

## NAHASMENDU MENTALAK NERABEZAROAN



Paul Serna eta Ane Baga  
DBH 3.A

## **AURKIBIDEA**

<i>SARRERA</i>	3
<i>MARKO TEORIKOA</i>	4
NAHASMENDU MENTALAK	4
ANTSIETATEA	4
DEPRESIOA	5
ANTSIETATE SOZIALA	5
ESKIZOFRENIA	6
TDAH	6
IKERKETA	8
<i>EMAITZAK</i>	10
<i>ONDORIOAK</i>	13
<i>BIBLIOGRAFIA:</i>	16

## **SARRERA**

Ikerketa honen helburua nerabeen nahasmen edo arazo mentalak a aztertzea da, eta horiek nola eragiten dieten eta ikastolak nola eragiten dien aztertzea. Ikerketarekin, halaber, ikastetxe guztiek psikologo bat edo gehiago behar dituztela frogatu nahi da, batez ere nerabeentzat, horiek pairatzeko arrisku handia baitute. Hauek dira aztertu diren nahasmendu eta gaixotasun mentalak: depresioa, antsietatea, antsietate soziala, TDAH, TID eta eskizofrenia. Horietako batzuk aukeratu dira, hala nola depresioa, antsietate soziala, antsietatea eta TDAH, kolektibo horren artean nahiko ohikoak baitira. Aldiz, AGHA eta TID aukeratu dira, hain ohikoak ez izan arren nerabeei dezente eragiten baitiete. Horretarako, test bat egin da, eta, bertan, buruko gaixo bakoitzaren sintoma ohikoenetako batzuk galdetzen dira.

## **HIPOTESIA**

Ikerketa honekin, pertsonetan eta espezifikoki nerabeetan dauden nahasmendu mentalak identifikatuko dira eta horrek prebenitzeko moduak emango dira , gainera identifikazio azkerraren garrantzia eta neurriak hartzeko moduak emango dira. Azkenik nerabezaroan zehar psikologo baten behartasuna azaldua eta argudiatua izango da.

## **MARKO TEORIKOA**

### NAHASMENDU MENTALAK

Gaixotasun edo nahasmendu mentalak haien pentsamenduan, sentimenduetan, aldarlean eta portaeran eragina duten afekzioak dira. Noizbehinkakoak edo iraunkorrak izan daitezke (kronikoak). Besteekin erlazionatzeko eta egunero funtzionatzeko gaitasunari eragin diezaioke. Ez dago gaixotasun mentalaren kausa bakar bat ere. Hainbat faktorek eragin dezakete pairatzeko arriskua, adibidez: Geneak eta familia-historia, bizitzan izandako esperientzia, estresa edo abusua, batez ere haurtzaroan edo faktore biologikoak

### **Nahasmendu mentalak eta hezkuntzaren erlazioa**

Haurtzaroko osasun fisikoko arazoak erraz detektatzen dira ikastetxean. Ildo horretan, osasun fisikoaren garrantziari buruzko sentsibilizazio-jarduerak egin ohi dira, nutrizioan, higiean edo kirolean oinarrituta. Hala ere, osasun fisiko eta mentaleko arazoak agertzeko probabilitatea antzekoa den arren, azken horri ez zaio maiztasun berarekin heltzen eskola-testuinguruan.

### ANTSIETATEA

Antsietate-nahasmenduak dituzten pertsonak kezka eta beldur handiak, gehiegizkoak eta iraunkorrak izaten dituzte eguneroko egoerei buruz. Adituek ez dakite zehazki zerk eragiten dituen antsietate-nahasmenduak. Badirudi zenbait alderdik esku hartzen dutela, hala nola genetikak, garunaren biokimikak, borrokaren edo ihesaren erantzun hiperaktibo batek, ikasitako bizitzaren eta portaeraren inguruabar stresagarriek. Tratatu ez bada, antsietate-nahasmenduak ondorio larriak izan ditzake. Adibidez, izu-eraso errepikariak izan ahal dituzte. Jokabide iheskor horrek arazoak sor ditzake laneko eskakizunekin, familia-betebeharrekin edo eguneroko bizitzako oinarritzko beste jarduerak batzuekin gatazkan badago. Hainbat ikerketak frogatu dute bai jokabide-terapia, bai kognitibo- eta jokabide-terapia (CBT) oso eraginkorrak izan daitezkeela antsietate-nahasmenduak tratatzeko.

