

## **El Trastorno Afectivo Bipolar - TAB es el segundo trastorno mental con mayor prevalencia en el país.**

### **¿Sabes cómo reconocerlo y darle manejo?**

- *El Colegio Colombiano de Psicólogos - Colpsic comprende la importancia de desestigmatizar los trastornos mentales y brindar información a la población general para que fácilmente puedan reconocerlos y buscar apoyo profesional adecuado y a tiempo.*
- *Existe un gran desconocimiento de la población sobre el trastorno bipolar, lo que incrementa la estigmatización de este.*
- *Expertos de Colpsic recomiendan acudir a un profesional en salud mental en caso de sospechar sufrir un trastorno bipolar, o de que un familiar lo padezca.*

**Marzo de 2023.** En Colombia la prevalencia se ha estimado en 3%, es decir que más de 2 millones de personas viven con este trastorno en el país, cifra que podría ser mayor debido a posible subregistro. Las causas del Trastorno Afectivo Bipolar (TAB) son variadas y, como en muchos trastornos mentales, tiene un alto componente hereditario, sumado a un ambiente que favorece su aparición.

Los trastornos bipolares y relacionados incluyen trastorno bipolar I, trastorno bipolar II, trastorno ciclotímico y otros trastornos bipolares. La gente suele reconocer el TAB I porque es el que comúnmente nos muestran en las películas o series, que está caracterizado por presentar al menos un episodio maniaco en la vida, que puede estar acompañado de hipomanías y al menos un cuadro de depresión mayor. Pero el más común es el TAB II, en el que no se presenta un cuadro maniaco, sino que se presentan hipomanías acompañadas de al menos un episodio de depresión mayor.

La diferencia entre una manía y una hipomanía está dada por la intensidad de los síntomas, el grado de deterioro que genera y la afectación que produce en la vida social, laboral o familiar de quien la padece. Por ejemplo, en un episodio de manía una persona podría gastarse todos sus ahorros, hacer inversiones arriesgadas, grandes apuestas o faltar de forma recurrente a su trabajo, lo cual dejará grandes consecuencias en su vida, siendo el malestar más autopercebido; a pesar de que en la hipomanía la persona también presentará comportamientos impulsivos y asumirá conductas de riesgo, las consecuencias no suelen ser tan graves o discapacitantes y generan malestar más en otros que en sí mismos precisamente por la menor intensidad de los síntomas.



Reconocer el TAB no es fácil, porque muchos de sus síntomas son similares a otros trastornos mentales o porque existe una alta comorbilidad con otros trastornos, además, los pacientes pueden no comprender su condición, particularmente la hipomanía; es por esto que la educación es fundamental y clave para que las personas acudan para ayuda profesional a tiempo.

“Una persona en manía o hipomanía siente un estado de ánimo anormalmente elevado, con aumento de la energía, duerme poco, habla mucho, sienten ganas de hacer muchas cosas al tiempo y emprender proyectos, razón por la cual, las personas “disfrutan” estar en este estado, especialmente si se ha sufrido depresión, porque se siente como si ahora sí estuviesen bien. Pero esto también está acompañado de dificultades para concentrarse, mucha irritabilidad, que puede hacer que la persona responda de forma inadecuada a muchas situaciones, además de que actúe de forma impulsiva, tome decisiones inadecuadas, lastime a otros sin notarlo y asuma conductas de riesgo, como compras compulsivas, actividades sexuales sin protección, o alto consumo de sustancias. No se trata de cambiar de ideas entre la noche y la mañana, como mucha gente cree, estos estados duran días o semanas”, explica Ana Amaya, psicóloga del Campo Evaluación, Medición y Estadística Aplicada de Colpsic.

Una vez la persona recibe tratamiento, el cual idealmente es una combinación de tratamiento farmacológico y terapia, su calidad de vida y su funcionamiento cambian radicalmente. Aunque se pueden presentar algunos periodos de depresión o hipomanía leves, estos no llegan a afectar la vida de la persona como lo hacen cuando no se está bajo tratamiento. Recibir apoyo profesional es fundamental para evitar un deterioro progresivo, o la aparición de comorbilidades más graves como las adicciones o cuadros psicóticos.

*Colaboración Especial de:*

**Ana Amaya Arias**

Representante de Campo Evaluación, Medición y Estadística Aplicada del Capítulo Santander del Colegio Colombiano de Psicólogos - Colpsic



Cra. 19 # 84-49  
Antiguo Country  
Bogotá D.C.



[www.colpsic.org.co](http://www.colpsic.org.co)  
[capitulo.bogota@colpsic.org.co](mailto:capitulo.bogota@colpsic.org.co)  
[colpsic@colpsic.org.co](mailto:colpsic@colpsic.org.co)



312 594 87 78