

# 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 en el estado de ánimo y los niveles de energía con más frecuencia que otros niños? ¿Afectan estos cambios en el estado de ánimo la forma en que su hijo se comporta en la escuela o el hogar?

Algunos niños y adolescentes con estos síntomas pueden tener **trastorno bipolar**, una enfermedad mental 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 este trastorno pueden mejorar con el transcurso del tiempo.

## ¿Qué es el trastorno bipolar?

---

El trastorno bipolar (anteriormente llamado enfermedad maniaco-depresiva o depresión maníaca) es una enfermedad mental que hace que las personas tengan cambios notables, a veces extremos, en el estado de ánimo y el comportamiento. Una percepción errónea frecuente es que los niños no pueden tener trastorno bipolar. Aunque a la mayoría de las personas se les diagnostica trastorno bipolar en la adolescencia o en la edad adulta, los síntomas pueden aparecer antes, en la niñez.

El trastorno bipolar no es lo mismo que los altibajos por los que normalmente pasan todos los niños. En este trastorno, los cambios en el estado de ánimo son más extremos, a menudo no son provocados y van acompañados de cambios en los hábitos de sueño, el nivel de energía y la capacidad de pensar con claridad.

Los niños con trastorno bipolar a veces se sienten muy felices o “animados” y son mucho más enérgicos y activos de lo normal. Esto se llama un **episodio maníaco**. Otras veces, estos niños se pueden sentir muy tristes o decaídos y son mucho menos activos de lo normal. Esto se llama un **episodio depresivo**. El trastorno bipolar suele ser episódico y, por lo general, dura toda la vida.

Los síntomas del trastorno bipolar pueden dificultar tener un buen desempeño en la escuela o llevarse bien con los amigos y los familiares. Algunos niños y adolescentes con este trastorno pueden tratar de hacerse daño o suicidarse. El diagnóstico y el tratamiento tempranos pueden dar lugar a un mejor funcionamiento y un mayor bienestar a largo plazo.

Los signos y síntomas del trastorno bipolar pueden coincidir con los de otros trastornos que son frecuentes en los jóvenes, como el trastorno de 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 plena y activa.

## ¿Qué causa el trastorno bipolar?

---

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

Por ejemplo, los investigadores están comenzando a descubrir factores genéticos relacionados con el trastorno bipolar y otras enfermedades mentales. Diversas investigaciones muestran que la probabilidad de que una persona tenga trastorno bipolar es mayor si tiene un familiar cercano con la enfermedad, y esto podría deberse a que tienen las mismas variaciones genéticas. Sin embargo, el hecho de que un miembro de la familia tenga trastorno bipolar no significa que otros familiares lo tendrán. No hay un solo gen que cause este trastorno, sino más bien hay muchos genes que intervienen en él.

Las investigaciones también sugieren que las personas con un riesgo genético de tener trastorno bipolar pueden tener más probabilidad de desarrollarlo después de pasar por un trauma u otros eventos estresantes de la vida.

Algunos estudios de investigación han encontrado diferencias en la estructura y la función del cerebro en las personas con trastorno bipolar, en comparación con las personas que no lo tienen. Los investigadores están examinando estas diferencias para aprender más sobre las posibles causas y los tratamientos eficaces.

## ¿Cuáles son los síntomas del trastorno bipolar?

---

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

Estos cambios en el estado de ánimo y el nivel de actividad son muy diferentes al comportamiento habitual de ese niño y al de los niños y adolescentes sanos.

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

- Expresar una felicidad intensa o actuar tontamente durante largos períodos de tiempo.
- Tener muy mal genio o mostrarse sumamente irritables.
- Hablar rápidamente sobre muchas cosas diferentes.

- Tener problemas para dormir, pero sin sentirse cansados.
- Tener problemas para mantener la concentración y tener pensamientos acelerados.
- Mostrarse demasiado interesados o participar en actividades placenteras pero riesgosas.
- Hacer cosas arriesgadas o imprudentes que demuestren un mal juicio.
- Tener un sentido exagerado de su habilidad, conocimiento y poder.

