

## Ataques de pánico

● Pocos dimensionan la gravedad de los “Ataques de Pánico”. Este es un trastorno, no una enfermedad, que tiene que ver con una crisis generalizada de angustia y ansiedad.

Es importante conocer los síntomas, que pueden comenzar cuando

la persona demuestra un alto grado de angustia y ansiedad motivado por distintos problemas del pasado, del presente, de tipo económicos, familiares, etc, pero siempre existe un disparador que provoca estos ataques.

Todo comienza con mareos, sudor, taquicardia, sensación de opresión en el pecho que le impide respirar, además de una sensación de desmayo, y peor aún, la persona siente que va a morir.

El ataque de pánico tiene un componente de salud mental (ansiedad y angustia), y otro componente que es la somatización de ese dolor psíquico. Para quienes lo padecen, es una situación abrumante, incluso con riesgo de muerte debido a posibles accidentes al no reaccionar bien a los síntomas.

La buena noticia es que esto tiene solución a través de un tratamiento de forma dual, me refiero a la psicoterapia, que permitirá abordar los detonantes de estos ataques; y por otro lado está el tratamiento del componente orgánico, que trata el déficit de neurohormonas a través de la medicación, siempre controlada.

Por último, y algo no menor, las personas que padecen este trastorno deben ser comprendidas y constantemente acompañadas por sus familiares y seres queridos.

No le bajemos el perfil a la importancia de la salud mental, menos en Chile.

*Doctor Héctor Eyzaguirre*  
*Médico Psiquiatra*  
*doctoreyzaguirrev@gmail.com*