### **Nola afektatzen du ikasgelan antsietatea ?**

Antsietate-maila handiek murriztu egiten dute ikaskuntzaren eraginkortasuna; izan ere, arreta, kontzentrazioa eta atxikipena murrizten dituzte, eta, ondorioz, eskola-errendimendua okertu egiten da. Oso irrikatsuak direnek zailtasunak dituzte arreta jartzeko, erraz distraitzen dira.

### DEPRESIOA

Depresioa nahasmendu mental ohikoa da, eta honako ezaugarri hauek ditu: tristura, edo interesa galtzea, erru-sentimenduak edo autoestimurik eza, loaren edo gosearen nahasmenduak, neke-sentsazioa eta kontzentrazioerik eza.

Depresioa duen lehen mailako senidea duten pertsonak ere depresioa izateko arrisku handiagoa dute bi edo lau aldiz. Bestalde, gertaera stresagarri batzuk depresioa eragin dezakete ere.

Mota asko daude; *depresio handia* (depresio mota larriena da. Gutxienez 2 asteko iraupena duten depresio-gertakari bat edo batzuk agertzeagatik bereizten da. ), edo *depresio psikotikoa* ( depresio nagusiaren azpimota bat da, gaixotasun depresibo larri batek psikosiren bat duenean agertzen dena )

Depresio larria duten pertsonak biztanleria orokorrak baino arrisku suizida handiagoa dute. Horregatik, garrantzitsua da lehenbailehen aurkitzea eta tratatzea. Haren tratamendu ideala depresioaren azpimotaren ezaugarri espezifikoaren arabera izango litzateke. Funtsean, tratamendua psikoterapiak ( segurtasuna, konfiantza, ulermena eta laguntza emozionala eskaintzen ditu ) eta farmakoterapiak ( antidepresiboak, antsiolitikoak eta beste farmako laguntzaile batzuk erabiltzen dira ) osatzen dute.

### **Nola afektatzen du ikasgelan depresioak ?**

Depresioak kontzentrazioari, erabakiak hartzeari, arretari, interes-galerari, frustrazioari, minusbalotasun-sentimenduari, erru-sentimenduari, motibazio-faltari, frustrazioarekiko tolerantzia baxuari eta abarri eragin diezaieke. Gainera, sintoma horiek egoteak arazoak eragin ditzake jardun akademikoan, pertsonak ez baitu bere ahalmen osoa emango.

### **ANTSIETATE SOZIALA**

Ohikoa da egoera batzuetan urduri sentitzea adibidez aurkezpen batean edo halako egieratan, baina antsietate sozialeko transtoan (fobia soziala) eguneroko ekintzak beldurra, izugarritzko antsietatea, segurtasun eza eta lotsa sortzen dute jendearen iritzari beldur direlako. Fobia sozialean, beldurra eta segurtasun eza, bizitza aldatu ahal diote gaixo dagoen pertsona bati, Estres larria, errutina, lana, ikasketak eta halako ekintzak kaltetu ahal ditu. Antsietate soziala, garunaren osasunaren gaixotasun bat da, orduan, ekintzei eta arazoei aurre egiteko psikoterapia edo medikamentuak behar dira, eta oso lagungarriak izan ahal dira sendatzeko. Sure konfiantza zuregan eta jendearekin interaktatzeko ahalmena lortu behar dira.

### **Nola afektatzen du ikasgelan antsietate sozialak ?**

Espainiako nerabeen % 20k antsietate sozialaren-sintomaren bat du (Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia (sema)). Arazoa ez da erraz antzematen; izan ere, beste portaera edo arazo mediko batzuen azpian ezkutatzen da.

Nerabeen kasuan, beren zailtasunak heldutasun faltari egozten zaizkio maiz, edo beren ondorez herabetasun gisa hutsaltzera jotzen da. Interpretazio horrek garrantzia kentzen dio sintomen larritasunari; izan ere, sintoma horiek esperimintatzen ari dira, eta denbora oso baliotsua igarotzen uzten dute.

### **ESKIZOFRENIA**

Gaixotasun psikologiko eta kroniko oso larria da eskizofrenia. Sintoma ohikoenak dira: Errealitatearekin apurketak, sinesmen faltsuak, aluzinazioak, delirioak...

Sintoma hauek 17 urtetatik haurrera hasten dira gehienetan eta esin da sendatu, baina ba daude moduak.

