

Trastornos bipolares en niños y adolescentes



Office of
Mental Health

Índice

Información general	1
¿Qué es el trastorno bipolar?	1
¿Quiénes desarrollan un trastorno bipolar?	2
¿Por qué alguien desarrolla un trastorno bipolar?	2
¿Cuáles son los síntomas del trastorno bipolar?	2
Síntomas de los episodios maníacos	2
Síntomas de los episodios depresivos	3
¿Los niños y adolescentes con trastorno bipolar pueden presentar otros problemas?	3
Abuso de sustancias	3
TDAH	3
Ansiedad	3
¿Cómo se diagnostica el trastorno bipolar?	3
¿Cómo se trata el trastorno bipolar?	4
Medicamentos	4
Terapia	4
¿Qué pueden esperar los niños y adolescentes del tratamiento?	4
¿Cómo puedo ayudar a mi niño o adolescente?	5
¿Cómo afecta el trastorno bipolar a los padres y a la familia?	5

Cómo encontrar ayuda	5
Directorio del Programa de Salud Mental del Estado de New York	6
Localizador de programas para tratamiento de salud mental.....	6
Conozco a alguien que está en crisis. ¿Qué hago?	6

Trastornos bipolares en niños y adolescentes

Información general

¿Su hijo sufre de cambios intensos en su estado de ánimo?

¿Su hijo tiene cambios extremos de comportamiento?

¿Su hijo suele estar mucho más emocionado y activo que otros niños de su edad?

¿Otras personas dicen que su hijo es muy excitable o voluble?

¿Le parece que tiene estados de ánimo alegres y depresivos con mucha más frecuencia que otros niños?

¿Estos cambios en el estado de ánimo afectan la manera en que su hijo actúa en la escuela o en la casa?

Algunos niños y adolescentes con estos síntomas pueden sufrir de **trastorno bipolar**, una enfermedad mental seria. Este folleto le proporcionará más información.

¿Qué es el trastorno bipolar?

El trastorno bipolar es una enfermedad cerebral seria. También se conoce como enfermedad maníaco-depresiva o depresión maníaca. Los niños con trastorno bipolar presentan cambios inusuales en su estado de ánimo. En ocasiones se siente muy felices o animados, y son mucho más energéticos y activos de lo normal o que otros niños de su edad. Esto se conoce como un **episodio maníaco**. En ocasiones los niños con trastorno bipolar se sienten muy tristes y deprimidos, y están mucho menos activos de lo normal. Esto se conoce como depresión o un **episodio depresivo**.

El trastorno bipolar no es lo mismo que los cambios normales en el estado de ánimo que les ocurren a todos los niños. Los síntomas bipolares son mucho más intensos. Los cambios repentinos del estado de ánimo son más extremos, y van acompañados por cambios en el sueño, el nivel de energía y la capacidad para pensar con claridad. Los síntomas bipolares son tan intensos que pueden impedir que un niño tenga buenos resultados en la escuela o se lleve bien con familiares y amigos. La enfermedad también puede ser peligrosa. Algunos jóvenes con trastorno bipolar tratan de hacerse daño o intentan suicidarse.

Los niños y adolescentes con trastorno bipolar deben recibir tratamiento. Con ayuda, pueden controlar sus síntomas y vivir vidas exitosas.

¿Quiénes desarrollan un trastorno bipolar?

Cualquier persona puede desarrollar un trastorno bipolar, incluyendo a niños y adolescentes. Sin embargo, la mayoría de las personas con trastorno bipolar lo desarrollan a fines de la adolescencia o al inicio de la edad adulta. La enfermedad usualmente dura toda la vida.

¿Por qué alguien desarrolla un trastorno bipolar?

Los médicos no saben qué causa el trastorno bipolar, pero varias cosas pueden contribuir a la enfermedad. Los genes familiares pueden ser un factor, porque el trastorno bipolar a veces ocurre en las familias. Sin embargo, es importante saber que el solo hecho de que alguien de su familia tenga trastorno bipolar no significa que otros miembros de la familia también lo tendrán.

