

TABLA 1A**Niveles de evidencia**

- Ia Meta-análisis bien realizados, revisiones sistemáticas de ECA, o ECA con riesgo de sesgos bajo.
- Ib Meta-análisis, revisiones sistemáticas de ECA, o ECA con riesgo de sesgos elevado.
- IIa Revisiones sistemáticas de alta calidad de estudios de cohortes o casos-contrroles. Estudios de cohortes o casos-contrroles con riesgo de sesgos muy bajo y alta probabilidad de que la relación sea causal
- IIb Estudios de cohortes y casos-contrroles bien realizados y con riesgo de sesgos bajo y probabilidad moderada de que la relación sea causal.
- III Estudios no analíticos (Serie de casos).
- IV Opinión de expertos.

TABLA 1B**Grados de recomendación**

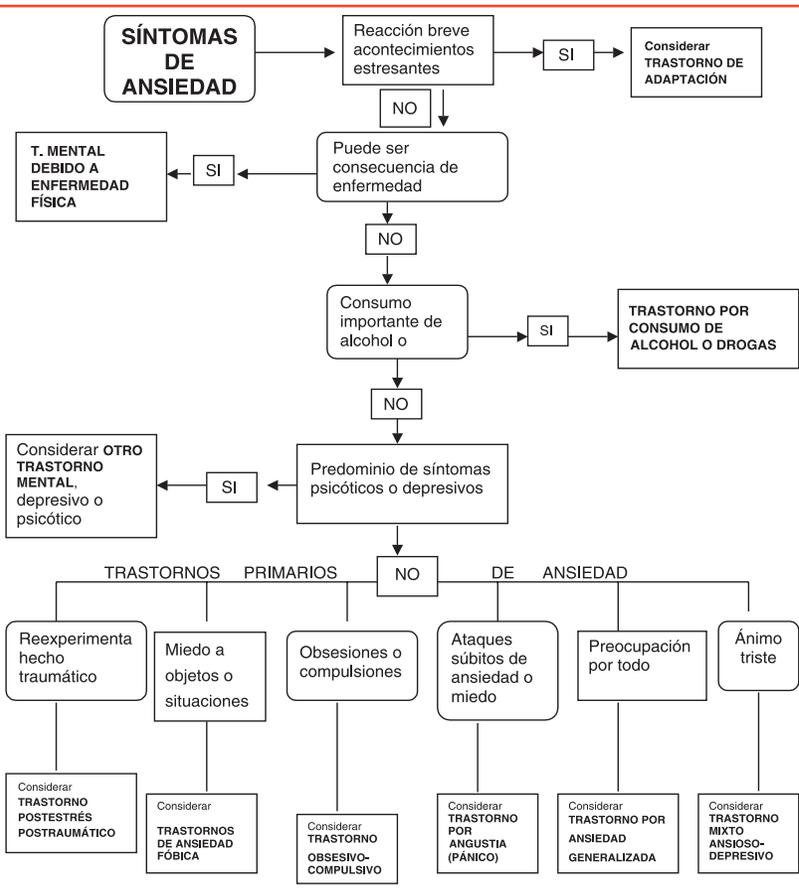
- A Al menos un meta-análisis, revisión sistemática de ECA, o ECA de nivel I directamente aplicables a la población diana, o evidencia suficiente derivada de estudios de nivel I, directamente aplicable a la población diana y que demuestren consistencia global en los resultados.
- B Evidencia suficiente derivada de estudios de nivel II, directamente aplicable a la población diana y que demuestren consistencia global en los resultados. Evidencia extrapolada de estudios de nivel I.
- C Evidencia suficiente derivada de estudios de nivel III, directamente aplicable a la población diana y que demuestren consistencia global en los resultados. Evidencia extrapolada de estudios de nivel I ó II.
- D Evidencia de nivel IV. Evidencia extrapolada de estudios de nivel I, II, ó III.
- S Opinión de expertos.

TABLA 2**Síntomas de ansiedad: físicos y psicológicos**

Síntomas físicos	Síntomas psicológicos y conductuales
Vegetativos: sudoración, sequedad de boca, mareo, inestabilidad.	Preocupación, aprensión.
Neuromusculares: temblor, tensión muscular, cefaleas, parestesias.	Sensación de agobio.
Cardiovasculares: palpitaciones, taquicardias, dolor precordial.	Miedo a perder el control o a volverse loco.
Respiratorias: disnea.	Dificultad de concentración, quejas de pérdida de memoria.
Digestivas: nauseas, vómitos, dispepsia, diarrea, estreñimiento, aerofagia, meteorismo.	Irritabilidad, inquietud, desasosiego.
Genitourinarias: micción frecuente, problemas de la esfera sexual.	Conductas de evitación de determinadas situaciones. Inhibición o bloqueo psicomotor. Obsesiones o compulsiones.

