

TRASTORNO BIPOLAR

Es un trastorno caracterizado por cambios en el estado de ánimo que van desde la manía (un sentimiento de bienestar, estimulación y grandiosidad exagerado en el cual la persona pierde contacto con la realidad) hasta la depresión (un sentimiento abrumador de tristeza, ansiedad, baja autoestima, que puede incluir pensamientos e intentos suicidas).

Causas, incidencia y factores de riesgo

Este trastorno aparece alrededor de los 25 años de edad, afecta por igual a hombres y mujeres y rara vez se ve en niños. Se desconoce la causa, pero es posible que factores hereditarios jueguen un papel en su desarrollo. La incidencia es mayor en los parientes de las personas que padecen trastorno bipolar y depresión.

Hay diferentes tipos del trastorno afectivo bipolar: el trastorno bipolar I es la forma clásica de esta condición, con períodos de manía discretos que alternan con períodos de depresión. En una persona con trastorno bipolar II, la fase depresiva predomina y no existe una manía verdadera. Puede haber períodos de mejora del estado de ánimo y de la energía en los cuales la persona no pierde completamente contacto con la realidad (hipomanía).

Las personas con trastorno bipolar II pueden parecer tener depresión en lugar del trastorno afectivo bipolar (especialmente debido a que pocas personas se quejan de períodos de buen estado de ánimo y energía que no causan problemas), pero los estabilizadores del estado de ánimo parecen ayudar más que los antidepresivos.

Síntomas

El trastorno afectivo bipolar produce cambios del ánimo patológicos de manía a depresión, con una tendencia a recurrir y a desaparecer espontáneamente. Tanto los episodios maníacos como los depresivos pueden predominar y producir algunos cambios en el estado de ánimo, o los patrones de cambios del estado de ánimo pueden ser cíclicos, comenzando a menudo con una manía que termina en una depresión profunda.

A algunas personas se las denomina cicladores rápidos porque su ánimo puede cambiar varias veces en un día. Otros presentan lo que se llama "estados mixtos", en donde los pensamientos depresivos pueden aparecer en un episodio de manía o viceversa. Cuando el trastorno afectivo bipolar se presenta en niños, generalmente aparece en su forma mixta.

Durante la fase depresiva el paciente presenta:

- Pérdida de la autoestima
- Ensimismamiento
- Sentimientos de desesperanza o minusvalía
- Sentimientos de culpabilidad excesivos o inapropiados
- Fatiga (cansancio o aburrimiento) que dura semanas o meses
- Lentitud exagerada (inercia)
- Somnolencia diurna persistente
- Insomnio
- Problemas de concentración, fácil distracción por sucesos sin trascendencia

- Dificultad para tomar decisiones
- Pérdida del apetito
- Pérdida involuntaria de peso
- Pensamientos anormales sobre la muerte
- Pensamientos sobre el suicidio, planificación de suicidio o intentos de suicidio
- Disminución del interés en las actividades diarias
- Disminución del placer producido por las actividades cotidianas

En la fase maníaca se presentan:

- Exaltación del estado de ánimo
- Aumento de las actividades orientadas hacia metas
- Ideas fugaces o pensamiento acelerado
- Autoestima alta
- Menor necesidad de dormir
- Agitación
- Logorrea (hablar más de lo usual o tener la necesidad de continuar hablando)
- Incremento en la actividad involuntaria (es decir, caminar de un lado a otro, torcer las manos)
- Inquietud excesiva
- Aumento involuntario de peso
- Bajo control del temperamento
- Patrón de comportamiento de irresponsabilidad extrema
- Aumento en la actividad dirigida al plano social o sexual
- Compromiso excesivo y dañino en actividades placenteras que tienen un gran potencial de producir consecuencias dolorosas (andar en juergas, tener múltiples compañeros sexuales, consumir alcohol y otras drogas)
- Creencias falsas (delirios)
- Alucinaciones

Los síntomas maníacos y depresivos se pueden dar simultáneamente o en una sucesión rápida en la denominada fase mixta.

Signos y exámenes

Una historia psiquiátrica de cambios del estado de ánimo y la observación del comportamiento y del estado de ánimo actuales son de ayuda en el diagnóstico de este trastorno. Igualmente, puede servir el hecho de obtener información de miembros de la familia con relación al comportamiento del paciente, así como averiguar acerca de los antecedentes familiares.

Se puede llevar a cabo un exámen físico al igual que algunas pruebas de laboratorio (examinación para drogas y tiroides) con el fin de descartar otras causas para los síntomas, aunque el uso de drogas recreativas no descarta el trastorno afectivo bipolar, ya que puede ser un síntoma. Las personas con esta condición están en mayor riesgo de padecer trastornos por mal uso de sustancias.

Grupos de apoyo

El estrés causado por la enfermedad a menudo se puede aliviar al participar en un grupo de apoyo, en el que los miembros comparten experiencias y problemas en común.

Expectativas (pronóstico)

El tratamiento con medicamentos para estabilizar el estado de ánimo puede prevenir la recurrencia de los síntomas. Sin embargo, muchas personas con esta condición dejan de tomar el medicamento tan pronto como se sienten mejor o debido a que quieren experimentar el período previo de manía que puede ser productivo y creativo.

Algunas personas son casi "adictas" a experimentar este estado y sólo después de vivenciar muchas de las consecuencias negativas reconocen la necesidad de seguir con el medicamento.

El uso adecuado del medicamento también es difícil de mantener debido a sus efectos secundarios. Las personas con esta condición necesitan apoyo para estimular el uso adecuado del medicamento y para asegurarse de que cualquier episodio de manía y depresión que se presente será tratado lo más pronto posible.

El suicidio en ambas fases es un riesgo muy real y los pensamientos, ideas y gestos suicidas en personas con trastorno afectivo bipolar requieren atención urgente.

Complicaciones

Es común que se presente desorganización en las relaciones interpersonales, laborales y financieras. Asimismo, los problemas con el alcohol y otras drogas son una complicación común.

Situaciones que requieren asistencia médica

Se debe buscar asistencia médica o ayuda profesional en salud mental si se presentan síntomas que indican trastorno afectivo bipolar.

Prevención

Se desconoce cómo prevenir esta enfermedad, pero el mantener hábitos de sueño regular y de buena calidad puede ayudar a prevenir los cambios hacia la manía.