

El trastorno

bipolar

en los niños y
los adolescentes



National Institute
of Mental Health

¿Tiene su hijo cambios bruscos en el estado de ánimo o en el comportamiento? ¿Se emociona o se irrita mucho más que otros niños? ¿Se ha dado cuenta de que su hijo atraviesa por ciclos de altibajos extremos con más frecuencia que otros niños? ¿Afectan estos cambios en el estado de ánimo la forma en que actúa su hijo en la escuela o el hogar?

Algunos niños y adolescentes con estos síntomas pueden tener el **trastorno bipolar**, un trastorno cerebral que causa cambios inusuales en el estado de ánimo, la energía, los niveles de actividad y el funcionamiento diario. Con tratamiento, los niños y los adolescentes que tienen trastorno bipolar pueden mejorar con el transcurso del tiempo.

¿Qué es el trastorno bipolar?

El trastorno bipolar es un trastorno mental que hace que las personas experimenten cambios evidentes, a veces extremos, en el estado de ánimo y el comportamiento. A veces, los niños con trastorno bipolar se sienten muy felices o “animados” y son mucho más enérgicos y activos de lo habitual. Esto se llama un **episodio maniaco**. Otras veces, los niños con trastorno bipolar se sienten muy tristes o “abatidos” y son mucho menos activos de lo normal. Esto se llama **episodio depresivo**.

El trastorno bipolar, que anteriormente se le denominaba enfermedad maniaco-depresiva o depresión maniaca, no es lo mismo que los altibajos normales que experimentan todos los niños. Los cambios de humor en el trastorno bipolar son más extremos, a menudo no provocados, y van acompañados de cambios en el sueño, el nivel de energía y la capacidad de pensar con claridad. Los síntomas bipolares pueden dificultar que los jóvenes se desempeñen bien en la escuela o que se lleven bien con sus amigos y familiares. Algunos niños y adolescentes con trastorno bipolar pueden intentar hacerse daño o suicidarse.

En la mayoría de las personas, el trastorno bipolar se diagnostica en la adolescencia o en la edad adulta, pero los síntomas pueden aparecer antes, durante la infancia. A menudo, el trastorno bipolar es episódico, pero generalmente dura toda la vida.

Los indicios y los síntomas del trastorno bipolar pueden coincidir con los de otros trastornos que son frecuentes en los jóvenes, como el trastorno por déficit de atención con hiperactividad, problemas de conducta, depresión mayor y trastornos de ansiedad. El diagnóstico del trastorno bipolar puede ser complicado y requiere una evaluación cuidadosa y exhaustiva por parte de un profesional de la salud mental capacitado y con experiencia.

Con tratamiento, los niños y los adolescentes con trastorno bipolar pueden controlar sus síntomas y llevar una vida exitosa.

¿Qué causa el trastorno bipolar?

Se desconocen las causas exactas del trastorno bipolar, pero hay varios factores que pueden contribuir a la enfermedad.

Por ejemplo, los investigadores están comenzando a descubrir mecanismos genéticos relacionados con el trastorno bipolar y otros trastornos mentales. Diversas investigaciones muestran que la probabilidad de que las personas tengan un trastorno bipolar es mayor si tienen un familiar cercano con la enfermedad, lo que puede obedecer a que tienen las mismas variaciones genéticas. Sin embargo, solo porque un miembro de la familia tiene el trastorno bipolar, no significa que otros miembros de esa familia lo tendrán. Hay muchos genes implicados en el trastorno, pero no hay un solo gen que lo causa.

Las investigaciones también sugieren que la adversidad, el trauma y los acontecimientos estresantes de la vida pueden aumentar la posibilidad de presentar el trastorno bipolar en personas con un riesgo genético de tener la enfermedad.

Algunos estudios de investigación han encontrado diferencias en la estructura y la función del cerebro en las personas que tienen trastorno bipolar y las que no lo tienen. Los investigadores están estudiando el trastorno para aprender más sobre sus causas y tratamientos eficaces.

¿Cuáles son los síntomas del trastorno bipolar?

Los episodios del estado de ánimo que ocurren en el trastorno bipolar incluyen emociones intensas, junto con cambios significativos en los hábitos de sueño, los niveles de actividad, los pensamientos o los comportamientos. Una persona con trastorno bipolar puede tener episodios maníacos, depresivos o “mixtos”. Un episodio mixto incluye síntomas maníacos y depresivos. Estos episodios del estado de ánimo causan síntomas que a menudo duran varios días o semanas. Durante un episodio, los síntomas duran todos los días durante la mayor parte del día.

