

SÍNTOMAS DE UN ATAQUE DE PÁNICO

AUMENTO DE LA FRECUENCIA CARDÍACA

LA ADRENALINA HACE QUE EL CORAZÓN LATA MÁS RÁPIDO, PARA SUMINISTRAR MÁS OXÍGENO. ESTO PUEDE PROVOCAR DOLOR EN EL PECHO



SENSACIÓN DE MAREO
LA RESPIRACIÓN ES MÁS RÁPIDA, LO QUE PROVOCA HIPERVENTILACIÓN Y SENSACIÓN DE MAREO



SUDORACIÓN Y PALIDEZ

EL SUDOR AUMENTA PARA ENFRIAR EL CUERPO LA PERSONA PUEDE PONERSE PÁLIDA DEBIDO A QUE LA SANGRE ES DESVIADA HACIA DONDE ES MÁS NECESARIA



SENSACIÓN DE AHOGO

AL ACELERARSE LA RESPIRACIÓN SENTIMOS AHOGO: AUMENTA EL OXÍGENO PERO NO EXHALAMOS SUFICIENTE DIÓXIDO DE CARBONO



PUPILAS DILATADAS

LA PUPILA (LA PARTE NEGRA DEL OJO) SE DILATA PARA QUE ENTRE MÁS LUZ, PARA VER MEJOR Y PODER ESCAPAR



DIGESTIÓN LENTA

COMO LA DIGESTIÓN NO ES CRUCIAL PARA "ESCAPAR", SE RALENTIZA LOS ESFÍNTERES SE RELAJAN, LO QUE PROVOCA NÁUSEAS



BOCA SECA

SENSACIÓN DE SEQUEDAD BUCAL PORQUE LOS FLUIDOS SE CONCENTRAN EN PARTES DEL CUERPO DONDE SON MÁS NECESARIOS