### **Nola afektatzen du ikasgelan Eskizofreniak?**

Eskizofrenia gaixotasuna ez da agertzen 17 urte baino txikiago diren pertsonetan baina 20 urte baino lehen izaten duen jendea, txikitako indarkeria, eraso etab arazogaitik izaten da. Baina egia da 17 urte baino lehen sintomak agertu ahal direla.

### TDAH

TDAH siglek esan nahi dute arretaren defizitagatiko nahasmendua hiperaktibitatearekin. Hiperaktibitate larria, inpultsibotasuna eta arretarik eza ditu ezaugarri, eta haurtzaroan agertzen den asaldura psikologiko mota bat da.

Bi TDAH mota daude, arreta-defizita eta hiperaktibitatea. Lehenengo motak arreta maneiatzeko lotutako sintomak aurkezten du. Berriz, bigarrenak hiperaktibitate sintomak aurkezten dituzte, adibidez; etengabe mugitzeko beharra edo bulkadak kontrolatzeko zailtasuna.

Sintoma batzuk nerabeengan sor edo areagotu daitezke, haurtzaroan agertu ez badira ere. Ingurunearen eskakizunak areagotzeak eragin dezake TDAHak nerabearen bizitza gehiago oztopatzea. Exijentzia-maila handitze horrek zailtasun erantsiak sor diezazkieke.

Terapia psikologikoa ezinbestekoa da familiak, eskola-inguruneak eta haurrak berak estrategia konduktualak eta kognitiboak behar bezala lantzeko. Bi terapiak ebidentzia zientifikoa erakutsi dute: jokabide-terapia ( jokabidea aztertzen du, jokabidea desegokia izatea eragiten duten faktoreak identifikatzen ditu) eta terapia kognitiboa ( kognizioa hainbat prozesuk osatzen dute, hala nola ikaskuntzak, arretak, erabakiak hartzeak eta terapia kognitiboak )

### **Nola afektatzen du ikasgelan TDAH-a ?**

TDAHk eragina izan dezake ikasleek kontzentratzeko, arreta jartzeko, entzuteko edo eskolako lana egiteko duten gaitasunean. TDAHak ikasle bat urduri, mugikor, gehiegi hitz egin edo klasea etetea ere eragin dezake. Litekeena da TDAH duten hurrek ere eskolan arazoak sortzen dizkieten ikaskuntza-nahasmenduak izatea.

### TID

#### **Identitate disoziatiboaren nahasmendua**

Identitate disoziatiboaren nahasmenduan, lehen nortasun anizkoitzaren nahasmendua deitzen zitzaienez, pertsona bi identitate desberdinen kontrolpean dago, txandaka. Gainera, pertsonak ezin du gogoratu normalean erraz gogoratzen zuen informazioa, hala nola eguneroko gertaerak, informazio pertsonal garrantzitsua eta/edo gertaera traumatiko edo estresagarriak.

Haurtzaroan gertaturiko gertaera estresagarri batek bere esperientziak nortasun bakar batean sartzea eragotz diezazkieke haur batzuei. Ez da oso ohikoa arazo hau

eukitea, bakarrik %1,5 du gaixotasun hau baina seriotasunez erantzun behar da dauden kasuei.

## Nola afektatzen du ikasgelan TID-a?

Pertsonak bi identitate edo gehiago ditu, eta oroimen-hutsuneak ditu eguneroko gertaeratarako, informazio pertsonal garrantzitsurako eta gertaera traumatiko edo estresagarrietarako, bai eta beste sintoma asko ere, hala nola depresioa eta antsietatea.

Identitateak bi mota ezberdinetan interpretatu ahal ditu gaixoak:

- Jabetza modua:

Jabetza moduan, pertsonaren identitateak pertsonaren kontrola hartu duen kanpoko agente bat balitz bezala agertzen dira. Kanpoko agente hori naturaz gaindiko izaki edo espiritu gisa deskriba daiteke (sarritan, deabru edo jainko bat, iraganeko ekintzengatik zigorra eska dezakeena), baina, batzuetan, beste pertsona bat da (sarritan hil den norbait, batzuetan modu dramatikoan).

- Ez jabetzako moduan

Ez jabetzeko moduak ez dira hain nabarmenak besteentzat. Pertsonak bat-bateko alterazioa nabari dezake bere buruan, agian bere diskurtso, emozio eta ekintzen behatzaile gisa sentituz, agentea izan beharrean.