En un niño, estos cambios en el estado de ánimo y en las actividades son muy diferentes a su comportamiento habitual, así como al comportamiento de los niños y los adolescentes que no tienen este trastorno.

Los niños y los adolescentes que tienen un **episodio maníaco** pueden:

- mostrar una felicidad intensa o actuar tontamente durante períodos largos de tiempo;
- tener muy mal genio o mostrarse sumamente irritados;
- hablar muy rápido sobre muchas cosas diferentes;
- tener problemas para dormir, pero sin sentirse cansados;
- tener problemas para mantener la concentración y experimentar pensamientos acelerados;
- mostrarse demasiado interesados o estar involucrados en actividades placenteras que son arriesgadas;
- hacer cosas arriesgadas o imprudentes que muestren mal juicio.

Los niños y los adolescentes que tienen un **episodio depresivo** pueden:

- sentir una tristeza frecuente no provocada;
- mostrar una mayor irritabilidad, ira u hostilidad;
- quejarse mucho de sentir dolor, como dolores de estómago o de cabeza;
- mostrar un aumento evidente en la cantidad de tiempo que duerme;
- tener dificultad para concentrarse;
- sentirse desesperados e inútiles;
- tener dificultades para comunicarse o mantener relaciones;
- comer demasiado o muy poco;
- tener poca energía y no mostrar ningún interés en las actividades que generalmente disfrutaban;
- pensar en la muerte o en el suicidio.

¿Pueden los niños y los adolescentes con trastorno bipolar tener otros problemas?

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

- **Uso indebido del alcohol y las drogas.** Los jóvenes con trastorno bipolar corren el riesgo de consumir indebidamente alcohol o drogas.
- **Trastorno por déficit de atención con hiperactividad (ADHD, por sus siglas en inglés).** Los niños y los adolescentes que tienen trastorno bipolar y trastorno de ADHD pueden tener problemas para mantenerse concentrados.
- **Trastornos de ansiedad.** Los niños y los adolescentes con trastorno bipolar también pueden tener un trastorno de ansiedad.

A veces, los comportamientos extremos van acompañados de episodios anímicos. Durante los episodios maníacos, los jóvenes con trastorno bipolar pueden tomar riesgos extremos que generalmente no tomarían o que podrían causarles daño o lesiones. Durante los episodios depresivos, algunos jóvenes con trastorno bipolar pueden pensar en huir del hogar o tener pensamientos suicidas.

Si su hijo muestra indicios de tener pensamientos suicidas, tómelo en serio y llame a su proveedor de atención médica.

Si cree que su hijo está en crisis y necesita ayuda inmediata, llame al 911. También puede llamar a la línea de ayuda de la Red Nacional de Prevención del Suicidio (*Lifeline*) al 1-888-628-9454 o envíe un mensaje de texto a la línea de crisis para mensajes de texto (envíe la palabra HELLO al 741741). Las personas con problemas auditivos pueden comunicarse con la línea de ayuda *Lifeline* a través de TTY al 1-800-799-4889. Estos servicios son confidenciales, gratuitos y están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

¿Cómo se diagnostica el trastorno bipolar?

Un proveedor de atención médica le hará preguntas sobre el estado de ánimo, los patrones de sueño, los niveles de energía y el comportamiento de su hijo. No hay análisis de sangre ni escáneres cerebrales que puedan diagnosticar el trastorno bipolar. Sin embargo, el proveedor de atención médica puede hacerle pruebas a su hijo para determinar si, además del trastorno bipolar, hay otra cosa que le está causando los síntomas. A veces, los proveedores de atención médica necesitan averiguar sobre los problemas médicos que hay en la familia, como depresión o el uso de sustancias.

Otros trastornos tienen síntomas como los del trastorno bipolar, incluidos el trastorno de déficit de atención con hiperactividad, el trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo, el trastorno negativista desafiante, los trastornos de conducta y los trastornos de ansiedad. También puede ser un desafío distinguir el trastorno bipolar de la depresión que ocurre sin manía, a la que se le conoce como “depresión mayor”. Un proveedor de atención médica que se especialice en trabajar con niños y adolescentes puede hacer una evaluación cuidadosa y completa de los síntomas de su hijo para diagnosticarlo correctamente.

¿Cómo se trata el trastorno bipolar?

