

Fecha: 18-04-2024
Medio: La Tribuna
Supl. : La Tribuna
Tipo: Opinión - Cartas
Título: **TRASTORNO BIPOLAR**

Pág. : 3
Cm2: 121,4
VPE: \$ 204.845

Tiraje: 3.600
Lectoría: 14.800
Favorabilidad: ☐ No Definida

TRASTORNO BIPOLAR

Señora directora:

Si bien todas las personas experimentan altibajos normales, con el trastorno bipolar, la variedad de cambios de estado de ánimo puede ser extrema. Es probable que quienes viven con este trastorno no logren reconocer en qué medida su inestabilidad emocional puede impactar su vida y la de sus seres queridos y, por lo mismo, puede que no sepan lo importante que es seguir un tratamiento médico.

Los síntomas del trastorno bipolar comienzan a presentarse en la adolescencia o adultez temprana. En Chile, la edad promedio de diagnóstico es a los 21 años, de acuerdo con el Ministerio de Salud. Los síntomas pueden variar de una persona a otra y pueden cambiar con el paso del tiempo.

La Clínica Mayo detalla que, cuando tu estado de ánimo cambia a manía, es posible que sientas mucha energía o una irritabilidad inusual. En este episodio, que puede durar varias semanas, puede que sientas nerviosismo, tensión u optimismo anormal; menor necesidad de dormir; frenesí de ideas y distracción. Es probable que, en esta fase, tomes malas decisiones, como por ejemplo, gastar mucho dinero en compras com-

pulsivas, o prácticas sexuales riesgosas. Estos cambios pueden afectar el sueño, la energía, el nivel de actividad, el juicio, el comportamiento y la capacidad de pensar con claridad.

Cuando te deprimes, en tanto, puedes que pierdas todo interés o el placer en la mayoría de las actividades. Puede que sientas tristeza, vacío o desesperanza todo el tiempo; fatiga o falta de energía; disminución de la capacidad para concentrarte y tomar decisiones; insomnio o somnolencia; agitación o comportamiento más lento; sentimientos de culpa excesiva o inadecuada; y cuestionamiento de la propia vida y del seguir viviendo.

Un diagnóstico oportuno siempre ayuda a enfrentar de mejor manera el trastorno bipolar, de manera de mantener la calidad de vida y vivir lo mejor posible. Si has experimentado síntomas de salud mental que interfieran en tu vida y en la de tus cercanos, acude a un centro médico para una evaluación. El diagnóstico del trastorno bipolar puede tomar tiempo y el tratamiento debe ser multimodal, incluyendo administración farmacológica e intervenciones psicosociales con los familiares y el entorno social.

La correcta adherencia a los tratamientos que indique el especialista

puede ayudar a mejorar la calidad de vida de las personas a largo plazo.

Dra. Milagro Sosa,
Directora Médica de Abbott