

# Trastorno bipolar



Es una afección en la cual las personas alternan entre períodos de un estado de ánimo muy bueno o irritable y depresión. Las "fluctuaciones en el estado de ánimo" entre manía y depresión pueden ser muy rápidas.

## Causas

El trastorno bipolar afecta por igual a hombres y mujeres, y generalmente comienza entre los 15 y 25 años. La causa exacta se desconoce, pero se presenta con mayor frecuencia en parientes de personas que padecen dicho trastorno.

Tipos de trastorno bipolar:

- Las personas con el trastorno bipolar tipo I han tenido al menos un episodio completo de manía con períodos de depresión grave. En el pasado, el trastorno bipolar tipo I se denominaba depresión maníaca.
- Las personas con trastorno bipolar tipo II nunca han experimentado un episodio maníaco completo. En lugar de esto, experimentan períodos de niveles elevados de energía e impulsividad que no son tan extremos como la manía (llamado hipomanía). Dichos períodos alternan con episodios de depresión.
- Una forma leve de trastorno bipolar llamado ciclotimia implica fluctuaciones en el estado de ánimo menos intensas. Las personas

con esta forma alternan entre hipomanía y depresión leve. Es posible que las personas con trastorno bipolar tipo II o ciclotimia reciban un diagnóstico equivocado de depresión.

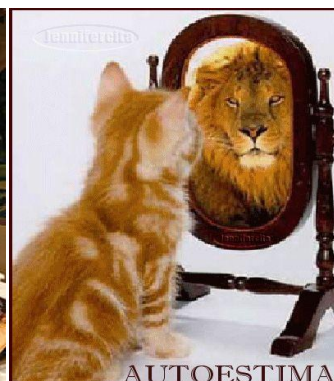
En la mayoría de las personas con trastorno bipolar, no hay una causa clara para los episodios maníacos o depresivos. Los siguientes factores pueden desencadenar un episodio maníaco en personas con trastorno bipolar.

- Cambios en la vida como un parto.
- Medicamentos como antidepresivos o esteroides.
- Períodos de insomnio.
- Consumo de drogas psicoactivas.

### Síntomas

La fase maníaca puede durar de días a meses y puede abarcar los siguientes síntomas:

- Distraerse fácilmente
- Poca necesidad de sueño
- Deficiente capacidad de discernimiento
- Control deficiente del temperamento
- Comportamientos imprudentes y falta de autocontrol:
  - excesos de comida, bebida y/o consumo de drogas
  - deficiente capacidad de discernimiento
  - sexo con muchas parejas (promiscuidad)
  - hacer gastos exagerados
  - estado de ánimo muy elevado
  - exceso de actividad (hiperactividad)
  - incremento de la energía
  - pensamientos apresurados
  - hablar mucho
  - autoestima muy elevada (creencias falsas acerca de sí mismo o de las habilidades)
- Compromiso exagerado en actividades
- Muy alterado (agitado o irritado)



Estos síntomas de manía ocurren con el trastorno bipolar I. En las personas con trastorno bipolar II, los síntomas de manía son similares pero menos intensos.

La fase depresiva de ambos tipos de trastorno bipolar incluye los siguientes síntomas:

- Tristeza o estado de ánimo bajo diariamente
- Dificultad para concentrarse, recordar o tomar decisiones
- Problemas en la alimentación
  - pérdida del apetito y pérdida de peso
  - consumo exagerado de alimentos y aumento de peso
- Fatiga o desgano
- Sentimiento de minusvalía, desesperanza o culpa
- Pérdida de interés en actividades que alguna vez disfrutaba
- Pérdida de la autoestima
- Pensamientos de muerte y suicidio
- Dificultad para conciliar el sueño o dormir demasiado
- Alejarse de los amigos o las actividades que disfrutaba



Existe un alto riesgo de suicidio con el trastorno bipolar. Los pacientes pueden abusar del alcohol u otras sustancias, lo cual puede empeorar los síntomas y el riesgo de suicidio.



Algunas veces, hay una superposición entre las dos fases. Los síntomas maníacos y depresivos se pueden presentar juntos o rápidamente uno detrás de otro en lo que se denomina un estado mixto.

### Pruebas y exámenes

Muchos factores están involucrados en el diagnóstico del trastorno bipolar. El médico puede tomar todas o algunas de las siguientes medidas:

- Preguntar acerca de los antecedentes familiares como, por ejemplo, si alguien tiene o ha tenido trastorno bipolar.
- Preguntar acerca de las fluctuaciones del estado de ánimo recientes y por cuánto tiempo las ha experimentado.
- Llevar a cabo un examen completo para buscar enfermedades que puedan estar causando los síntomas.
- Solicitar pruebas de laboratorio para verificar problemas de tiroides o niveles de drogas.
- Hablar con los miembros de la familia respecto al comportamiento.
- Elaborar la historia clínica, incluyendo cualquier problema médico que usted tenga y cualquier medicamento que esté tomando.
- Vigilar el comportamiento y el estado de ánimo.



Nota: el consumo de sustancias psicoactivas puede causar algunos síntomas; sin embargo, esto no descarta el trastorno bipolar afectivo. La drogadicción también puede ser un síntoma de trastorno bipolar.

## Tratamiento

Los períodos de depresión o manía retornan en la mayoría de los pacientes, incluso con tratamiento. Los mayores objetivos del tratamiento son:

- Evitar moverse de una fase a otra.
- Evitar la necesidad de una hospitalización.
- Ayudar a que el paciente se desempeñe lo mejor posible entre episodios.
- Prevenir la autoagresión y el suicidio.
- Hacer que los episodios sean menos frecuentes e intensos.