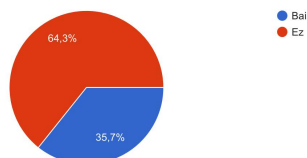
## ESPERIMENTAZIOA

Ikerketa honen esperimenturako 7 zatitan banatzen den inprimaki bat sortu da, bat ikertu dugun buru-nahaste bakoitzarentzat eta, ondoren, eskolak osasun mentalean nola eragin ahal izan duen jakiteko bi galdera. Galderak, gehienbat, nahasmendu bakoitzaren sintomak dira, eta ulermenerako ahalik eta argien azaldu dira.

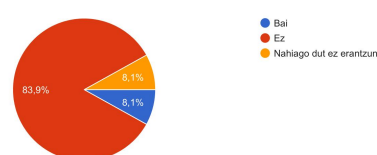
[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdgqhv-nwlmK\\_WRcyFxAuHmVoNMc-fE2PbJBHJY7eYoxh6cWA/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdgqhv-nwlmK_WRcyFxAuHmVoNMc-fE2PbJBHJY7eYoxh6cWA/viewform?usp=sf_link)

## EMAITZAK

Inoiz psikologora joan zara?  
56 erantzunak



Heriotza edo suizidio pentsamendu errepikariak dituzu edo izan dituzu?  
62 erantzunak



[https://docs.google.com/spreadsheets/d/1s7B86GoCB\\_Mk4QeOUBXwNy1Dhdtydr2\\_48-h9O9JoEc](https://docs.google.com/spreadsheets/d/1s7B86GoCB_Mk4QeOUBXwNy1Dhdtydr2_48-h9O9JoEc)

## **ONDORIOAK**

### **Hipotesia:**

Ikerketa honekin, pertsonetan eta espezifikoki nerabeetan dauden nahasmendu mentalak identifikatuko dira eta horrek prebenitzeko moduak emango dira, gainera identifikazio azkerraren garrantzia eta neurriak hartzeko moduak emango dira. Azkenik nerabezaroan zehar psikologo baten behartasuna azaldua eta argudiatua izango da.

### **Bete da?**

Hipotesia bete egin da nahasmendu mental ohikoenak identifikatu, deskribatu eta prebentzio modua ezberdinak eman direlako. Gero, identifikazio moduak azaldu dira eta prebentzio arinaren garrantzia azaldua izan da gaixotasun bakoitzaren sekuelak eta sintomak azaltzean. Amaieran, ondorio orokorrean, psikologo baten garrantzia azaldua eta argudiatua izan da.

### **Ondorio orokorra**

Oro har, jende gehienak (% 64,3 ) ez dira inoiz psikologora joan. Psikologo batera joatea beti izan da gai tabu bat gizartearentzat; izan ere, nahasmendu mental batzuk eta haiek zelako eragina izan ahal daben nerabe baten bizitzan aztertu ondoren, ondorio orokor hau aterata da: gomendagarria da psikologora joatea, medikura josten den bezala. Nahiz eta gaixotasun larririk ez eukin, oso onuragarria da osasunerako psikologora joatea noiz behin. Psikologo batek bizitzaren karga extrak kentzen laguntzen du, pertsona hobea bihurtzen zaitu, mugak eukitea irakasten du eta abar. Horrez gain, haur txikiek ezegonkortasunen bat garatu dezakete, eta ona da beti hasieratik tratatzea gaixotasun asko umetan tratatzea errazak baitira, baina haztean, arriskutsuagoak eta zailago sendatzeko bihurtzen dira eta.

Beste aldetik, ikastolan psikologo bat eukitea garrantzitsua da. Psikologo honek nahasmenduak identifikatzen lagundu ahal du. Gainera, estrategiak ematen dituzte gizarte eta komunikazio-trebetasunak garatzeko, haserrea maneiatzeko, autokontrola eta beste aspektutan laguntzen du. Nerabeengan arreta jarritz gero, beharrezkoa da psikologo bat eukitea, psikologo horrek nerabeen bizitzan hainbat modutan lagundu baitezake. Hitzaldi orokorrak antolatuz non estresa nola maneiatzea azaltzen da edo saio pribatuak non nerabeek nola sentitzen diren adierazi ahal dabe. Honelako ekintzak onurak eukin ahal dabe ikasletan, adobidez suizidioa edo depresioa prebenitu ditzakete. Gainera, horiek hautematean, ikasleen eskola-errendimendua hobetuko litzateke.