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 físico, como dolores de estómago o de cabeza.
- Comenzar a dormir mucho más.
- 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. Por ejemplo, también pueden estar en riesgo de consumir alcohol o drogas de forma indebida.

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

**Si su hijo muestra signos de pensamientos suicidas, tómelos con seriedad y llame al médico u otro proveedor de atención médica de su hijo.**

Si su hijo está pasando por dificultades o tiene pensamientos suicidas, llame en español o en inglés al **988**, la **Línea de Prevención de Suicidio y Crisis**. Si habla inglés, también puede enviar un mensaje de texto al **988** o puede chatear en **988lifeline.org**. Este servicio es confidencial, gratuito y está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

## ¿Cómo se diagnostica el trastorno bipolar?

---

El médico u otro 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 existen análisis de sangre ni escaneos cerebrales que puedan diagnosticar el trastorno bipolar. Sin embargo, el proveedor de atención médica puede usar pruebas para determinar si hay algo que no sea el trastorno bipolar lo que está causando los síntomas de su hijo. 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, como el de déficit de atención con hiperactividad, el trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo, el trastorno de oposición desafiante, el trastorno de conducta y los trastornos de ansiedad, tienen síntomas similares a los del trastorno bipolar. Puede ser difícil distinguir el trastorno bipolar de la depresión que ocurre sin manía, conocida como “depresión mayor”. Un proveedor de atención médica que se especialice en trabajar con niños y adolescentes puede hacer una evaluación cuidadosa de los síntomas de su hijo para diagnosticarlo correctamente.

## ¿Cómo se trata el trastorno bipolar?

---

Los niños y los adolescentes pueden colaborar con su proveedor de atención médica para establecer un plan de tratamiento que les ayude 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 del estado de ánimo. Un tratamiento estable y confiable funciona mejor que uno que comienza y se interrumpe.

Hay varios tipos de medicamentos que pueden ayudar a tratar los síntomas del trastorno bipolar. Los niños responden de diferentes formas a los medicamentos. Es posible que sea necesario probar diferentes tipos de medicamentos para encontrar el que funcione mejor para ellos. Algunos niños pueden necesitar más de un tipo de medicamento porque sus síntomas son complejos. Por lo general, los proveedores de atención médica tratan de recetar la menor cantidad de medicamentos y las dosis más pequeñas posibles para ayudar a tratar los síntomas de un niño. **Siempre informe al proveedor de atención médica de su hijo sobre los efectos secundarios de los medicamentos.** No deje de darle a su hijo un medicamento que le han recetado sin antes hablar con un proveedor de atención médica. Suspender un medicamento de forma repentina puede ser peligroso y puede empeorar los síntomas.

También hay diferentes tipos de terapia psicosocial que pueden ayudar a los niños y a sus familias a controlar los síntomas del trastorno bipolar. Las terapias basadas en investigaciones científicas, incluidos los enfoques cognitivo-conductuales y la terapia centrada en la familia, pueden brindar apoyo, educación y orientación a los niños o adolescentes y a sus familias. Estas terapias enseñan habilidades que pueden ayudar a las personas a controlar el trastorno bipolar,

entre ellas, 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 el tiempo, el tratamiento puede mejorar el funcionamiento y el bienestar diarios. El tratamiento es más eficaz cuando los proveedores de atención médica, los cuidadores y los jóvenes trabajan juntos.

A veces, los síntomas del niño 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. El tratamiento puede requerir tiempo, pero seguir el plan establecido puede ayudar a los niños y los adolescentes a controlar sus síntomas y reducir la probabilidad de que tengan futuros episodios.

El proveedor de atención médica de su hijo puede recomendar que se mantenga un registro de su vida diaria o su estado de ánimo para así seguir de cerca cualquier cambio en el estado de ánimo, el comportamiento y los patrones de sueño de su hijo. Esto puede facilitar el seguimiento de la enfermedad y ayuda a determinar si el tratamiento está funcionando.

## ¿Cómo puedo ayudar a mi niño o adolescente?

---

La ayuda comienza con un diagnóstico y tratamiento precisos. Hable con el proveedor de atención médica de su hijo sobre cualquier síntoma que observe.

