

## **Trastorno bipolar**

*"Si una persona tiene etapas de decaimiento y tristeza excesivos, y en otros momentos se acelera, se muestra eufórica, exaltada, o irritable, y todo ello provoca dificultades significativas en su vida, entonces puede estar sufriendo un trastorno bipolar."*

- 1. ¿Qué es el trastorno bipolar?**
- 2. ¿Cómo se manifiesta el trastorno bipolar?**
- 3. ¿Cuándo pensar en la posibilidad de padecer un trastorno bipolar?**
- 4. ¿Cuáles son las causas del trastorno bipolar?**
- 5. ¿Cómo se trata el trastorno bipolar?**

### **1. ¿Qué es el trastorno bipolar?**

El trastorno bipolar consiste en una alteración de los mecanismos biológicos que regulan el estado de ánimo de modo tal que las personas que lo sufren alternan fases de depresión con fases de aceleramiento, euforia o excitación – denominadas hipomaníacas o maníacas, según su intensidad. Si bien todas las personas experimentamos cambios u oscilaciones en nuestro estado de ánimo a lo largo del tiempo, en el caso de las personas que sufren este trastorno los ciclos se hacen más marcados, no están justificados por las situaciones o circunstancias de la vida, y se experimentan oscilaciones intensas y permanentes. El trastorno bipolar es más frecuente de lo que se suponía y afecta a cerca del 2% de la población, es más frecuente entre las mujeres y aparece en la adolescencia o en los primeros años de la adultez.

### **2. ¿Cómo se manifiesta el trastorno bipolar?**

Las manifestaciones del trastorno bipolar varían según la fase en que se encuentre la persona. Durante las **fases hipomaníacas o maníacas** pueden observarse algunas de las siguientes manifestaciones:

- Euforia con excesivo optimismo y alegría.
- Marcada disminución del sueño.
- Aumento del interés sexual, a veces con conductas inapropiadas.
- Alto nivel de energía y actividad.
- Locuacidad excesiva.
- Extrema irritabilidad, inquietud, e incluso agresividad.
- Desmesurada confianza o valoración de sí mismo.
- Cambios emocionales rápidos e imprevisibles.
- Conductas riesgosas sin tener en cuenta las consecuencias.
- Gastos excesivos.

Durante las **fases depresivas**, en cambio, pueden observarse algunas de las siguientes manifestaciones, entre otras:

- Sentimientos intensos de tristeza,
- Desesperanza y/o pesimismo.
- Apatía, desgano, pérdida de energía y motivación.
- Apetito disminuido o exagerado.
- Sueño disminuido o exagerado.
- Pérdida de interés o placer en las actividades usuales.
- Perturbaciones en la concentración y la memoria.
- Ideas recurrentes de muerte o suicidio.

### 3. ¿Cuándo pensar en la posibilidad de padecer un trastorno bipolar?

- Si tiene antecedentes familiares de trastornos bipolares
- Si ha tenido varias depresiones
- Si esas depresiones mejoran con el tratamiento y luego recaen.
- Si en otros períodos sus allegados le dicen que lo ven acelerado o demasiado enérgico, duerme poco, gasta más dinero de lo habitual, etc.

### 4. ¿Cuáles son las causas del trastorno bipolar?

En el trastorno bipolar la genética desempeña un papel muy importante, ya que es la responsable de que el estado de ánimo esté mal regulado. Los eventos estresantes de la vida, por su parte, pueden actuar como precipitantes o disparadores de las crisis, pero no causan la enfermedad por sí mismos.

### 5. ¿Cómo se trata el trastorno bipolar?

El correcto tratamiento del trastorno bipolar comienza con un diagnóstico certero, llevado a cabo mediante una evaluación exhaustiva.

Tras la misma, el eje del abordaje reposa en el **tratamiento farmacológico** mediante las medicaciones denominadas **estabilizadores del ánimo**. En los últimos años se ha demostrado que diferentes intervenciones psicológicas focalizadas resultan de utilidad como complemento del tratamiento farmacológico. En particular, los llamados **programas psicoeducacionales** – mediante los cuales los pacientes y sus familiares adquieren información y pautas de manejo de su trastorno – se han mostrado muy eficaces en la prevención de recaídas. Asimismo, la **psicoterapia individual cognitivo-conductual** y la terapia interpersonal constituyen recursos útiles para el tratamiento de las fases depresivas. La integración de los diferentes recursos terapéuticos de forma multidisciplinaria asegura una mejor respuesta a las diferentes problemáticas que engloba este desorden.

### Consultas y más información:

Dr. Marcelo Cetkovich-Bakmas (Admisión, evaluación diagnóstica y tratamiento médico-farmacológico)

Lic. Fernando Torrente (Programas psicoeducacionales y Psicoterapia Cognitiva)

E-mail: [info@neurologiacognitiva.org](mailto:info@neurologiacognitiva.org)

Tel: (11) 4807-4748

Personalmente: Castex 3293. CP C1425CDC.  
Ciudad de Buenos Aires