

Andrea Lizeth Naranjo-Barrionuevo; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán; Raúl González-Salas; Mario Fernando Rivera-Escobar

<https://doi.org/10.35381/s.v.v7i2.3477>

La neurolingüística como herramienta para disminuir trastornos de ansiedad

Neurolinguistics as a tool to reduce anxiety disorders

Andrea Lizeth Naranjo-Barrionuevo

pg.andrealnb01@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de Los Andes, Ambato, Tungurahua Ecuador

<https://orcid.org/0009-0001-9981-8229>

Álvaro Raúl Peralta-Beltrán

pg.docenteapb@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de Los Andes, Ambato, Tungurahua Ecuador

<https://orcid.org/0000-0003-0839-3518>

Raúl González-Salas

ua.raulgonzalez@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de Los Andes, Ambato, Tungurahua Ecuador

<https://orcid.org/0000-0003-1623-3709>

Mario Fernando Rivera-Escobar

pg.mariofre77@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de Los Andes, Ambato, Tungurahua Ecuador

<https://orcid.org/0000-0001-6878-2756>

Recepción: 15 de abril 2023

Revisado: 23 de junio 2023

Aprobación: 01 de agosto 2023

Publicado: 15 de agosto 2023

Andrea Lizeth Naranjo-Barrionuevo; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán; Raúl González-Salas; Mario Fernando Rivera-Escobar

RESUMEN

Objetivo: Analizar el nivel de incidencia de la Neurolingüística en la disminución de los trastornos de ansiedad en los del instituto SALC de la ciudad de Ambato – Ecuador. **Método:** Descriptiva observacional. **Resultados:** Entre la edad y el nivel de ansiedad en el género masculino, existe un nivel de ansiedad *leve* representado con el 29,41% y un 11,76% con un nivel de *ansiedad moderada-grave*. **Conclusiones:** Dejar que los niveles de ansiedad se desencadenen podrían traer varias afluencias dentro de los trabajadores de dicho instituto, entre ellos, puede afectar la capacidad de realizar ciertas tareas de manera rápida y eficiente, ya que será difícil tomar un nivel de concentración adecuado, puede quitar tiempo y hacer que la persona no se concentre en otras actividades, reduciendo energía y a la vez aumentar el riesgo de que sufrir depresión.

Descriptor: Intervención en la crisis (psiquiátrica); estrés psicológico; inteligencia emocional. (Fuente: DeCS).

ABSTRACT

Objective: To analyze the level of incidence of Neurolinguistics in the reduction of anxiety disorders in the SALC institute in the city of Ambato - Ecuador. **Method:** Descriptive observational. **Results:** Between age and anxiety level in the male gender, there is a level of mild anxiety represented with 29.41% and 11.76% with a level of moderate-severe anxiety. **Conclusions:** Letting anxiety levels be triggered could bring several consequences within the workers of such institute, among them, it can affect the ability to perform certain tasks quickly and efficiently, since it will be difficult to take an adequate level of concentration, it can take time and make the person not to concentrate on other activities, reducing energy and at the same time increasing the risk of suffering depression.

Descriptors: crisis intervention; stress, psychological; emotional intelligence. (Source: DeCS).

Andrea Lizeth Naranjo-Barrionuevo; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán; Raúl González-Salas; Mario Fernando Rivera-Escobar

INTRODUCCIÓN

Las manifestaciones clínicas principales de los trastornos de ansiedad son un estado de anticipación aprensiva y dificultad para controlar la preocupación, y uno de los posibles síntomas asociados es la dificultad para concentrarse o quedarse con la mente en blanco o también conocido como estado de “stand by”.¹ La característica principal del TAG es tener una preocupación y ansiedad por más de la mitad de los días durante al menos 6 meses y difíciles de controlar sobre un número de acontecimientos o actividades tales como el rendimiento laboral o académica.^{2 3 4 5 6}

La ansiedad y sus efectos traen consigo un desgaste emocional y comportamental demasiado serio y complicado. Los estudios sobre la ansiedad han aportado información valiosa a las poblaciones actuales que experimentan la ansiedad. La ansiedad es una reacción emocional ante una amenaza o un conflicto. Tanto los adultos como los adolescentes y los niños experimentan ansiedad, esta se presenta con mayor frecuencia en la sociedad moderna, se dice que la ansiedad es una característica de la época actual.^{7 8 9 10}

El objetivo de este trabajo es analizar el nivel de incidencia de la Neurolingüística en la disminución de los trastornos de ansiedad en los del instituto SALC de la ciudad de Ambato – Ecuador.

MÉTODO

Descriptiva observacional

La población de investigación está formada por 17 integrantes del instituto de inglés South American Language Center Ambato – Ecuador.

