

Trastorno bipolar

¿Qué es trastorno bipolar?

El trastorno bipolar es una enfermedad mental que causa cambios de humor extremos. Esta condición también se conoce con el nombre de enfermedad maniaco depresiva. Puede ser causada por un desequilibrio químico en el cerebro.

El trastorno bipolar a veces se hereda entre los miembros de familia. Si usted tiene un padre con trastorno bipolar su probabilidad de tenerlo es mayor. Tanto el hombre como la mujer pueden tener trastorno bipolar. La gente de todas las edades lo puede tener.

[Volver](#)

¿Cuáles son algunas de las señas del trastorno bipolar?

A veces, una persona que tiene trastorno bipolar se puede sentir muy feliz, llena de energía y capaz de hacer cualquier cosa. La persona puede ni siquiera querer descansar cuando se siente de este modo. Esta sensación se llama manía. En otras ocasiones, la persona con trastorno bipolar puede sentirse muy triste y deprimida. La persona puede no querer hacer nada cuando se siente de esta manera. Esto se llama depresión. La gente con trastorno bipolar puede pasar rápidamente de manía a depresión y nuevamente a manía.

Otras señas de manía pueden incluir lo siguiente:

- Sentirse muy irritable o enojado
- Pensar y hablar tan rápido que la demás gente no alcanza a comprender su pensamiento
- No dormir nada
- Sentirse muy poderoso e importante
- Tener dificultad para concentrarse
- Gastar demasiado dinero
- Abusar del alcohol y las drogas de abuso
- Tener sexo sin tomar precaución para prevenir el embarazo o la enfermedad

Otras señas de depresión pueden incluir lo siguiente:

- No tener interés o sentir placer al hacer las cosas que usted solía disfrutar, incluso el sexo.
- Sentirse triste o indiferente
- Llorar fácilmente o sin razón
- Sentirse decaído o sentirse inquieto e irritable
- Sentir que usted no vale la pena o sentirse culpable
- Cambios en el apetito; cambio en su peso sin estar tratando de lograrlo.
- Dificultad para recordar cosas, concentrarse o para tomar decisiones.
- Dolores de cabeza, de espalda o problemas digestivos
- Problemas con el sueño o querer dormir todo el tiempo
- Sentirse cansado todo el tiempo
- Pensar en la muerte y en el suicidio

[Volver](#)

¿Cuál es el tratamiento para el trastorno bipolar?

El trastorno bipolar puede ser tratado por su médico de familia. Su médico de familia quizás puede querer que usted también vaya a ver a un psiquiatra. Usted y sus médicos trabajarán en equipo para controlar sus cambios de emociones y asegurarse de que usted esté bien.

El trastorno bipolar se trata con medicamentos para parar los cambios de humor. Los estabilizadores del humor se usan para equilibrar los altos y los bajos en su humor. El medicamento antidepresivo puede ayudar a disminuir los síntomas de la depresión. Su médico le puede añadir otros medicamentos a medida que usted los necesita. Estos medicamentos no comienzan a funcionar de inmediato, pero usted comenzará a notar la diferencia en su humor después de unas pocas semanas. Asegúrese de tomar sus medicamentos exactamente como su médico le dice.

La asesoría psicológica le puede ayudar con el estrés, con las preocupaciones familiares y con los problemas interpersonales. Es importante obtener asesoría psicológica si usted tiene trastorno bipolar.

[Volver](#)

¿Qué puedo hacer para ayudar a sentirme mejor?

- Leer acerca del trastorno bipolar y compartir con su familia lo que aprende. Su médico le puede aconsejar fuentes de información para ayudarlo a aprender más.
- Tenga una rutina regular. Acuéstese y levántese más o menos a la misma hora todos los días. Coma sus comidas y haga ejercicio a horas regulares.
- Tome su medicamento cada día y no deje de tomarlo incluso si comienza a sentirse mejor. Evite la cafeína y los medicamentos que se obtienen sin prescripción médica para tratar resfriados, alergias y dolor. Pregúntele a su médico antes de tomar alcohol o usar cualquier otro medicamento.
- Trate de evitar el estrés.
- Aprenda las señales de alarma tempranas de su enfermedad. Dígale a su médico cuando note cambios en su humor o su comportamiento.
- Inscríbase en un grupo de apoyo en el lugar donde usted vive. Usted y su familia pueden compartir información y experiencias con el grupo de apoyo.

[Volver](#)

¿Dónde puedo obtener más información sobre el trastorno bipolar?

Usted puede leer libros escritos por personas que tienen trastorno bipolar tales como:

- *A Brilliant Madness: Living with Manic-Depressive Illness*, by Patty Duke and Gloria Hochman (publicado por Bantam Books, 1992; reimpresso en edición rústica en 1997).
- *An Unquiet Mind: A Memoir of Moods and Madness*, by Kay Redfield Jamison (publicado por Alfred A. Knopf, 1995).

[Volver](#)

[Escrito por el personal editorial de familydoctor.org.](#)

Fuente

[Management of Bipolar Disorder \(Manejo del trastorno bipolar\)](#) by KS Griswold, M.D., M.P.H. and LF Pessar, M.D. (*American Family Physician* septiembre 14, 2000, <http://www.aafp.org/afp/20000915/1343.html>)

Creado: 01/06

[Copyright](#) © 2006-2007 [American Academy of Family Physicians](#)

Este artículo provee un resumen del tema y puede que lo explicado no les afecte a todos. Hable con su médico de familia para averiguar si esta información es útil para usted y para aprender más acerca del tema.

Se otorga permiso para imprimir y hacer fotocopias de este material, sólo si se hace con propósitos educacionales no-lucrativos. Se necesita obtener un permiso por escrito para cualquier otro uso, incluyendo el uso electrónico.