Si su hijo tiene trastorno bipolar, estas son algunas cosas básicas que puede hacer:

- Tenga paciencia.
- Anime a su hijo a hablar y escúchelo con atención.
- Preste atención al estado de ánimo de su hijo y esté alerta a cualquier cambio importante.
- Comprenda los factores desencadenantes y aprenda estrategias para controlar las emociones intensas y la irritabilidad.
- Ayúdelo a divertirse.
- Recuerde que el tratamiento requiere tiempo. Cumplir con el plan de tratamiento puede ayudar a su hijo a mejorar y a mantenerse mejor.
- Ayúdelo a comprender que con el tratamiento puede tener una vida mejor.

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

---

Cuidar a un niño o adolescente que tiene trastorno bipolar puede ser estresante para los padres y demás miembros de la familia. Hacer frente a los episodios

de estado de ánimo y otros síntomas, como el mal genio y las conductas arriesgadas, puede ser un reto para cualquier persona que cuida al niño.

Es importante que los cuidadores también se cuiden a sí mismos. 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 controlar el estrés puede ayudarlo a usted y a su hijo.

## ¿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 capacitado de 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 en el sitio web del Instituto Nacional de la Salud Mental (NIMH, por sus siglas en inglés) en [www.nimh.nih.gov/busqueayuda](http://www.nimh.nih.gov/busqueayuda). 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>.

Si usted o alguien que conoce está pasando dificultades o tiene pensamientos suicidas, llame en español o en inglés al **988**, la **Línea de Prevención del Suicidio y Crisis**. También puede enviar un mensaje de texto en inglés al **988** o puede chatear en [988lifeline.org](http://988lifeline.org). En situaciones potencialmente mortales, llame al **911**.

## ¿Qué debo saber sobre los estudios clínicos?

---

El NIMH apoya una gran variedad de investigaciones, incluyendo estudios clínicos que analizan nuevas formas de prevenir, detectar o tratar enfermedades y afecciones, como el trastorno bipolar. Aunque las personas pueden beneficiarse de formar parte de un estudio clínico, los participantes deben ser conscientes de que el objetivo principal de un estudio clínico es obtener nuevos conocimientos científicos para que otros puedan recibir una mejor ayuda en el futuro.

Los investigadores del NIMH y de todo el país realizan estudios clínicos con pacientes y voluntarios sanos. Hable con un proveedor de atención médica sobre los estudios clínicos, sus beneficios y riesgos, y si hay alguno que sea adecuado para usted. Para obtener más información, visite [www.nimh.nih.gov/estudiosclinicos](http://www.nimh.nih.gov/estudiosclinicos).

## Reproducciones

---

Esta publicación es de dominio público y se puede reproducir o copiar sin necesidad de pedir permiso al NIMH. Le animamos a que reproduzca y use estas publicaciones en sus esfuerzos dirigidos a mejorar la salud pública. Si utiliza nuestros materiales, le agradecemos que cite al Instituto Nacional de Salud Mental como fuente de la información. Para obtener más información sobre cómo citar las publicaciones del NIMH, consulte sus pautas para reproducir materiales en [www.nimh.nih.gov/reproducciones](http://www.nimh.nih.gov/reproducciones).

## Para más información

---

Sitio web del NIMH

[www.nimh.nih.gov/espanol](http://www.nimh.nih.gov/espanol) (español)

[www.nimh.nih.gov](http://www.nimh.nih.gov) (inglés)

MedlinePlus de la Biblioteca Nacional de Medicina

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

<https://medlineplus.gov> (inglés)

Estudios clínicos

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

[www.clinicaltrials.gov](http://www.clinicaltrials.gov) (inglés)

### Instituto Nacional de la Salud Mental

Oficina de Política Científica, Planificación y Comunicaciones

6001 Executive Boulevard

Room 6200, MSC 9663

Bethesda, MD 20892-9663

Teléfono: 1-866-615-6464

Correo electrónico: [nimhinfo@nih.gov](mailto:nimhinfo@nih.gov)

Sitio web: [www.nimh.nih.gov](http://www.nimh.nih.gov) (inglés) o

[www.nimh.nih.gov/espanol](http://www.nimh.nih.gov/espanol) (español)



National Institute  
of Mental Health