Aceptados dentro de los criterios de inclusión que son, personas mayores de 18 años, con tipo de contrato eventual, ocasional, e indefinido, que laboren ocho horas, que se encuentren trabajando en el área administrativa y operativa de la institución.

Andrea Lizeth Naranjo-Barrionuevo; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán; Raúl González-Salas; Mario Fernando Rivera-Escobar

Por otro lado, los criterios de exclusión son, personal que no sea del área administrativa o a la vez operativa, que no labore las ocho horas, que se encuentre haciendo itinerancia, pasantías o reemplazando a un trabajador del instituto.

Se aplicó la Escala de Ansiedad de Hamilton (Hamilton Anxiety Scale), la cual está conformada por 14 ítems, siendo 13 referentes a signos y síntomas ansiosos y el último que valora el comportamiento del paciente durante la entrevista.^{11 12}

Se aplicó estadística descriptiva.

RESULTADOS

En relación con la edad y el género se entiende que los trabajadores con el género prevalente es el de los hombres en un 64,70% y en cuanto a la edad el rango que prevalece es de 25 a 34 años el 47% tanto en género masculino como femenino.

La comparación entre el género y el nivel de ansiedad, el género masculino es el más alto con un nivel de *ansiedad leve* que representa el 29% y en cambio tanto el género masculino como femenino muestra un nivel de ansiedad *moderado-alto*, representado por el 11,76% cada uno.

La edad y el nivel de ansiedad en cuanto al género femenino, se tiene un 11,76% de cada nivel, es decir *no ansiedad*, *ansiedad leve* y *ansiedad moderada-grave*.

Entre la edad y el nivel de ansiedad en el género masculino, existe un nivel de ansiedad *leve* representado con el 29,41% y un 11,76% con un nivel de *ansiedad moderada-grave*.

DISCUSIÓN

Hasta donde sabemos, no existe ninguna revisión sistemática previa que defina el perfil neuropsicológico del TAG. Debido a las consecuencias clínicas y funcionales de los síntomas cognitivos en estos pacientes, se necesitan futuros estudios que permitan un mejor conocimiento en este campo: incluir muestras más amplias de

Andrea Lizeth Naranjo-Barrionuevo; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán; Raúl González-Salas; Mario Fernando Rivera-Escobar

pacientes; controlar variables que eventualmente podrían modificar la asociación entre síntomas cognitivos y TAG, como el tratamiento farmacológico y la depresión comórbida; centrándose en pruebas neuropsicológicas específicas para el TAG; y evaluar el efecto del tratamiento farmacológico y psicológico sobre los síntomas cognitivos en pacientes con TAG.¹

La Programación Neurolingüística, utiliza los patrones universales de comunicación y percepción que tienen las personas para reconocer e intervenir en procesos diversos tales como: el aprendizaje, la terapia, el afrontamiento del estrés, la negociación, la gestión de conflictos, la superación de fobias, entre otros aspectos.¹³ La depresión puede ser una complicación de la ansiedad y la ansiedad puede complicar la depresión. La naturaleza de su relación ha sido fuente de controversia. Las revisiones generalmente basan sus conclusiones en metaanálisis y ensayos controlados aleatorios que se refieren al paciente promedio y a menudo chocan con la variedad de presentaciones clínicas que pueden ocurrir cuando coexisten la ansiedad y la depresión.^{14 15}

CONCLUSIONES

Dejar que los niveles de ansiedad se desencadenen podrían traer varias afluencias dentro de los trabajadores de dicho instituto, entre ellos, puede afectar la capacidad de realizar ciertas tareas de manera rápida y eficiente, ya que será difícil tomar un nivel de concentración adecuado, puede quitar tiempo y hacer que la persona no se concentre en otras actividades, reduciendo energía y a la vez aumentar el riesgo de que sufrir depresión. No obstante, también se darán problemas físicos, problemas digestivos o intestinales, como el síndrome del intestino irritable o úlceras, dolores de cabeza y migrañas, dolor y enfermedades crónicas, problemas para dormir e insomnio y sobre todo problemas del corazón.

Andrea Lizeth Naranjo-Barrionuevo; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán; Raúl González-Salas; Mario Fernando Rivera-Escobar

CONFLICTO DE INTERÉS

Los autores declaran que no tienen conflicto de interés en la publicación de este artículo.

FINANCIAMIENTO

Autofinanciado.

AGRADECIMIENTO

A todos los agentes sociales involucrados en el proceso investigativo.

