

Transtorno bipolar



O que é?

O transtorno bipolar (TB) caracteriza-se por alterações de humor que se manifestam como episódios depressivos alternando-se com episódios de euforia (também denominados mania).

Crises bipolares são diferentes das mudanças de humor da pessoa "de lua", que passa uma manhã agitada ou se irrita facilmente. Tanto os episódios de depressão quanto os de mania duram semanas ou meses e representam uma mudança importante no jeito de a pessoa funcionar. É comum, durante um episódio de mania, que a pessoa se sinta mais poderosa, tenha muita energia, necessite de menos horas de sono, perca o senso crítico e tenha comportamentos extravagantes e impulsivos, como comprar demais ou consumir álcool e drogas.

Sintomas

Na depressão

- Alteração do apetite, em geral
- Mau humor
- Alteração do sono, em geral, hipersonia
- Diminuição da produtividade
- Pessimismo
- Tristeza
- Pensamentos suicidas

Na euforia (mania)

- Agitação
- Agressividade
- Aumento da libido
- Aceleração do pensamento
- Autoconfiança elevada e ideias de grandeza
- Comportamentos compulsivos
- Diminuição do sono

Diagnóstico

A semelhança das manifestações clínicas do TB em comparação com outros transtornos mentais dificulta o diagnóstico precoce da doença, que pode levar até dez anos.

Em geral, o transtorno surge até os 25 anos, sendo comum que os primeiros sintomas se manifestam ainda na infância e na adolescência. Os primeiros episódios de TB surgem como crises de depressão (em 60% dos casos), e somente quando há um episódio de mania é que se faz o diagnóstico.

Tipos de transtorno bipolar

- **Tipo I** – ocorre em aproximadamente 1% da população e caracteriza-se pela presença de episódios de depressão e mania.
- **Tipo II** – caracteriza-se por alternância de depressão e episódios mais leves de euforia (hipomania).

Como é feito o diagnóstico?

Os sintomas de depressão ou de mania devem estar presentes durante um período de, pelo menos, duas semanas e devem representar uma alteração para pior na vida do indivíduo. Os sintomas devem causar sofrimento ou prejuízo em áreas importantes da vida (relações afetivas, profissionais etc.). É necessário fazer uma detalhada investigação clínica para descartar a possibilidade de a depressão ser causada por outras doenças, medicações ou por abuso de álcool ou da drogas.

Quando a doença se manifesta como mania, podem ocorrer sintomas psicóticos, ou seja, ideias irreais de grandeza e megalomania, alucinações auditivas e discurso incoerente. Nesses casos, é necessário diferenciá-los dos quadros de esquizofrenia.

Qual é o tratamento?

O tratamento visa à melhora do episódio agudo de mania ou depressão e à prevenção de novas recaídas da doença. Inclui medicamentos, psicoterapia e mudança de hábito de vida. Entre os medicamentos, o uso de estabilizadores de humor costuma ser a regra e inclui lítio e medicações anticonvulsivantes. As medicações antipsicóticas têm um papel importante nos quadros de mania e são muito utilizadas para prevenção de recaída. O uso de antidepressivos deve ser reservado para casos mais graves, pois pode induzir viradas no quadro de depressão para o quadro de mania.

O cultivo de hábitos de vida saudáveis é fundamental para pessoas com TB e inclui um cuidado especial com sono, alimentação, atividade física e restrição ao uso de álcool e de drogas.