Los niños y los adolescentes pueden trabajar con su proveedor de atención médica para establecer un plan de tratamiento que los ayudará a controlar sus síntomas y mejorar su calidad de vida. Es importante cumplir con el plan de tratamiento, incluso cuando su hijo no esté experimentando un episodio de estado de ánimo. Un tratamiento estable y confiable funciona mejor que uno que comienza y se interrumpe.

Las opciones de tratamiento incluyen:

- **Medicamentos.** Hay varios tipos de medicamentos que pueden ayudar a tratar los síntomas del trastorno bipolar. Los niños responden a los medicamentos de diferentes maneras, por lo que el tipo correcto de medicamento depende del niño. Esto significa que es posible que su hijo tenga que probar diferentes tipos de medicamentos para ver cuál le funciona mejor. Es posible que algunos niños necesiten más de un solo tipo de medicamento porque sus síntomas son complejos. Los niños deben tomar la menor cantidad de medicamentos y las dosis más pequeñas posibles para ayudarles sus síntomas. Una forma de recordar esto es “comenzar con poco y aumentar lentamente.” Los medicamentos pueden causar efectos secundarios. **Siempre informe al proveedor de atención médica de su hijo sobre cualquier efecto secundario que pueda tener.** No deje de darle los medicamentos a su hijo sin consultar con un proveedor de atención médica. Suspender los medicamentos de forma repentina puede ser peligroso y empeorar los síntomas bipolares.
- **Terapia psicosocial.** Los diferentes tipos de terapia psicosocial pueden ayudar a los niños y sus familias a controlar los síntomas del trastorno bipolar. Las terapias que se basan en investigaciones científicas, tales como enfoques conductuales cognitivos y una terapia centrada en la familia, pueden ofrecer apoyo, educación y orientación a los jóvenes y sus familias. Estas terapias desarrollan habilidades que pueden ayudar a las personas a controlar el trastorno bipolar, incluidas las habilidades para mantener rutinas, aumentar el control de las emociones y mejorar las interacciones sociales.

¿Qué pueden esperar los niños y los adolescentes del tratamiento?

Con tratamiento, los niños y los adolescentes con trastorno bipolar pueden mejorar con el transcurso del tiempo. El tratamiento es más eficaz cuando los proveedores de atención médica, los padres y los jóvenes trabajan juntos.

A veces, los síntomas pueden cambiar o desaparecer y luego reaparecer. Cuando esto sucede, el proveedor de atención médica de su hijo puede recomendar cambios en el plan de tratamiento. Podría transcurrir cierto tiempo antes de que surta efecto el tratamiento, pero su cumplimiento puede ayudar a los jóvenes a controlar sus síntomas y a reducir la probabilidad de episodios futuros.

El proveedor de atención médica de su hijo puede recomendarle mantener un “cuadro de la vida diaria” o un “cuadro del estado de ánimo” para seguir de cerca el estado de ánimo, el comportamiento y los patrones de sueño de su hijo. Esto puede facilitar el seguimiento de la enfermedad y determinar si el tratamiento está funcionando.

¿Cómo puedo ayudar a mi niño o adolescente?

La ayuda comienza con el diagnóstico y el tratamiento correcto. Hable con su médico de cabecera u otro proveedor de atención médica de su familia sobre cualquier síntoma que observe.

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

- Tenga paciencia.
- Anime a su hijo a que hable y escúchelo con sumo cuidado.
- Preste atención al estado de ánimo de su hijo y esté atento a cualquier cambio importante.
- Comprenda los factores desencadenantes y aprenda estrategias para controlar las emociones intensas y la irritabilidad.
- Ayúdelo a que se divierta.
- Recuerde que el tratamiento requiere tiempo: el cumplimiento del plan de tratamiento puede ayudar a su hijo a mejorar y a mantenerse bien.
- Ayúdelo a entender que el tratamiento puede ayudarlo a tener una vida mejor.

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

Cuidar a un niño o adolescente que tiene el trastorno bipolar puede ser estresante para los padres y las familias. Hacer frente a los cambios en el estado de ánimo y otros problemas, como el mal genio y las conductas arriesgadas, puede ser un reto para cualquier persona que cuida del niño.

Es importante que los cuidadores también se cuiden. Busque a alguien con quien pueda hablar o pregúntele a su proveedor de atención médica sobre los grupos de apoyo. Encontrar apoyo y estrategias para manejar el estrés puede ayudar a su hijo y a usted mismo.

¿Dónde puedo obtener ayuda?

