

TRASTORNO AFECTIVO BIPOLAR EN JÓVENES

El trastorno bipolar es una enfermedad en la que la característica principal son los cambios extremos de humor –periodos en los que las personas que lo padecen se encuentran extremadamente eufóricas y periodos en los que se encuentran excepcionalmente afligidos (o deprimidos). A veces a esta condición se le llama también **trastorno maníaco-depresivo**. Los cambios de humor son claramente extremos y fuera de lo que se considera normal para esa persona teniendo en cuenta su personalidad y circunstancias personales. A veces se dan una mezcla de síntomas depresivos y maníacos al mismo tiempo.

El trastorno bipolar afecta a menos de una persona de cada 100. Es extremadamente infrecuente antes de la pubertad, pero algo más común durante la adolescencia y la edad adulta.

Aunque las causas no se conocen por completo, el trastorno bipolar (T.B.) tiende a aparecer en determinadas familias. Algunas enfermedades físicas o acontecimientos estresantes pueden desencadenar un episodio.

Esta enfermedad es más difícil de reconocer en la adolescencia porque las conductas extremas pueden ser parte normal de esta época de la vida.

¿Cuáles son los síntomas?

Si alguien tiene estos sentimientos o muestra algunos de estos síntomas puede que tenga un trastorno bipolar:

- Depresión, irritabilidad, malhumor, excitación o euforia.
- Habla muy rápido, con cambios de tema de conversación.
- Pérdida o exceso de energía.
- Pérdida de apetito y/o peso.
- Alteraciones del sueño.
- Dejadez del cuidado personal.
- Aislamiento de la familia o los amigos o socialización excesiva.
- Sentimientos de culpa, desesperanza, de que nada merece la pena, o ideas exageradas sobre uno mismo o sobre sus habilidades.
- Conductas descuidadas, gasto excesivo de dinero, promiscuidad sexual.
- Ideas, creencias o experiencias raras.
- Preocupaciones con la muerte, intentos suicidas.

Entre las “subidas” y “bajadas” hay periodos de normalidad que pueden durar semanas o meses.

¿Qué efectos puede tener?

La exageración de pensamientos, sentimientos y conductas afecta a muchas áreas de la vida del joven. Por ejemplo, puede llevar a:

- Problemas de relación con amigos y familia.
- Problemas de concentración en la escuela o el trabajo.
- Conductas que ponen en riesgo la vida o la salud de la persona.
- Pérdida de confianza.

Cuanto más tiempo la enfermedad esté sin tratar, más probablemente causará algún tipo de daño, ya sea a la persona que la padece o a su familia cercana.

¿Cómo puedo obtener ayuda?

El primer paso para obtener ayuda es reconocer que existe el problema. Solicitar ayuda médica pronto es muy importante. Si el trastorno bipolar es identificado y tratado rápidamente, esto reduce sus efectos perjudiciales.

Se debe contactar con el médico de familia en primer lugar. Si es necesario, se puede hacer una derivación a un psiquiatra infanto-juvenil del servicio local de psiquiatría infanto-juvenil.

En casos severos en los que el tratamiento ofrecido no ha sido de ayuda suficiente o cuando el joven está en riesgo (por ejemplo, de hacerse daño a sí mismo o a otros) suele ser necesario solicitar una ayuda más intensiva en una unidad hospitalaria especializada. De esta forma, se hará una valoración más exhaustiva y un tratamiento en un entorno seguro.

En raras ocasiones, y cuando los riesgos de continuar el tratamiento fuera del hospital son demasiado grandes, es necesario solicitar un ingreso en contra de la voluntad del joven y después de una consideración por parte de los padres y los psiquiatras.

¿Qué tratamientos pueden ayudar en el trastorno bipolar?

El objetivo del tratamiento es la mejoría de los síntomas, la prevención de las recaídas de la enfermedad y la ayuda al joven a retomar una vida normal.

La medicación en general juega un papel importante en el tratamiento del trastorno bipolar. En las etapas iniciales de la enfermedad, a menudo se recetan un antidepresivo y/o un antipsicótico.

Si el joven ha tenido más de un episodio de enfermedad, puede ser usado un estabilizador del humor (litio o carbamazepina), que reduce el riesgo de más episodios. La medicación se necesitará al menos un año y en ocasiones por mucho más tiempo. El/La psiquiatra probablemente querrá revisar la medicación con frecuencia para asegurar que la dosis es la correcta y que no existen efectos secundarios.

Los efectos secundarios pueden ocurrir. El/La psiquiatra puede explicarte cuales son y que se puede hacer para reducirlos. El riesgo de los efectos secundarios debe ser considerado y comparado al riesgo de los efectos dañinos de la enfermedad en la vida de la persona que la padece.

Es muy importante que la medicación se combine con ayuda práctica para el joven y su familia. Esta incluye:

- Ayuda para comprender la enfermedad y cómo puede ser tratada.
- Restablecer la autoconfianza.
- Identificar problemas que pueden llevar a una recaída de la enfermedad.
- Dar apoyo para que el joven continúe una educación o tenga un empleo.
- Trabajar con la familia.

Algunas personas, a pesar de estas medidas, padecerán otros episodios de enfermedad; sin embargo, esto no les impedirá poder vivir una vida llena y satisfactoria.