REFERENCIAS

1. Langerita-Llorente R, Gracia-Garcia P. Neuropsicología del trastorno de ansiedad generalizada: revisión sistemática [Neuropsychology of generalized anxiety disorders: a systematic review]. *Rev Neurol.* 2019;69(2):59-67. doi:[10.33588/rn.6902.2018371](https://doi.org/10.33588/rn.6902.2018371)
2. Goodwin GM, Stein DJ. Generalised Anxiety Disorder and Depression: Contemporary Treatment Approaches. *Adv Ther.* 2021;38(Suppl 2):45-51. doi:[10.1007/s12325-021-01859-8](https://doi.org/10.1007/s12325-021-01859-8)
3. Citkowska-Kisielewska A, Rutkowski K, Sobański JA, Dembińska E, Mielimąka M. Anxiety symptoms in obsessive-compulsive disorder and generalized anxiety disorder. Objawy lękowe w zaburzeniu obsesyjno-kompulsyjnym i w zaburzeniu lękowym uogólnionym. *Psychiatr Pol.* 2019;53(4):845-864. doi:[10.12740/PP/105378](https://doi.org/10.12740/PP/105378)
4. Muris P, Ollendick TH. Selective Mutism and Its Relations to Social Anxiety Disorder and Autism Spectrum Disorder. *Clin Child Fam Psychol Rev.* 2021;24(2):294-325. doi:[10.1007/s10567-020-00342-0](https://doi.org/10.1007/s10567-020-00342-0)
5. Christensen MC, Schmidt S, Grande I. Effectiveness of vortioxetine in patients with major depressive disorder comorbid with generalized anxiety disorder: Results of the RECONNECT study. *J Psychopharmacol.* 2022;36(5):566-577. doi:[10.1177/02698811221090627](https://doi.org/10.1177/02698811221090627)
6. Jensen RN, Csillag C, Vinberg M. *Ugeskr Laeger.* 2021;183(22):V12200973.

Andrea Lizeth Naranjo-Barrionuevo; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán; Raúl González-Salas; Mario Fernando Rivera-Escobar

7. Nielsen B, Andersen K. *Ugeskr Laeger*. 2022;184(14):V10210816.
8. Goodwin GM. Revisiting Treatment Options for Depressed Patients with Generalised Anxiety Disorder. *Adv Ther*. 2021;38(Suppl 2):61-68. doi:[10.1007/s12325-021-01861-0](https://doi.org/10.1007/s12325-021-01861-0)
9. van Loenen I, Scholten W, Muntingh A, Smit J, Batelaan N. The Effectiveness of Virtual Reality Exposure-Based Cognitive Behavioral Therapy for Severe Anxiety Disorders, Obsessive-Compulsive Disorder, and Posttraumatic Stress Disorder: Meta-analysis. *J Med Internet Res*. 2022;24(2):e26736. doi:[10.2196/26736](https://doi.org/10.2196/26736)
10. Pary R, Sarai SK, Micchelli A, Lippmann S. Anxiety Disorders in Older Patients. *Prim Care Companion CNS Disord*. 2019;21(1):18nr02335. Published 2019 Jan 31. doi:[10.4088/PCC.18nr02335](https://doi.org/10.4088/PCC.18nr02335)
11. Rosenberg LI. The Ham-D is not Hamilton's Depression Scale. *Psychopharmacol Bull*. 2022;52(2):117-153.
12. Licht RW, Qvitzau S, Allerup P, Bech P. Validation of the Bech-Rafaelsen Melancholia Scale and the Hamilton Depression Scale in patients with major depression; is the total score a valid measure of illness severity?. *Acta Psychiatr Scand*. 2005;111(2):144-149. doi:[10.1111/j.1600-0447.2004.00440.x](https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.2004.00440.x)
13. Torres Silva LJ, Díaz Ferrer JT, Pérez Castellano ET. Programación neurolingüística: herramienta comunicacional efectiva de un liderazgo proactivo [Neurolinguistic programming: effective communication tool for proactive leadership]. *Psicología Iztacala* [Internet]. 2012;15(3). Disponible en: <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/33640>
14. Cosci F, Fava GA. When Anxiety and Depression Coexist: The Role of Differential Diagnosis Using Clinimetric Criteria. *Psychother Psychosom*. 2021;90(5):308-317. doi:[10.1159/000517518](https://doi.org/10.1159/000517518)
15. Choi KW, Kim YK, Jeon HJ. Comorbid Anxiety and Depression: Clinical and Conceptual Consideration and Transdiagnostic Treatment. *Adv Exp Med Biol*. 2020;1191:219-235. doi:[10.1007/978-981-32-9705-0_14](https://doi.org/10.1007/978-981-32-9705-0_14)

Andrea Lizeth Naranjo-Barrionuevo; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán; Raúl González-Salas; Mario Fernando Rivera-Escobar

2023 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).