

# Ansiedad

Otros nombres: Miedo, Nerviosismo

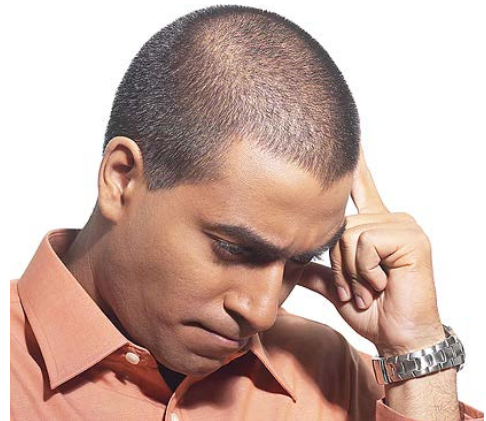


El miedo y la ansiedad es parte de la vida. Puede sentirse ansioso antes de presentar una prueba o al caminar por una calle oscura. Este tipo de ansiedad es útil - puede permitirle estar más alerta o ser más cuidadoso. Suele terminar poco tiempo después de que salga de la situación que la provocó.

Pero, para millones de personas en los Estados Unidos, la ansiedad no desaparece y empeora con el tiempo. Pueden sentir dolores en el pecho y tener pesadillas. Hasta pueden tener miedo de salir de sus casas. Estas personas tienen trastornos de ansiedad.

Los tipos incluyen:

- Trastorno de pánico
- Trastorno obsesivo-compulsivo
- Trastorno de estrés postraumático
- Fobias
- Trastorno de ansiedad generalizada



El tratamiento puede incluir medicinas, terapia o ambos.

Text is public domain by MedlinePlus ([www.medlineplus.gov](http://www.medlineplus.gov))

This handout, created by Healthy Roads Media ([www.healthyroadsmedia.org](http://www.healthyroadsmedia.org)) © 2014