



## **CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN EL TRASTORNO BIPOLAR**

Beatriz Fernández García, Enrique González Prendes, Karina Torres Escandón, Patricia Ríos Nacarino, Sandra Álvarez Nacarino, Laura Quesada Gutiérrez.

[beatrizastas@gmail.com](mailto:beatrizastas@gmail.com)

Trastorno Bipolar, Enfermería, Cuidados, Salud Mental.

## **RESUMEN**

El trastorno bipolar, o enfermedad maniaco-depresiva, es un trastorno del estado de ánimo, considerada como una enfermedad crónica e incapacitante, en la que se alternan periodos de profunda exaltación y un nivel de actividad exagerados (manía o hipomanía) con periodos de depresión.

Se asocian unas tasas muy altas de comorbilidad con los trastornos de ansiedad y, por sus características, confiere un alto riesgo de lesión y suicidio, considerándolo la OMS la 6ª causa de discapacidad entre los jóvenes, y la 6ª causa mundial de carga social y sufrimiento.

Es un trastorno que no tiene preferencias por ningún tipo de raza o cultura, aunque si es más frecuente en el sexo femenino. Y es una enfermedad que se manifiesta con gran variedad de síntomas, que van desde los maniacos o depresivos, hasta los que conllevan a un comportamiento de riesgo asociado al suicidio.

Por todo ello es importante conocer los riesgos del trastorno bipolar, para detectar las manifestaciones iniciales y así identificar los factores individuales de cada paciente, para promover una correcta adherencia al tratamiento, tanto farmacológico (el Litio es el fármaco de 1ª elección) como no farmacológico.

La educación para la salud es decisiva para conseguir una buena adherencia al tratamiento; y por tanto, los profesionales de la salud tienen aquí un reto importante, para evitar los intentos autolíticos, frecuentes en este tipo de pacientes con problemas mentales, y que tienen gran impacto en la salud física y mental.

## **INTRODUCCIÓN**

El trastorno bipolar (TB) es una enfermedad psiquiátrica en la que hay una alteración cíclica y recurrente del estado del ánimo, entre episodios de depresión, manía y mixtos.

El trastorno bipolar, también conocido como enfermedad maniaco-depresiva, es un trastorno del estado de ánimo, considerada como una enfermedad crónica e incapacitante. Esta enfermedad se caracteriza por alternar periodos de una profunda exaltación y un nivel de actividad exagerados (manía o hipomanía), con periodos de depresión.

Cursa con largos periodos asociándose a una marcada disfunción entre ellos, dónde consecuentemente los individuos pasan una importante parte de sus vidas indispuestos. Por

## **CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN EL TRASTORNO BIPOLAR**

ello, se asocian unas altas tasas de comorbilidad con trastornos de ansiedad y una propensión hacia el uso indebido de sustancias que limitan la detección y el tratamiento efectivo. La enfermedad, por sus características confiere un alto riesgo de lesión y suicidio.

De manera específica, la Organización mundial de la Salud (OMS) afirma que el trastorno bipolar se ha clasificado como la sexta causa mundial de carga social y sufrimiento, y la sexta en discapacidad entre los jóvenes. Existe una prevalencia a lo largo de la vida de un 2,1%; cuando se trata de mayores de 65 años esta prevalencia aumenta hasta el 10%, suponiendo entre un 5%-15% de los ingresos hospitalarios en salud mental.

Según varios estudios, el trastorno bipolar se presenta en todo tipo de razas y culturas, afectando por igual a hombres y mujeres, aunque éstas representan un riesgo más alto (en torno al 5%) de ingreso hospitalario en unidades de psiquiatría.

Por edad, la mayor frecuencia de presentación se produce entre los 20-30 años, siendo los cambios estacionales, sobre todo el verano, cuando hay mayor frecuencia de los brotes. Aunque la causa exacta se desconoce, se presenta con mayor frecuencia en personas con antecedentes familiares de padecer dicho trastorno; en la mayoría de personas con trastorno bipolar no hay una causa clara para los episodios de manías o depresión, pero existen diferentes factores que pueden desencadenar un episodio maniaco como son:

- parto,
- toma de antidepresivos,
- insomnio,
- consumo de drogas psicoactivas...

Los síntomas principales son

- Fase maniaca: dura desde días hasta meses
  - Falta de autocontrol en los hábitos diarios: comida, bebida, consumo de drogas...
  - Estado de ánimo muy irritado, hablar mucho, distraerse con facilidad, no sentir cansancio ni sueño...
- Fase depresiva:
  - Tristeza o bajo ánimo constante
  - Problemas de concentración
  - Inapetencia o pérdida de apetito = pérdida de peso; o todo lo contrario, consumo exagerado de alimentos = aumento de peso
  - Fatiga, desgana, insomnio
  - Retracción social, pérdida de autoestima

Cuando los síntomas de manía y depresión ocurren juntos, es cuando se produce un estado mixto.