Equivalencias en la clasificación de los trastornos de ansiedad entre la DSM-IV y la CIE-10

DSM-IV-TR	CIE-10
	Trastorno de ansiedad fóbica
Fobia social	Fobias sociales
Fobia simple	Fobias específicas
Agorafobia sin crisis de angustia	Agorafobia
	Otros trastornos de ansiedad
Trastorno de angustia con agorafobia	Trastorno de angustia
Trastorno de angustia sin agorafobia	
Trastorno de ansiedad generalizada	Trastorno de ansiedad generalizada
	Trastorno mixto ansioso-depresivo
	Otro trastorno mixto de ansiedad
	Otros trastornos de ansiedad
Trastorno obsesivo-compulsivo	Trastorno obsesivo-compulsivo
	Reacciones de estrés y trastornos de adaptación
Trastorno por estrés postraumático	Trastorno por estrés postraumático
Trastorno por estrés agudo	Reacción de estrés agudo
	Trastorno de adaptación
	Trastornos disociativos
Trastorno de ansiedad debido a una enfermedad médica	
Trastorno de ansiedad inducido por sustancias	
	Trastornos somatomorfos
Trastorno de ansiedad no especificado	Otros trastornos neuróticos



ALGORITMO 1. Orientación inicial ante síntomas de ansiedad.

TABLA 4**Trastornos de ansiedad debidos a enfermedades médicas**

Causas tumorales	Páncreas , del SNC, feocromocitoma, carcinomatosis.
Trastornos neurológicos	Enfermedad de Wilson, Parkinson, Huntington, epilepsia temporal, esclerosis múltiple, encefalopatías, ACV, hemorragia subaracnoidea, encefalitis, migraña.
Trastornos endocrinos	Hiper o hipotiroidismo, hiperparatiroidismo, trastornos suprarrenales, insulinoresistencia, trastornos del postparto, síndrome de Cushing.
Causas infecciosas	Hepatitis, tuberculosis, sida, infecciones crónicas.
Déficits vitamínicos	De vit C, B12, folatos, niacina y tiamina.
Trastornos cardiorespiratorios	IAM, IC, HTA, arritmias, angor, prolapso mitral, hiperventilación, hipoxia, asma bronquial , edema agudo de pulmón.
Enfermedades sistémicas	LES, AR, arteritis temporal, PAN.

TABLA 5**Sustancias que producen trastornos de ansiedad**

Intoxicación	Fármacos	Supresión	Otros
Cafeína	Analgésicos	Alcohol	Metales pesados
Alcohol	Antiinflamatorios	Opiáceos	Organofosforados
Anfetaminas	Anticonceptivos	Cocaína	CO2
Cocaína	Adrenalina	Hipnóticos	Pintura
Inhalantes	Antidepresivos	Ansiolíticos	Gasolina
Alucinógenos	Antihipertensivos		
Cannabis	Antipsicóticos		
	Broncodilatadores		

TABLA 6**Definición de la crisis de angustia según el DSM-IV**

Aparición temporal y aislada de miedo o malestar intensos, acompañada de 4 ó más de los siguientes síntomas, que se inician bruscamente y alcanzan su máxima expresión en los primeros 10 minutos.

1. Palpitaciones, sacudidas del corazón o elevación de la frecuencia cardiaca.
2. Sudoración.
3. Temblores o sacudidas.
4. Sensación de ahogo o falta de aliento.
5. Sensación de atragantarse.
6. Opresión o malestar torácico.
7. Náuseas o molestias abdominales.
8. Inestabilidad, mareo o desmayo.
9. Desrealización o despersonalización.
10. Miedo a perder el control o a volverse loco.
11. Miedo a morir.
12. Parestesias.
13. Escalofríos o sofocaciones.

TABLA 7**Criterios diagnósticos del trastorno de angustia DSM-IV****Sin agorafobia****A. Se cumplen (1) y (2)**

1. Crisis de angustia inesperadas y recidivantes
2. Al menos una de las crisis se ha seguido durante un mes ó más de los siguientes síntomas:
 - a) Inquietud persistente ante la posibilidad de más crisis.
 - b) Preocupación por las implicaciones-consecuencias de las crisis.
 - c) Cambio significativo del comportamiento relacionado con la aparición de crisis.

