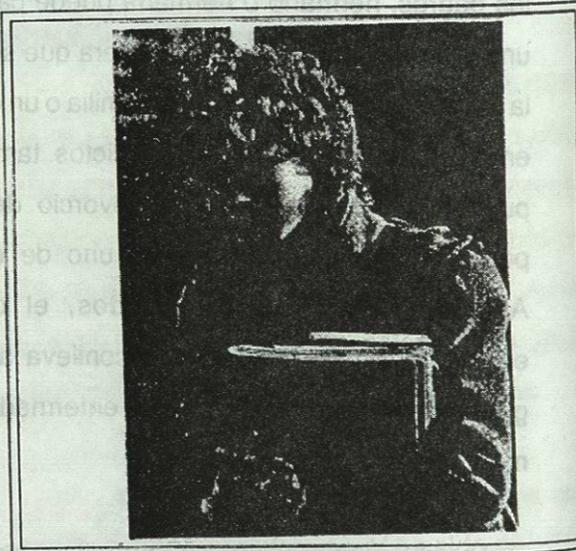


Fig. 3. La mayoría de las personas se deprimen algunas veces, sin embargo este estado no es duradero, por lo regular después de un periodo muy corto cambia su carácter.

### Tipos de alteraciones funcionales

Se pueden desarrollar en un ambiente que rodea a las personas afectadas por experiencias destructivas o por personas incomprendidas. Incluyen: alteraciones de carácter, ansiedad, somatomórficas y de personalidad.

#### Alteración en el carácter

La mayoría de las personas experimentan diferentes cambios en su carácter; durante el día se sienten felices, tristes o enojados. un desorden en el carácter de la persona es una condición grave en la que un solo y doloroso cambio de carácter transforma la personalidad del individuo. Hoy en día los doctores poseen mayor conocimiento sobre este mal y ayudan a sobrellevar a las personas que lo padecen. Las alteraciones en el carácter resultan por lo regular, de un desbalance químico que puede ser tratado con medicamentos. Estos comunmente envuelven depresión clínica o manía.

**Depresión clínica:** es un desorden mental en el cual se presentan constantes sentimientos de inutilidad y falta de esperanza. La gente que padece este mal pierde el interés en cualquiera de sus actividades, se siente muy angustiada por pequeños errores y cree que nadie le presta atención. Las personas con depresión clínica por lo regular no comen lo suficiente; o comen demasiado; sufren de insomnio, o duermen demasiado, tienen dificultades para concentrarse y por lo tanto presentan un pobre

desenvolvimiento en la escuela o trabajo. Una persona que tiene un pariente, hermano o hermana con depresión clínica tiene mayor posibilidad de desarrollar esta enfermedad que otra persona cuyos pariente no han sufrido dicha enfermedad mental. Pero la personalidad del individuo y el ambiente que lo rodea puede cambiar lo antes dicho. Las personas que presentan este mal, por lo regular, piensan en el suicidio. El riesgo de suicidio aumenta cuando las personas toman bebidas alcohólicas o drogas que causan depresión.

**La manía:** es lo contrario a la depresión ésta es un impulsivo cambio de carácter; la gente con manías habla rápidamente y se sienten muy felices o importantes. Algunas veces se sienten fuera de control. Por ejemplo, pueden comprar cosas muy caras que no necesiten. A pesar de que este tipo de personas aparenta ser muy felices, su gran energía puede determinar en una conducta violenta. La manía también puede terminar en agotamiento físico o mental.

#### Salud e Historia

Hace 3,000 años, aproximadamente, Saúl el primer rey de Israel sufría de síntomas que hoy se conocen como depresión clínica. Durante sus periodos de depresión Saúl le pedía al joven David que tocara el arpa para así ayudarlo a cambiar su estado de ánimo.