

Trastorno Bipolar

¿Qué es? El trastorno bipolar, antes conocido como “depresión maníaca”, es una enfermedad mental que causa cambios de humor extremo. Una de las causas que lo produce es un desbalance químico en el cerebro. El trastorno bipolar a veces se hereda entre miembros de la familia. Si uno de sus padres tiene un diagnóstico de trastorno bipolar, la probabilidad de usted tenerlo es mayor. Factores psicosociales como traumas, cambios de vida inesperados, abuso y abandono pueden acelerar la aparición de síntomas. Tanto el hombre como la mujer de cualquier edad pueden padecer de trastorno bipolar. Existen distintos tipos de trastorno bipolar:

- **Manía e hipomanía:** Un episodio maníaco consiste en una alteración emocional caracterizada por periodos de exaltación o euforia excesivas conocido como manía. Durante una fase maníaca se presenta una excesiva energía, humor o entusiasmo, que muy a menudo puede ir acompañado de excitación, delirios de grandeza o conducta desinhibida. Cuando estos episodios anormalmente eufóricos no interfieren con la vida diaria de una persona se consideran hipomanía.
- **Depresión:** Un episodio depresivo puede causar dificultades en las actividades cotidianas, como el trabajo, la escuela, las actividades sociales o las relaciones. El principal síntoma es sentirse muy triste sin un motivo alguno. La persona puede no querer hacer nada cuando se sienta de esta manera.

Las personas con trastorno bipolar pueden pasar de un episodio a otro rápidamente, por ejemplo; de manía a depresión y nuevamente a manía.

Señales de manía

Posibles señales de manía son:

- Sentirse ansioso o alterado.
- Pensar y hablar rápido, tanto que las personas no comprendan lo que quiere expresar.
- No poder dormir.
- Tener dificultad para concentrarse.
- Gastar demasiado dinero.
- Abusar del alcohol y/o drogas.
- Tener relaciones sexuales sin protección, exponiéndose a embarazos y/o a enfermedades transmisibles.

- Sentir que usted no vale la pena o sentirse culpable.
- Cambios en el apetito.
- Dificultad para recordar o concentrarse.
- Problemas de salud física.
- Sentirse cansado todo el tiempo.
- Tener ideas o pensamientos suicidas.

Recomendaciones

Si alguien importante para usted ha sido diagnosticado con trastorno bipolar, sepa que no está solo y que existen muchas formas en las que usted puede colaborar con el tratamiento.

Señales de depresión

Algunas posibles señales de depresión son:

- Sentirse triste o indiferente.
- No tener interés por las cosas que realiza.
- Sentirse decaído, inquieto o irritable.

- Conozca y aprenda todo lo que pueda sobre la condición.
- Asista a sus citas médicas y mantenga su tratamiento aún si comienza a sentirse mejor.

- Evite la cafeína y los medicamentos que se obtienen sin receta médica para tratar catarrros, alergias y dolor.
- Pregúntele a su médico antes de tomar alcohol o usar cualquier otro medicamento.
- Identifique las señales tempranas de su condición. Hable con su médico si nota algún cambio en su humor o su comportamiento.
- Mantenga una rutina regular. Por ejemplo: Acuéstese y levántese más o menos a la misma hora todos los días, coma y haga ejercicios.
- Tome los medicamentos según indicado por su médico.
- Busque ayuda si presenta ideas o pensamientos suicidas:
- Llame a la Línea PAS al 1-800-981-0023 o al 1-888-672-7622 TDD, veinticuatro (24) horas al día, siete (7) días a la semana.

¿Cuál es el tratamiento para el trastorno bipolar?

Al momento, no hay cura para el trastorno bipolar. Existen distintos tratamientos que pueden ayudar a controlar los síntomas, estos son:

- Medicamentos- tales como estabilizadores del ánimo y antidepresivos para disminuir los síntomas de la condición.
- Terapia psicológica- la terapia puede ayudarle a cambiar sus comportamientos, mejorar la relación con su familia y amigos.

Recuerde

- El trastorno bipolar, antes conocido como “depresión maníaca”, es una enfermedad mental que causa cambios de humor extremo.
- Las personas con trastorno bipolar pueden pasar de un episodio a otro rápidamente, por ejemplo; de manía a depresión y nuevamente a manía.
- Es importante tomar sus medicamentos según le indica su médico.
- Busque ayuda si presenta ideas o pensamientos suicidas. Llame a la Línea PAS 1-800-981-0023.

Comuníquese con su médico

Es posible que ante este tipo de diagnóstico su calidad de vida se vea alterada.

Comuníquese con su médico para recibir más información o consejería sobre como usted y su

familia pueden afrontar las preocupaciones físicas y emocionales sobre el trastorno bipolar. Si es diagnosticado con trastorno bipolar, usted podría beneficiarse del Programa de Alto Costo-Altas Necesidades. A través de este Programa, podría recibir todo el cuidado que necesita para atender sus necesidades de cuidado de salud.

Hablar con su proveedor de servicios de salud sobre sus necesidades, ayudará a entender la mejor manera de asistirle para manejar su condición de salud. Su médico y/o su especialista pueden proveerle información sobre los beneficios de este Programa.

Importante

Si usted necesita servicios de emergencia de salud física o mental, puede marcar el 9-1-1 o visitar la Sala de Emergencias más cercana.

Si usted presenta algún síntoma que entienda requiere atención inmediata, antes de visitar una Sala de Emergencias, puede comunicarse libre de cargos a la Línea de Consejería Médica al 1-844-347-7801, veinticuatro (24) horas al día, siete (7) días a la semana. Usuarios de TTY/TDD deben llamar al 1-844-347-7804. Al llamar a la Línea de Consejería Médica antes de visitar una Sala de Emergencias, usted estará exento de pagar el copago por los servicios recibidos durante su visita.

Para información adicional

Departamento de Servicio al Cliente
1-844-347-7800
TTY/TDD 1-844-347-7805
Visite nuestra página electrónica
www.firstmedicalvital.com

Referencias

American Psychiatric Association: Desk reference to the Diagnostic Criteria from DMS-5. Arlington, VA, American Psychiatric Association, 2013.
NIHM (2015)
<https://www.nimh.nih.gov/health/topics/bipolar-disorder/index.shtml>
<https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/bipolar-disorder/symptoms-causes/syc-20355955>