Otro factor que puede causar el trastorno bipolar es la estructura cerebral o el funcionamiento cerebral de la persona con el trastorno. Los científicos están aprendiendo más sobre el trastorno al estudiarlo. Estas investigaciones pueden ayudar a los médicos a administrar mejores tratamientos. Además, estas investigaciones pueden ayudar a los médicos a predecir si una persona sufrirá de trastorno bipolar. Algún día los médicos podrían ser capaces de prevenir la enfermedad en algunas personas.

¿Cuáles los síntomas del trastorno bipolar?

Los «episodios anímicos» bipolares incluyen cambios inusuales en el estado de ánimo, además de hábitos de sueño, niveles de actividad, pensamientos y comportamientos inusuales. En un niño, estos cambios en el estado de ánimo y el nivel de actividad deben ser muy diferentes de su conducta normal y de las conductas de otros niños. Una persona con trastorno bipolar puede tener episodios maníacos, episodios depresivos, o episodios «mixtos». Un episodio mixto tiene síntomas tanto maníacos como depresivos. Estos episodios anímicos causan síntomas que duran una o dos semanas, o a veces más tiempo. Durante un episodio, los síntomas duran casi todo el día.

Los niños y adolescentes en un episodio maníaco pueden:

- Sentirse muy felices o hacer boberías de una manera inusual para ellos y para otras personas de su edad
- Ser muy irritables
- Hablar demasiado rápido sobre muchas cosas diferentes
- Tener problemas para dormir, pero no sentirse cansados
- Tener problemas para mantener la concentración
- Hablar y pensar sobre el sexo con más frecuencia
- Hacer cosas riesgosas

Los niños y adolescentes en un episodio depresivo pueden:

- Sentirse muy tristes
- Quejarse mucho de dolor, como dolores de estómago o de cabeza
- Dormir demasiado o demasiado poco
- Sentirse culpables e inútiles
- Comer demasiado o demasiado poco
- Tener muy poca energía y no interesarse en actividades divertidas
- Pensar en la muerte o en el suicidio

¿Los niños y adolescentes con trastorno bipolar pueden presentar otros problemas?

Los jóvenes con trastorno bipolar pueden tener varios problemas al mismo tiempo. Estos incluyen:

- **Abuso de sustancias**
Tanto adultos como niños con trastorno bipolar están en riesgo de beber o de consumir drogas.
- **Trastorno de déficit de atención e hiperactividad (TDAH)**
Los niños que tienen tanto trastorno bipolar como TDAH pueden tener problemas para mantener la concentración.
- **Trastornos de ansiedad, como ansiedad por separación.**

En ocasiones se presentan problemas de conducta junto con los episodios anímicos. Los jóvenes pueden correr muchos riesgos como conducir demasiado rápido o gastar demasiado dinero. Algunos jóvenes con trastorno bipolar piensan en suicidarse. **Preste atención a cualquier signo de ideas suicidas. Tómese en serio estos signos y llame al médico de su hijo.**

¿Cómo se diagnostica el trastorno bipolar?

Un médico experimentado examinará minuciosamente a su hijo. No hay análisis de sangre ni estudios del cerebro que puedan diagnosticar el trastorno bipolar. En cambio, el médico le hará preguntas sobre el estado de ánimo y los patrones de sueño de su hijo. El médico también le hará preguntas sobre la energía y el comportamiento de su hijo. En ocasiones los médicos necesitan conocer los problemas médicos de su familia, como la depresión o el alcoholismo. El médico puede hacer pruebas para ver si algo distinto al trastorno bipolar está causando los síntomas de su hijo.

¿Cómo se trata el trastorno bipolar?

Por ahora, no hay cura para el trastorno bipolar. Los médicos a menudo tratan a los niños que tienen la enfermedad como tratarían a un adulto. El tratamiento puede ayudar a controlar los síntomas. Un tratamiento continuo y estable funciona mejor que tratamientos intermitentes.

