

## ¿Qué es el trastorno bipolar?

El trastorno bipolar se caracteriza por cambios en el estado de ánimo que van desde bajos depresivos hasta altos maníacos.

El trastorno bipolar afecta a unos 8 millones de personas en EE. UU. y se calcula que a 40 millones de personas en todo el mundo. Los síntomas del trastorno bipolar suelen comenzar entre los 15 y los 25 años, a menudo con un episodio inicial de depresión.

### ¿Cuáles son los tipos de trastorno bipolar?

Las personas con trastorno bipolar de tipo I tienen al menos 1 episodio de manía, definido como un estado de ánimo elevado o irritable que dura al menos 1 semana y que puede requerir hospitalización. Los síntomas de la manía incluyen impulsividad, comportamiento arriesgado, agitación, grandiosidad, pensamientos acelerados, disminución de la necesidad de dormir, aumento de la productividad y alteración del juicio.

Las personas con trastorno bipolar de tipo II presentan hipomanía (una forma más leve de manía) durante al menos 4 días consecutivos junto con un episodio previo de depresión.

### ¿Cómo se diagnostica el trastorno bipolar?

El trastorno bipolar se diagnostica en personas que tienen episodios de depresión y manía. Los médicos deben preguntar a todos los pacientes con depresión sobre los síntomas de manía, como el exceso de energía, la reducción de la necesidad de sueño, el aumento de la sexualidad y el estado de ánimo elevado o irritable. Los miembros de la familia a menudo pueden proporcionar información sobre los patrones recientes de conducta y toma de decisiones de su familiar. Es importante identificar a las personas con trastorno bipolar porque el diagnóstico y el tratamiento tempranos a menudo dan lugar a un mejor pronóstico.

Aproximadamente el 70 % de las personas con trastorno bipolar también tiene un trastorno de ansiedad y un poco más de la mitad tiene un trastorno por consumo de sustancias. Los trastornos de la personalidad afectan a aproximadamente un tercio de las personas con trastorno bipolar, y aproximadamente entre el 10 % y el 20 % presenta trastorno por déficit de atención e hiperactividad.

### ¿Cómo se trata el trastorno bipolar?

Los medicamentos son el pilar del tratamiento del trastorno bipolar. La mayoría de las personas con trastorno bipolar necesitan tratamiento de por vida para reducir los síntomas maníacos o depresivos, reducir las recidivas y mejorar el funcionamiento y la calidad de vida. El tratamiento debe adaptarse a los síntomas del paciente, la presencia de otras afecciones de salud mental, la respuesta previa al tratamiento y las preferencias personales. El tratamiento del trastorno bipolar suele incluir 1 o más de los siguientes:

- Estabilizadores del estado de ánimo como litio, valproato y lamotrigina
- Fármacos antipsicóticos atípicos como quetiapina, aripiprazol y cariprazina
- Psicoterapia para reducir las recidivas y los síntomas, bajar las tasas de hospitalización y mejorar el cumplimiento del régimen de medicamentos

**Autor:** Rebecca Voelker, MSJ

**Publicado en línea:** 16 de febrero de 2024. doi:10.1001/jama.2023.24844

**Afiliaciones de la autora:** Escritora colaboradora, JAMA.

**Divulgaciones relacionadas con conflictos de intereses:** No se informó ninguna.

**Fuente:** Nierenberg AA, Agustini B, Köhler-Forsberg O, et al. Diagnosis and treatment of bipolar disorder: a review. *JAMA*. 2023;330(14):1370-1380. doi:10.1001/jama.2023.18588

El **trastorno bipolar** está asociado a cambios en el estado de ánimo que van desde bajos depresivos hasta altos maníacos. El diagnóstico y el tratamiento tempranos a menudo dan lugar a un mejor pronóstico. Aproximadamente el 70 % de los pacientes con trastorno bipolar presenta ansiedad, más del 50 % tiene un trastorno por consumo de sustancias, aproximadamente el 30 % tiene un trastorno de la personalidad y entre el 10 % y el 20 % tiene un trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH).

#### Síntomas de manía

Impulsividad, comportamiento arriesgado, agitación, grandiosidad, pensamientos acelerados, disminución de la necesidad de dormir, aumento de la productividad y alteración del juicio

#### Síntomas de depresión

Falta de ánimo, tristeza, desesperanza, pérdida de interés y motivación, baja autoestima, sentimientos de culpa, dificultad para concentrarse, dificultades para dormir, pérdida del apetito e ideación suicida

El trastorno bipolar suele tratarse con medicamentos. La psicoterapia puede mejorar el cumplimiento del régimen de medicamentos y reducir los síntomas del trastorno bipolar, las recidivas y las hospitalizaciones.

- Atención hospitalaria si el juicio de un paciente se ve gravemente afectado durante un episodio maniaco
- Terapia electroconvulsiva, que envía descargas eléctricas al cerebro bajo anestesia, para pacientes con depresión bipolar grave que no mejoran con los tratamientos convencionales

### Esperanza de vida de las personas con trastorno bipolar

Las personas con trastorno bipolar tienen una esperanza de vida entre 12 y 14 años más corta que la población general, principalmente debido a un mayor riesgo de suicidio y cardiopatía. El trastorno bipolar se asocia al síndrome metabólico (presión arterial alta, glucosa en sangre alta, exceso de grasa corporal alrededor de la cintura y niveles de colesterol anormal), obesidad, tabaquismo y diabetes tipo 2.

### Intervenciones para reducir el riesgo de cardiopatía en personas con trastorno bipolar

Para las personas con trastorno bipolar que fuman cigarrillos puede ser beneficioso participar en programas intensivos para dejar de fumar con asesoramiento conductual personalizado y coordinación de la atención a fin de reducir el riesgo de enfermedad cardíaca. Se recomiendan la actividad física y las modificaciones en la dieta para todas las personas con trastorno bipolar.

#### PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- *American Psychiatric Association (Asociación Psiquiátrica Estadounidense)*
- *Substance Abuse and Mental Health Services Administration (Administración de Servicios para el Abuso de Sustancias y la Salud Mental)*

La hoja para el paciente de JAMA es un servicio público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden descargar o fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpressiones en grandes cantidades, envíe un correo electrónico a reprints@jamanetwork.com.