### **Antsietatea**

Orokorrean erantzunetan ikusten dena da jendearen parte handia, batzutan, antsietate sintoma ezagunak aurkezten dabe. Hala nola, azkenaldian gehiegi kezkatzea eguneroko arazoie buruz edo bere buruarekiko pentsamendu negatiboak eukitea. Horrez gain, askok (%22,6) beti edo ia beti hankak mugitzeko beharra sentitzen dabe eta %21 koate egiten zaie kontzentratzea, pentsatzea eta orokorrean ikastea. Datu honek oso garrantzitsuak dira ikasgelara zuzenean afektatzen du. Ondorioz, pertsona kantitate askok antsietatea izateko posibilitate asko dute eta hau haien ikastolako errendimenduari afektatu ahalko du modu handian. Antsietatea detektatzea klasean ez da oso zaila, normalean antsietatea duten pertsonak nahiko urduri jartzen dira azterketa bat baino arinago edo notak eman baino aurretik.

Honelako situazioak ez badira konpotzen arin, antsietatea haunditu ahal da eta bizitzaren beste aspektu batzuetara heldu ahal da eta osasunerako arriskuak sortu ahal ditu. Askotan antsietatea ikasgelan sortutako estresagaz hasten da horregaitik, estresa edo antsietatea sortzen duten egoerak identifikatzea ( Adib : azterketa garaia ) garrantzitsua da eta momentu horretarako preparatzea beharrezkoa da.

### **Depresioa**

Formularioaren erantzunak aztertu ostean ondorioztatu ahal da ikasle gehienak azken hilabeteetan ez direla triste edo sumikur sentitu eta heriotza/suizidio pentsamendu errepikakorrak ez dabela eukin. Orokerran, ikasle ehuneko gutxi adierazi dabe depresio sintoma ohikoenak. Baina, aipatzeko garrantzitsua da erdia baino gehiago ( %53,4 ) sensibleak dira porrotarekin eta gaitzespenarekin, gaur egun oso normala da eta ikasketekin erlazioa eukiten du ohi. Hau garrantzitsua da ikasleek porrotari beldurra badaukate ez du bakarrik nerabezaroan bakarrik eragingo, baizik eta epe luzerako arazoa bihurtu ahal litzateke eta lehenbailehen konpondu behar da. Horrez gain, horrelako gauza txikiak depresio larri bat bihurtu ahal dira arin ez badira detektatzen eta tratatzen eta asurik txarrenetan depresioa suizidioa eragin dezake. Pertsona depresibo bat identifikatzea garrantzi handia du depresioak ondorio txarrak dituelako, horregaitik gomendagarria da harremana mantentzea lagun eta senideguz, ariketa erregularra egitea eta elikadura eta lo ohitura erregularrak eukitea.

### **TDAH**

TDAH-ak eragin handia du klasean, arreta galtzeagatik edo hiperaktibitateagatik. Antzemateko erraza dirudien arren, ez da hain erraza; nerabe askok TDAH-aren sintomak aurkezten dituzte, baina ez direnez nahiko argiak ( Adib : pertsona despistatua da edo arreta-defizita du, energia asko du eta ezin da geldirik egon edo hiperaktiboa da ) oso zaila da detektatzea TDAH. Formularioan erantzun dena ikusten ikasle askok arreta galtzeko erraztasuna dute eta zerbait egiten egon behar dira. Beste aldetik, formulario erantzun daben pertsona gehienek ez dute beste TDAH sintomarik nabaritzen haiengan, hala nola, eskatzen denean jesarrik eta geldi egotea edo norbaitek hitz egitean nahiz eta arreta jarri diruditzea beste mundu baten dagola. Orokorrean, TDAH-ak ikaslearen kapazitate akademikoan eragina du zuzenean, horregaitik garrantzitsua da hau detektatzea eta klasean tratatzea. Adibidez, erronka txikiak eta laburragoak hobeto funtzionaten dabe, atsedanak eukitzea laguntzen du ( TDAH duten nerabeek arreta jartzeak ahalegin handia eskatzen du eta asko neke ahal du ) eta ikasgelako distrakzioak minimizatzea laguntzen du ere.

