



Columna



Dr. Franco Lotito,
conferencista e investigador (PUC)

La enfermedad del miedo: los ataques de pánico

Si hay una enfermedad que causa verdadero terror en las personas afectadas, esta es, sin duda alguna, la crisis de pánico -llamada también ataques de pánico-, un trastorno que implica sufrir episodios repentinos de miedo intenso que se acompañan de síntomas físicos que pueden alcanzar su punto más álgido en minutos.

Las investigaciones indican que uno de los factores que contribuye a generar una crisis de pánico se relaciona con los ambientales, tales como experiencias estresantes, traumáticas o situaciones que generan ansiedad en la vida diaria de las personas y que pueden desencadenar el ataque de pánico, o bien, exacerbar los efectos de las crisis.

Y hoy en día, a raíz del alto nivel de delincuencia que vive nuestro país, con mucha inseguridad pública, balaceras por doquier -incluyendo balaceras en los colegios-, portonazos, abordazos, asaltos perpetrados por verdaderas jaurías de delincuentes, este trastorno se ha disparado en frecuencia e intensidad.

Al respecto del punto anterior, tenemos a cientos de miles de familias encerradas en sus casas, con miedo a salir de sus hogares a partir del momento en que comienza a oscurecer, por el temor -con carácter casi paranoico- de ser objeto de asaltos por sorpresa, de robos a mano armada, etcétera.

El perfil clínico o la sintomatología asociada al trastorno está muy bien definido, en relación con el cual, de súbito y de un momento a otro, una persona puede experimentar una crisis severa con presencia de los siguientes síntomas: taquicardia, sudoración profusa, temblores, mareos, gran dificultad para respirar, dolor y opresión en el pecho, una sensación de pánico y miedo descontrolado, en relación con el cual la persona piensa, incluso, que su muerte es inminente.

Este conjunto de síntomas aparecen abruptamente y se hace muy intenso en poco tiempo, pudiendo desaparecer al cabo de unos 15 a 20 minutos, dejando atrás, eso sí, una secuela de miedo y terror que, muchas veces, se convierte en el aspecto más difícil de extinguir y superar. A lo anterior se suma el hecho que la persona queda con la idea que el evento puede volver a repetirse en cualquier momento y lugar, lo que convierte a este trastorno en una constante preocupación que termina afectando seriamente la calidad de vida de la gente.

Un artículo publicado por la Clínica Dávila señala que alrededor de un 5% de la población de nuestro país ha sufrido una crisis de pánico, lo cual, luego de realizar un breve cálculo mental, entrega un resultado final más que preocupante en cuanto al número de personas afectadas.