Los episodios de depresión son más frecuentes que los de manía.

## **CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN EL TRASTORNO BIPOLAR**

Las personas con trastorno bipolar están en alto riesgo de cometer suicidios; y si encima consumen alcohol y otras sustancias en exceso, pueden empeorar los síntomas, aumentando así el riesgo de suicidio.

En cuanto al tratamiento, lo principal es conseguir que los episodios sean menos frecuentes e intensos, y prevenir la autoagresión y el suicidio. Para ello se le debe ayudar a que disfrute de la vida, tanto familiar como social.

### **OBJETIVOS**

- Conocer el Trastorno Bipolar, la prevalencia de de esta patología, así como el tratamiento más frecuente y más efectivo para paliar sus síntomas.
- Exponer las complicaciones derivadas de la falta de adherencia del tratamiento, muy importante para mantener controlada la enfermedad.
- Conseguir una buena adherencia al tratamiento, pues la mayoría de las personas con trastorno bipolar no se consideran enfermas, y por tanto, no se adhieren a los tratamientos con facilidad.

### **MATERIAL Y MÉTODO**

- Búsqueda bibliográfica realizando una revisión en las siguientes bases de datos: CSIC, CUIDEN PLUS, SCIELO, DIALNET, LILACS, COCHRANE PLUS, CINAHL, MEDLINE, UPTODATE junto con una búsqueda en el buscador "Google Académico".

### **RESULTADOS**

- Existe una alta prevalencia del trastorno bipolar dentro de la población, que es considerada una enfermedad crónica y discapacitante para todos aquellos que la sufren.
- Esta enfermedad manifiesta una amplia variedad de síntomas durante el proceso, definiéndose en dos polos caracterizados por síntomas depresivos o maníacos y en algunos de los casos, también con comportamientos de riesgo asociadas al suicidio.
- Es vital conocer las repercusiones de las manifestaciones del trastorno bipolar así como los riesgos, para obtener un marco de trabajo que permita detectar las manifestaciones iniciales y poder identificar los factores individuales de cada paciente, promoviendo la adherencia al tratamiento; tanto farmacológico, siendo en la mayoría de los casos el Litio el fármaco de primera elección, como las recomendaciones no farmacológicas.

### **CONCLUSIÓN**

- El trastorno bipolar es una enfermedad crónica e incapacitante, con alta incidencia dentro de los trastornos afectivos.
- El tratamiento farmacológico de elección es el Litio, ya que permite mantener al paciente estable durante más tiempo.

## CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN EL TRASTORNO BIPOLAR

- La adherencia al tratamiento es una clave decisiva en el curso de la enfermedad, y mucho más en este tipo de pacientes con problemas mentales. Los efectos secundarios, la disponibilidad de servicios y el compromiso del paciente con trastorno bipolar suelen afectar negativamente en la adherencia al tratamiento; se debe conseguir una buena confianza en los profesionales sanitarios, y una buena colaboración y ayuda de los familiares.
- La falta de adherencia al tratamiento, lleva consigo una alta incidencia de intento autolítico, con su consecuente impacto en la salud física y mental.
- La Educación para la Salud es esencial para la adherencia al tratamiento. Se debe garantizar la continuidad de cuidados, con una estrecha colaboración entre profesionales, pacientes y familiares. Se debe dar un papel importante a los autocuidados, aunque según la evolución de la enfermedad, hay momentos en los que las decisiones son tomadas por el profesional sanitario en contacto con los cuidadores/familiares.
- Colaboración entre los servicios de Atención Primaria y Atención Especializada para hacer un seguimiento del estado psicopatológico, un correcto control del tratamiento, tanto farmacológico como psicosocial
- Los estados de manía y depresión vuelven a aparecer en la mayoría de las personas, incluso con tratamiento. Pueden tener problemas con el alcohol, abuso de drogas, con el trabajo y con el resto de relaciones interpersonales.
- El suicidio es un riesgo muy real tanto en el periodo de manía como en el de depresión; por tanto, en el momento que hablen de suicidio, precisan de una atención médica urgente.

### BIBLIOGRAFÍA

1. María Jesús Muñoz Zorrilla. Paciente con trastorno bipolar: proceso de enfermería. ENE. Revista de Enfermería. Agosto 2012; 6 (2).
2. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Guía Práctica sobre el Trastorno Bipolar; 2011.
3. Granados Gámez, Genoveva; Sánchez Bujaldón Miguel. Enfermería en Salud Mental. Editorial universitaria Ramón Areces; 2011.
4. Mazzaia, Maria Cristina, & Souza, Mariana Akemi de. (2017). Adesão ao tratamento no Transtorno Afetivo Bipolar: percepção do usuário e do profissional de saúde. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, (17), 34-42