### **Antsietate soziala**

Jende gehienak (%61,3) bezte pertsonen aurrean dagoenean urdiritzen dela erantzun du. Hau ez da batere arraroa gazteen artean, ehuneko oso handia antsietate soziala sufritzen duelako eta hare gehiago da jendea horrelako sintomak sufritzen duenak (urduritasuna jendearen aurrean,deserosotasuna, beldurra...) Hori oso erreza da nabaritzea sintomak oso ikusgarriak direlako, horregaitik adituek ez diote garrantzia handia ematen gaixotasune honen detekzioari. Hurrengo gladeran, jendeak gehienak (%51,6) haien sentimenduak kanporatzen dituztela erantzun dute



baina bezte zenbaki oso handia (%38,7) haientzat gordetzen dituzte, hau oso kaltegarria eta arriskitsua izan ahal da batzuetan, estresa, antzietate sozialean etab gaixotasunetan deribatu ahal du. Gainera kanporatzen ez duen jende gehiena lotsagaitik egiten du. Orduan jendeak haien sentimenduak kanporatuko balitu, kasu gutxiago egongo ziren. Eta lotsa ematen dion jendeari, aholku moduan, lagunekin eta erlazio estuekin haztea izango zen lehenengo hurratsa, eta gero hubetzen juango zen egoera.

### **Eskizofrenia**

Eskizofreniari buruz egindako galdetegian, erantzunen arabera, ez dira oso ezhoikoak izan, eskizofreniaren sintomak 17 urteetan hazten dira eta galdetegiko erantzun gehienak jende gazteagoari eginda daude. Baina erantzun asko pixka bat arreta deitzen dute, eta erantzun batzuk oso harrigarriak dira. Adibidez, %40,7 batzutan ez dakite pentsatzen dutena errealala ala fikziozkoa den eta ez dira haien pentsamendutaz fidatzen. Gainera %14 haien pentsamenduak eta sentimenduak kontrolatzen dituztela askotan pentsatzen dute. Erantzun gehienak ez dira kezkarriak, hau da, ez dago arrisku handirik erantzun dutenak eskizofrenia sufritzen dutela.

### **TID**

TID-aren detekzioa askoz zailagoa da bezte gaixotasun batzurekin konparatuz, horregaitik, irudimenezko lagun bat izatea TID-aren sintoma bat izan ahal da, ala ez, eta gaixotasun honen detekzioa prozezu oso luze eta gogor bat behar da. Emaizetan, (%29) irudimenezko lagun bat izan du eta TID-aren gaixo gehienek ere irudemenezko lagunak izan ituzte, baina honek ez du esan nahi irudimenezko lagun bat izateagaitik TID daukala. Berdina gertatzen da sentimendu aldaketekin, (%52) jasaten ditu eta hori TID-aren aparte, bezte gaixotasunen sintoma izan ahal da, edo bakarrik adinagaitik edo bezte faktore batzuegaitik. Gainera jende gehienak TID-aren hautzaroaren erlazioari buruz, traumak edo arazoaren erantzuna eman dute. Hau da, txikitzen arazoak izateagaitik nagusitan TID daukate (eta ez hain nagusitan). Eta guztiz arrazoia dute horretan.

## **BIBLIOGRAFIA:**

### **NAHASMENDU MENTALAK**

- <https://medlineplus.gov/spanish/mentaldisorders.html>
- <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
- <https://comunicasalasaludmental.org/guiadeestilo/la-salud-mental-en-cifras/>

### **ANTSIETATEA**

- <https://kidshealth.org/es/teens/anxiety-esp.html>
- <https://psicologiaymente.com/clinica/tipos-de-ansiedad>
- <https://www.psicoglobal.com/ansiedad/>

### **DEPRESIOA**

- <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/depression-sp/index.shtml>
- <https://www.saludcastillayleon.es/AulaPacientes/es/guia-depresion/tipos-depresion>
- <https://ifightdepression.com/es/for-all/subtypes-of-depression>

### **TDAH**

- <https://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/adhd/diagnosis.html>
- <https://www.fundacionadana.org/definicion-tdah/>
- <https://www.isep.es/actualidad-educacion/tipos-tdah-caracteristicas/>

### **ANTSIETATE SOZIALA**

- [https://es.wikipedia.org/wiki/Trastorno\\_de\\_ansiedad\\_social](https://es.wikipedia.org/wiki/Trastorno_de_ansiedad_social)
- <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/social-anxiety-disorder/symptoms-causes/syc-20353561>
- <https://kidshealth.org/es/teens/social-phobia-esp.html>

### **ESKIZOFRENIA**

- <https://www.esquizofrenia24x7.com>
- <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/schizophrenia/symptoms-causes/syc-20354443>
- <https://medlineplus.gov/spanish/schizophrenia.html>

### **TID**

- <https://www.salud.mapfre.es/cuerpo-y-mente/psicologia/trastorno-de-identidad-disociativo-tid/>
- [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1130-52742017000100006](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-52742017000100006)