

Medicación y Estilo de Vida

Los medicamentos que han demostrado ser eficaces como tratamiento de mantenimiento y con los que se tiene mucha experiencia son por ejemplo el carbonato de litio y el ácido valproico. Ciertos antipsicóticos también han demostrado ser eficaces como estabilizadores del estado de ánimo, como la olanzapina y el aripiprazol. Estos medicamentos también se usan a menudo cuando alguien se ha vuelto maníaco. En caso de depresión bipolar, los antidepresivos también se usan con regularidad, pero esto debe tratarse con precaución porque existe el riesgo de que alguien se vuelva maníaco nuevamente.

Cuando se trata de estilo de vida también hay muchas cosas que pueden ayudar a una persona a mantenerse estable. Dormir lo suficiente es muy importante. También es útil llevar una vida lo más regular posible. El aumento del estrés también puede desestabilizar a una persona, por lo que se debe evitar el estrés tanto como sea posible.

El trastorno bipolar casi nunca desaparece, pero a menudo es una afección de por vida. La intensidad y la frecuencia de los episodios depresivos y maníacos pueden cambiar a medida que las personas envejecen.

Más Información

FUNDACION SALUD MENTAL ARUBA
RESPALDO

Mahuma 54
Oranjestad, Aruba

(+297) 281 5000
info@respaldo.aw

www.respaldo.aw



Fundacion Salud Mental Aruba RESPALDO



TRASTORNO BIPOLAR

Información general



¿Qué es el Trastorno Bipolar?

El trastorno bipolar es una enfermedad crónica, en la que las personas son muy sensibles a tener episodios depresivos y episodios maníacos.

Todavía es difícil decir con precisión con qué frecuencia ocurre el trastorno bipolar, pero según estudios recientes se estima que alrededor del 2% al 4% de todas las personas desarrollarán el trastorno bipolar en algún momento de sus vidas.

El trastorno bipolar suele aparecer por primera vez cuando una persona tiene entre 15 y 24 años, pero a menudo también se manifiesta por primera vez en edades posteriores.



Episodios Depresivos

Un **episodio depresivo**, es cuando alguien sufre de un estado de ánimo melancólico durante al menos dos semanas, ya no puede disfrutar de actividades que normalmente disfrutaba, tiene un cambio en el apetito (falta de apetito o aumento del apetito), tiene problemas para dormir y poca energía. La depresión en alguien que padece trastorno bipolar se denomina depresión bipolar.

Episodios Maníacos

Cuando alguien tiene un **episodio maníaco**, en realidad ocurre lo contrario. Una persona tiene durante al menos dos semanas mucha energía, una menor necesidad de dormir, planes grandes (poco realistas), está muy alegre y feliz o se enoja con facilidad, y muestra una mayor impulsividad (lo que también puede hacer que las personas hagan cosas imprudentes, dañinas o peligrosas).

Pensemos aquí en algunos comportamientos realmente peligrosos (conducir rápido, iniciar peleas) o gastar mucho dinero, pedir préstamos o regalar todas las posesiones. Una persona que tiene un episodio maníaco está muy enferma y las personas cercanas a él o ella están (con razón) preocupadas. Un episodio maníaco a menudo conduce a la hospitalización.

Causa y Tratamiento

Las causas del trastorno bipolar aún se desconocen en gran parte. Es probable que los factores genéticos jueguen un papel importante. Es muy común que otros miembros de la familia también tengan problemas psicológicos. El tratamiento del trastorno bipolar se centra en mantenerse estable, sin episodios maníacos ni depresivos. Si una persona tiene episodios regulares es la medicación casi siempre necesaria. El tratamiento también presta mucha atención al estilo de vida.

Los medicamentos utilizados son los denominados estabilizadores del estado de ánimo. Después de que una persona se ha enfermado dos o tres veces, se suele optar por un tratamiento de mantenimiento. Entonces sabemos que la probabilidad de que alguien vuelva a enfermarse sin medicación es alta.

Si se necesita un tratamiento de mantenimiento, su psiquiatra tomará la decisión más adecuada en consulta con usted.

