**ANSIEDAD SOCIAL**

Las personas que lo padecen se sienten muy ansiosas en situaciones sociales. Con frecuencia, temen pasar vergüenza frente a otras personas. La ansiedad puede ser tan grave que algunas personas no hacen las cosas que desean o necesitan hacer en sus vidas.

Algunas personas tienen ansiedad social ante muchas situaciones distintas (por ejemplo, en reuniones o fiestas). A este problema a veces se lo llama “fobia social”. Otras personas tienen ansiedad social solo en ciertos momentos (por ejemplo, al hablar o actuar ante un grupo de personas). A este problema a veces se lo llama “pánico escénico”.

Las personas con este problema evitan las actividades sociales, principalmente porque:

●Les preocupa pasar vergüenza frente a otras personas

●Temen que los demás digan cosas malas sobre ellos

Algunas personas tienen síntomas físicos si asisten a eventos sociales, por ejemplo:

●Evitan mirar a otras personas o hablar con ellas

●Se sonrojan

●Transpiran

●Tiemblan

●Tienen latidos cardíacos muy rápidos

**¿Cómo se trata el trastorno de ansiedad social?**  Se inicia tratamiento farmacológico, prescrito por un médico especialista en salud mental. Algunas personas toman medicamentos y hacen terapia cognitivo conductual al mismo tiempo.