Las opciones de tratamiento incluyen:

- **Medicamentos.** Hay varios tipos de medicamentos que pueden ayudar. Los niños responden de distintas maneras a los medicamentos, por lo que el medicamento correcto dependerá del niño. Algunos niños pueden necesitar más de un tipo de medicamento, debido a que sus síntomas son complejos. En ocasiones necesitan probar diferentes tipos de medicamentos para ver cuáles son los mejores para él. Los niños deben tomar la menor cantidad posible de medicamentos, y en la menor dosis posible, para ayudar con sus síntomas. Una buena manera de recordarlo es «comenzar bajo, avanzar lento». Los medicamentos pueden causar efectos secundarios. **Siempre informe al médico de su hijo sobre sus problemas con efectos secundarios.** No deje de administrar el medicamento a su hijo sin la supervisión de un médico. Suspender el medicamento repentinamente puede ser peligroso, y puede empeorar los síntomas bipolares.
- **Terapia** Diferentes tipos de psicoterapia pueden ayudar a los niños con trastorno bipolar. La terapia puede ayudar a los niños a modificar su comportamiento y a manejar sus rutinas. También puede ayudar a los jóvenes a llevarse mejor con sus familiares y amigos. En ocasiones la terapia incluye a miembros de la familia.

¿Qué pueden esperar los niños y adolescentes del tratamiento?

Con tratamiento, los niños y adolescentes con trastorno bipolar pueden mejorar con el tiempo. Ayuda cuando médicos, padres y jóvenes trabajan en colaboración.

En ocasiones el trastorno bipolar de un niño cambia. Cuando esto ocurre, el tratamiento también tiene que cambiar. Por ejemplo, su hijo podría tener que cambiar a un medicamento diferente. El médico también puede recomendar otros cambios en el tratamiento. Los síntomas pueden regresar después de un tiempo, y quizá sea necesario hacer más ajustes. El tratamiento puede llevar tiempo, pero perseverar ayuda a muchos niños y adolescentes a tener menos síntomas bipolares.

Usted puede ayudar a que el tratamiento sea más efectivo. Trate de llevar una bitácora con los estados de ánimo, comportamientos y patrones de sueño de su hijo. Esto se conoce como una «bitácora de vida» o «tabla de estados de ánimo». Puede ayudarles a usted y a su hijo a entender y dar seguimiento a la enfermedad. Una bitácora también puede ayudar al médico a ver si el tratamiento está funcionando.

¿Cómo puedo ayudar a mi niño o adolescente?

La ayuda comienza con el diagnóstico y tratamiento correctos. Si cree que su hijo puede tener trastorno bipolar, haga una cita con su médico familiar para hablar sobre los síntomas que ha observado.

Si su hijo tiene trastorno bipolar, hay algunas cosas básicas que usted puede hacer:

- Sea paciente.
- Anime a su hijo a hablar, y escúchelo con atención.
- Sea comprensivo con los episodios anímicos.
- Ayude a su hijo a divertirse.
- Ayude a su hijo a entender que el tratamiento puede mejorar su vida.

¿Cómo afecta el trastorno bipolar a los padres y a la familia?

Cuidar de un niño o adolescente con trastorno bipolar también puede ser estresante para usted. Tiene que afrontar los cambios en su estado de ánimo y otros problemas, como la irritabilidad y las actividades riesgosas. Esto puede ser un desafío para cualquier padre. En ocasiones el estrés puede causar tensión en sus relaciones con otras personas, y usted podría tener que faltar al trabajo o perder su tiempo libre.

Si está cuidando de un niño con trastorno bipolar, cuide también de usted mismo. Encuentre a alguien con quien pueda hablar de sus sentimientos. Hable con el médico sobre grupos de apoyo para cuidadores. Si mantiene su nivel de estrés bajo control, hará un mejor trabajo. También podría ayudar a que su hijo mejore.