El médico primero intentará averiguar lo que puede haber desencadenado el episodio del estado anímico. Igualmente, puede buscar cualquier problema físico o emocional que podría afectar el tratamiento.



Los siguientes fármacos, llamados estabilizadores del estado anímico, se usan primero:

- Carbamazepina
- Lamotrigina
- Litio
- Valproato (ácido valproico)

También se puede ensayar con otros fármacos anticonvulsivos.

Otros fármacos empleados para tratar el trastorno bipolar abarcan:

- Antipsicóticos y ansiolíticos (benzodiazepinas) para problemas del estado de ánimo.
- Se pueden agregar antidepresivos para tratar la depresión. Las personas con trastorno bipolar son más propensas a tener

episodios maníacos e hipomaníacos si se les administran antidepresivos. Debido a esto, los antidepresivos sólo se usan en personas que también estén tomando un estabilizador del estado de ánimo.

Se puede usar terapia electroconvulsiva (TEC) para tratar la fase depresiva o maníaca del trastorno bipolar si no responde a los medicamentos. La terapia electroconvulsiva utiliza una corriente eléctrica para causar una breve convulsión mientras el paciente se encuentra bajo el efecto de la anestesia. Esta terapia es el tratamiento más efectivo para la depresión que no se alivia con medicamentos.



La estimulación magnética transcraneal (EMT) usa pulsos magnéticos de alta frecuencia que están dirigidos a las áreas afectadas del cerebro. Casi siempre se utiliza después de la terapia electroconvulsiva.

Los pacientes que están en la mitad de episodios maníacos o depresivos posiblemente necesiten permanecer en un hospital hasta que su estado anímico se estabilice y su comportamiento esté bajo control.

Los médicos todavía están tratando de decidir la mejor manera de tratar el trastorno bipolar en niños y adolescentes. Los padres deben considerar los posibles riesgos y beneficios del tratamiento para sus hijos.

#### PROGRAMAS Y TERAPIAS DE APOYO

Los tratamientos familiares que combinan apoyo y educación acerca del trastorno bipolar (psicoeducación) pueden ayudar a las familias a hacerle frente y reducir las probabilidades de retorno de los síntomas. Los programas que ofrecen servicios de integración y apoyo de la comunidad pueden ayudar a las personas que carecen de apoyo social y familiar.

Las habilidades importantes abarcan:

- Hacerle frente a los síntomas que están presentes, incluso mientras se estén tomando medicamentos.
- Aprender un estilo de vida saludable, que incluya dormir bien y mantenerse alejado de las drogas psicoactivas.
- Aprender a tomar los medicamentos correctamente y cómo manejar los efectos secundarios.
- Aprender a estar atento al retorno de los síntomas y saber qué hacer cuando éstos reaparezcan.



Los miembros de la familia y los cuidadores son muy importantes en el tratamiento del trastorno bipolar. Ellos le pueden ayudar a los pacientes a buscar los servicios de apoyo apropiados y a constatar que el paciente tome el medicamento correctamente.

Dormir lo suficiente es muy importante en el trastorno bipolar, debido a que la falta de sueño puede desencadenar un episodio maníaco. La terapia puede ser útil durante la fase depresiva. El hecho de vincularse a un grupo de apoyo puede ayudar a los pacientes con trastorno bipolar y a sus seres queridos.

- Un paciente con trastorno bipolar no siempre puede comentarle al médico acerca del estado de la enfermedad. Los pacientes con frecuencia tienen dificultad para reconocer sus propios síntomas maníacos.
- Los cambios en el estado anímico con el trastorno bipolar no son predecibles, de manera que algunas veces es difícil decir si un paciente está reaccionando favorablemente al tratamiento o está saliendo de manera natural de una fase bipolar.
- Los tratamientos para los niños y los ancianos no se han estudiado bien.

## Expectativas (pronóstico)

Los medicamentos estabilizadores del estado de ánimo pueden ayudar a controlar los síntomas del trastorno bipolar. Sin embargo, los pacientes a menudo necesitan ayuda y apoyo para tomarlos apropiadamente y para garantizar que la manía y la depresión se traten tan pronto como sea posible.

Algunas personas suspenden el medicamento tan pronto se sienten mejor o porque la manía se siente bien. Suspender los medicamentos puede causar problemas serios.

El suicidio es un riesgo muy real tanto durante el estado de manía como durante la depresión. Las personas con trastorno bipolar que piensan o hablan respecto al suicidio necesitan atención urgente de inmediato.

## Complicaciones



Suspender el medicamento o tomarlo de manera equivocada puede provocar que los síntomas se presenten de nuevo y llevar a las siguientes complicaciones:

- Alcoholismo y/o drogadicción.
- Problemas con las relaciones interpersonales, el trabajo y las finanzas.
- Pensamientos y comportamientos suicidas.

Esta enfermedad es difícil de tratar. Los pacientes, sus amigos y la familia deben conocer los riesgos de no tratar el trastorno bipolar.



## Cuándo contactar a un profesional médico

Llame de inmediato al médico o a un número de emergencia si:

- Tiene pensamientos sobre la muerte o suicidas
- Está experimentando síntomas severos de depresión o manía
- Le han diagnosticado trastorno bipolar y los síntomas han vuelto a aparecer o se están presentando nuevos síntomas



<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/000926.htm>