Si no sabe dónde puede obtener ayuda, un buen punto de partida es consultar a su médico, pediatra u otro proveedor de atención médica de la familia. Un proveedor de atención médica puede referirlo a un profesional calificado de la salud mental, como un psiquiatra o un psicólogo, que tenga experiencia en el tratamiento del trastorno bipolar y pueda evaluar los síntomas de su hijo.

Puede obtener más información sobre cómo obtener ayuda y encontrar un proveedor de atención médica en el sitio web en inglés del Instituto Nacional de la Salud Mental en www.nimh.nih.gov/findhelp. Los proveedores de atención médica del hospital pueden ayudar en caso de una emergencia. La Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental (SAMHSA, por sus siglas en inglés) tiene una herramienta en línea en inglés que le puede ayudar a encontrar servicios de salud mental en su área: <https://findtreatment.samhsa.gov>.

Conozco a alguien que está en crisis. ¿Qué debo hacer?

Si usted conoce a alguien que podría estar pensando en hacerse daño o hacer daño a otra persona, busque ayuda de inmediato.

- No le deje sola a esa persona.
- Llame al 911 para servicios de emergencia o vaya a la sala de emergencias más cercana.
- Llame a la línea directa gratuita *Lifeline* de la Red Nacional de Prevención del Suicidio al 1-888-628-9454, o al número TTY para personas con problemas auditivos al 1-800-799-4889 (1-800-799-4TTY). Hay especialistas disponibles las 24 horas del día. O puede enviar un mensaje de texto a la línea de crisis para mensajes de texto (envíe la palabra HELLO al 741741), o visite el sitio web de *Lifeline* de la Red Nacional de Prevención del Suicidio en <https://suicidepreventionlifeline.org/help-yourself/en-espanol> (español) o <https://suicidepreventionlifeline.org> (inglés).

¿Qué debo saber sobre los ensayos clínicos?

Los ensayos clínicos son estudios de investigación que analizan nuevas formas de prevenir, detectar o tratar enfermedades y trastornos. Aunque las personas pueden beneficiarse de formar parte de un ensayo clínico, los participantes deben ser conscientes de que el objetivo principal de un ensayo clínico es obtener nuevos conocimientos científicos para que otros puedan recibir una mejor ayuda en el futuro.

Los investigadores del NIMH y de todas partes del país realizan ensayos clínicos con pacientes y voluntarios sanos. Hable con su proveedor de atención médica sobre los ensayos clínicos, sus beneficios y riesgos, y vean si hay alguno que sea adecuado para usted. Para obtener más información, visite el sitio web en inglés www.nimh.nih.gov/clinicaltrials.

Reproducciones

Esta publicación es de dominio público y se puede reproducir o copiar sin necesidad de pedir permiso al NIMH. Le agradecemos que cite al NIMH como fuente de la información. Para obtener más información sobre el uso de las publicaciones del NIMH, comuníquese con el Centro de Recursos de Información del NIMH al 1-866-615-6464, envíe un correo electrónico a nimhinfo@nih.gov o consulte nuestras pautas para reproducir nuestros materiales en www.nimh.nih.gov/reprints (inglés).

Para más información

Sitio web del NIMH

www.nimh.nih.gov/pubspanol (español)

www.nimh.nih.gov (inglés)

MedlinePlus de la Biblioteca Nacional de Medicina

<https://medlineplus.gov/spanish> (español)

<https://medlineplus.gov> (inglés)

Ensayos clínicos

<https://salud.nih.gov/investigacion-clinica> (Información general en español)

www.clinicaltrials.gov (inglés)

Instituto Nacional de la Salud Mental

Oficina de Política Científica, Planificación y Comunicaciones

División de Redacción Científica, Prensa y Difusión

6001 Executive Boulevard

Room 6200, MSC 9663

Bethesda, MD 20892-9663

Teléfono: 301-443-4513 o 1-866-615-6464*

Teléfono para personas con problemas auditivos:

301-443-8431 o 1-866-415-8051*

Fax: 301-443-4279

Correo electrónico: nimhinfo@nih.gov

Sitios web: www.nimh.nih.gov (inglés) o

www.nimh.nih.gov/pubspanol (español)

*Las llamadas a los números telefónicos que empiezan con 1-866 son gratuitas para quienes viven en los Estados Unidos.



National Institute
of Mental Health

DEPARTAMENTO DE SALUD Y SERVICIOS HUMANOS
DE LOS ESTADOS UNIDOS
Institutos Nacionales de la Salud
Publicación de NIH Núm. 20-MH-8081S
Revisada en 2020