Cómo encontrar ayuda

Directorio del Programa de Salud Mental del Estado de New York

El Directorio del Programa de Salud Mental proporciona información sobre todos los programas del Estado de New York que son operados, autorizados o financiados por la Oficina de Salud Mental del Estado (por sus siglas en inglés, OMH). Este sitio incluye tres opciones de búsqueda: Búsqueda básica, búsqueda avanzada y directorio completo. Las definiciones de todos los programas están disponibles en la pestaña Support (Ayuda), junto con la ayuda del directorio y la información sobre la recolección de datos del programa. Encuentre servicios cerca de usted en: Aplicación móvil «Find a Program» en omh.ny.gov

Localizador de programas para tratamiento de salud mental

La Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental (por sus siglas en inglés, SAMHSA) ofrece este recurso en línea para encontrar instituciones y programas de tratamiento de salud mental. La sección del localizador de tratamientos de salud mental del Localizador de Servicios de Tratamiento de Salud Conductual muestra las instituciones que brindan servicios de salud mental a personas con enfermedades mentales. Encuentre una institución en su estado en <https://findtreatment.samhsa.gov/>

Para obtener ayuda inmediata

Si se encuentra en crisis...

Llame sin costo a la **Línea Nacional para la Prevención del Suicidio al 1-800-273-TALK (8255)**, disponible 24 horas al día, 7 días a la semana. El servicio está disponible para todos. Todas las llamadas son confidenciales. El número TTY es el 1-800-799-4TTY (4889).

Si está pensando en causarse daño o tiene pensamientos suicidas:

- Hable de inmediato con alguien que pueda ayudarle
- Llame a su profesional acreditado de la salud mental si ya está consultando a uno
- Llame a su médico
- Acuda al departamento de emergencias del hospital más cercano

Conozco a alguien que está en crisis...

Si conoce a alguien que podría estar pensando en hacerse daño a sí mismo o a alguien más, busque ayuda rápidamente.

Si un ser querido está pensando en el suicidio:

- No lo deje solo
- Elimine el acceso a armas de fuego y otros medios potenciales de suicidio, incluyendo medicamentos
- Trate de llevarlo inmediatamente al médico o a la sala de emergencia del hospital más cercano para obtener ayuda, o llame al 911.
- Llame a la Línea Nacional para la Prevención del Suicidio 1-800-273-TALK (8255)
Número TTY: 1-800-799-4TTY (4889)

La Oficina de Salud Mental del Estado de New York agradece al Instituto Nacional de Salud Mental por proporcionar la información contenida en este folleto.

Julio de 2018

Si tiene preguntas o quejas sobre los servicios de salud mental en cualquier parte del Estado de New York, comuníquese con:

Oficina de Salud Mental
del Estado de New York
Relaciones con Clientes
44 Holland Avenue
Albany, NY 12229

(800) 597-8481 (sin costo)

Para obtener información sobre los servicios de salud mental en su comunidad, comuníquese con la oficina regional de la Oficina de Salud Mental del Estado de New York más cercana a usted:

Oficina para New York Oeste
737 Delaware Avenue, Suite 200
Buffalo, NY 14209
(716) 885-4219

Oficina para New York Central
545 Cedar Street, 2nd Floor
Syracuse, NY 13210-2319
(315) 426-3930

Oficina para Hudson River
10 Ross Circle, Suite 5N
Poughkeepsie, NY 12601
(845) 454-8229

Oficina para Long Island
998 Crooked Hill Road
Building #45-3
West Brentwood, NY 11717-1087
(631) 761-2886

Oficina para la Ciudad de New York
330 Fifth Avenue, 9th Floor
New York, NY 10001-3101
(212) 330-1650



Office of
Mental Health

¿En crisis?

Tenemos tiempo para escuchar.
**Envíe el mensaje de
texto Got5 al 741741**

**Línea Nacional para la
Prevención del Suicidio**
1-800-273-TALK (8255)

Disponible 24 horas al día,
7 días a la semana (sin costo)

El servicio está disponible para todos.
Todas las llamadas son confidenciales.

El número TTY es:
1-800-799-4TTY (4889)

Conéctese con la OMH



www.facebook.com/nysomh



[@nysomh](http://www.twitter.com/nysomh)



www.youtube.com/user/nysomh



Para obtener más información sobre esta publicación, comuníquese a:

NYS OMH Community Outreach and
Public Education Office
44 Holland Avenue
Albany, NY 12229
(800) 597-8481 (sin costo)
www.omh.ny.gov