B. Ausencia de agorafobia.

1. Las crisis de angustia no se deben a los efectos fisiológicos directos de una sustancia (fármacos o drogas) o a una enfermedad médica (hipertiroidismo).
2. Las crisis de angustia no pueden explicarse mejor por la presencia de otro trastorno mental.

Con agorafobia

Sólo cambia el punto B que requiere la presencia de agorafobia.

TABLA 8**Criterios diagnósticos del trastorno de ansiedad generalizada DSM-IV**

- A. Ansiedad y preocupación excesivas (expectación aprensiva) sobre una amplia gama de acontecimientos o actividades (rendimiento laboral o escolar), que se prolongan más de 6 meses.
- B. Al individuo le resulta difícil controlar este estado de constante preocupación
- C. La ansiedad y preocupación se asocian a tres o más de los siguientes, alguno de los cuales a persistido más de 6 meses (en los niños sólo se requiere uno)
 1. Inquietud o impaciencia
 2. Fatigabilidad fácil
 3. Dificultad para concentrarse o la mente en blanco
 4. Irritabilidad
 5. Tensión muscular
 6. Alteraciones del sueño (dificultad para conciliar o mantener o sueño no reparador).
- D. El centro de la ansiedad y de la preocupación no se limita a los síntomas de un trastorno del eje I (trastorno de angustia, fobia social, trastorno obsesivo-compulsivo, somatización, hipocondría, anorexia nerviosa)
- E. La ansiedad, la preocupación o los síntomas físicos provocan malestar clínicamente significativo o deterioro social, laboral o de otras áreas importantes de la actividad del individuo.
- F. Estas alteraciones no se deben a los efectos fisiológicos directos de una sustancia o enfermedad física y no aparecen exclusivamente en el transcurso de un trastorno del estado de ánimo, un trastorno psicótico o un trastorno generalizado del desarrollo.

TABLA 9**Criterios diagnósticos del trastorno mixto ansioso depresivo**

- A. Estado de ánimo disfórico persistente o recurrente que dura por lo menos un mes.
- B. El estado de ánimo se acompaña al menos durante un mes, de un mínimo de cuatro de los siguientes.
 - 1. Dificultad para concentrarse o tener la mente en blanco.
 - 2. Trastorno del sueño, dificultades para iniciar o mantener el sueño, o sensación de insatisfacción al despertarse.
 - 3. Fatiga o falta de energía.
 - 4. Irritabilidad.
 - 5. Preocupaciones.
 - 6. Llanto fácil.
 - 7. Hipervigilancia.
 - 8. Anticipación al peligro.
 - 9. Desesperanza ante el futuro.
 - 10. Baja autoestima o sentimiento de inutilidad.
- C. Estos síntomas provocan malestar clínicamente significativo o deterioro social, laboral o de otras áreas importantes de la actividad del individuo.
- D. Los síntomas no se deben a los efectos de una sustancia o enfermedad médica.
- E. Se cumplen las tres condiciones siguientes:
 - 1. Nunca se han cumplido los criterios diagnósticos para un trastorno depresivo mayor, trastorno distímico, trastorno de angustia o de ansiedad generalizada.
 - 2. En el momento actual no se cumplen criterios diagnósticos para cualquier otro trastorno de ansiedad o del estado de ánimo (aunque se encuentre en remisión parcial).
 - 3. Los síntomas no se explican mejor por la presencia de otro trastorno mental.

TABLA 10**Escala de depresión y ansiedad de Golberg**

Escala de ansiedad	Escala de depresión
1. ¿Se ha sentido muy nervioso, excitado o en tensión?	1. ¿Se ha sentido con poca energía?
2. ¿Ha estado muy preocupado por algo?	2. ¿Ha perdido el interés por las cosas?
3. ¿Se ha sentido irritable?	3. ¿Ha perdido la confianza en si mismo?
4. ¿Ha tenido dificultad para relajarse?	4. ¿Se ha sentido desesperado, sin esperanzas?
Si hay dos o más respuestas afirmativas seguir preguntando	Si hay respuestas afirmativa a cualquiera de las anteriores, continuar
5. ¿Ha dormido mal o tenido dificultades para dormir?	5. ¿Ha tenido dificultades para concentrarse?
6. ¿Ha tenido dolores de cabeza?	6. ¿Ha perdido peso por su falta de apetito?
7. ¿Ha tenido alguno de los siguientes síntomas: temblores, hormigueos, mareos, sudores, diarrea?	7. ¿Se ha estado despertando demasiado temprano?
8. ¿Ha estado preocupado por su salud?	8. ¿Se ha sentido enlentecido?
9. Ha tenido alguna dificultad para conciliar el sueño?	9. ¿Cree que ha tenido tendencia a encontrarse peor por las mañanas?

