



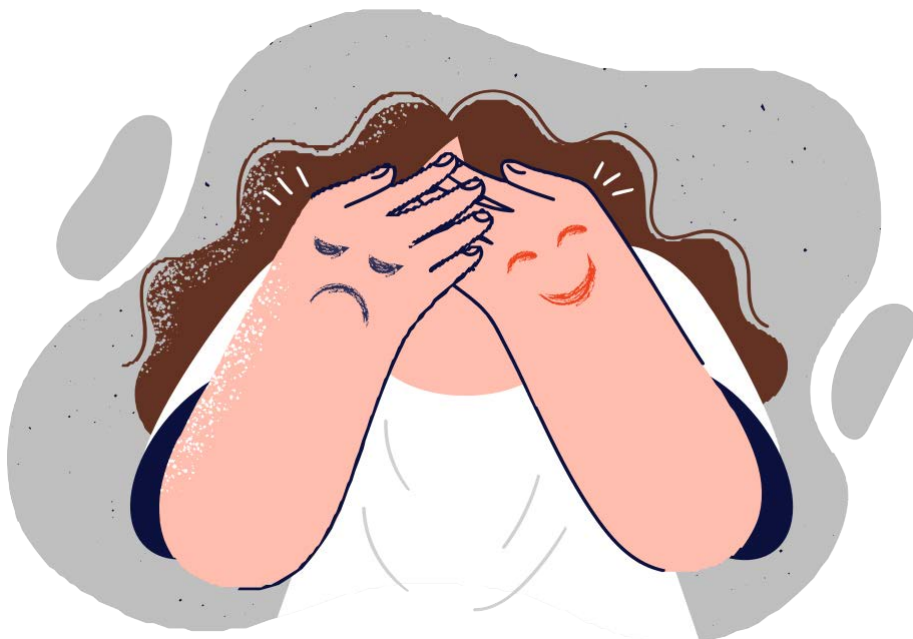
AUTORRETRATO COM A ORELHA CORTADA - VAN GOGH (1889)

Transtorno Bipolar

Organizadora

SANDRA ODEBRECHT VARGAS NUNES

Transtorno Bipolar



- Cerca de 1 a cada 100 pessoas padecem de transtorno bipolar;
- Transtorno bipolar afeta homens e mulheres igualmente;
- O início dos primeiros episódios ocorre no final da adolescência;
- O transtorno bipolar aumenta o risco para suicídio entre 30 a 60 vezes do que a população geral;
- Alterna entre fases maníacas, depressivas ou estados mistos.

Transtorno Bipolar - Questões sobre o humor que duram um período e afetam sua vida

TABELA 1

EPISÓDIO MANÍACO

- ter muita energia;
- sentir-se muito bem dispostas, eufóricas ou exultantes;
- ter aumentado níveis de atividade;
- ter problemas para dormir;
- se tornar mais ativas que o usual;
- falar muito rápido sobre vários tipos diferentes de assunto;
- se tornar agitadas, irritáveis ou sensíveis;
- sentir que seus pensamentos estão muito acelerados;
- pensar que podem fazer várias coisas ao mesmo tempo;
- fazer atividades de risco, como gastar muito dinheiro ou ter relações sexuais de forma imprudente.

EPISÓDIO DEPRESSIVO

- Sentir-se muito triste, para baixo, vazio ou sem esperança;
- ter baixa energia;
- ter baixos níveis de atividade;
- ter problemas para dormir;
- se sentir incapaz de desfrutar de qualquer coisa;
- ter problemas de concentração;
- ter problemas de esquecimento;
- comer demais ou muito pouco;
- se sentir lentificados;
- pensar sobre morte ou suicídio.

Transtorno bipolar alterna em oscilações do humor



TABELA 2

EPISÓDIO MANÍACO

- Humor elevado, no topo do mundo;
- Irritabilidade;
- Autoconfiante;
- Pouco tempo de sono;
- Pensamentos acelerados e mais falante;
- Distrai fácil;
- Envolva-se em muitas atividades, algumas de risco, imprudência, impulsiva.

EPISÓDIO DEPRESSIVO

- Tristeza, para baixo, vazio ou sem esperança;
- Perda do interesse e prazer;
- Dificuldades em iniciar o sono, manter ou acordar mais cedo;
- Fadiga;
- Lentidão ou inquietação psicomotora;
- Problemas de concentração;
- Culpa excessiva e sentimentos de perda de valor;
- Comer demais ou muito pouco;
- Afetar partes importante de sua vida;
- Pensar sobre morte ou suicídio.



Monitore os sintomas Transtorno Bipolar - Fase Depressiva

**HOUE ALGUM PERÍODO, QUE DUROU PELO MENOS DUAS SEMANAS
QUE:**

Você se sentiu triste, deprimido ou abatido a maior parte do dia, quase todos os dias?



Sim



Não

Durante esse período , você sentiu menos interesse ou prazer com coisas de que normalmente gosta?



Sim



Não

Você comeu menos ou mais do que o habitual? Você perdeu ou ganhou peso?



Sim



Não

Você teve problemas com o sono, demora para adormecer, acordava muitas vezes á noite, despertava cedo demais ou dormindo em excesso?



Sim



Não

Você teve sentido tão lento ou inquieto ou agitado que não consegue ficar sentado?



Sim



Não

Você sentiu cansado quase todos os dias?



Sim



Não

E tem se sentido desvalorizado ou culpado em relação às coisas que você fez ou deixou de fazer?



Sim



Não

Você teve dificuldade de concentrar e tomar decisões sobre coisas do cotidiano?



Sim



Não

Você pensou sobre morte ou que seria melhor se estivesse morto ou pensou em tirar sua própria vida?



Sim



Não

Se você respondeu sim a algumas dessas perguntas, procure seu médico ou seu profissional de saúde e conte mais sobre isso.





Monitore os sintomas Transtorno Bipolar - Fase Mania / hipomania

HOUE ALGUM PERÍODO, QUE DUROU PELO MENOS DUAS SEMANAS QUE:

Você andou se sentindo mais alegre, hiperanimado, irritável ou ligado e com quantidade de energia que não é seu normal? Isso costuma ser muito diferente da maneira como você costuma ser?



Sim



Não

Nesse período, você se sentia mais autoconfiante, se sentia muito mais inteligente ou melhor do que todo mundo ?



Sim



Não

Você precisa de menos tempo de sono do que o habitual?



Sim



Não

Você ficou mais falante que o habitual?



Sim



Não

Você teve os seus pensamentos mais acelerados do que o habitual?



Sim



Não

Você se distraia mais facilmente com as coisas ao seu redor?



Sim



Não

Você ficou mais agitado do que o habitual, trabalhou mais do que o habitual, ficou mais sociável do que o habitual, envolveu-se mais com sexo do que o habitual, gastou dinheiro com coisas que não precisava ?



Sim



Não

Você andou fazendo algo que poderia ter causado problemas para você ou para a sua família?



Sim



Não

Se você respondeu sim a algumas dessas perguntas, procure seu médico ou seu profissional de saúde e conte mais sobre isso.



Características ou condições que aumentam os riscos de suicídio

- Tentativas prévias de suicídio
- História familiar de comportamentos suicidas
- Abuso e negligência na infância
- Depressão
- Uso abusivo de álcool, drogas
- Ansiedade
- Estresse prolongado (incerteza, crises financeiras, perdas e isolamento social)

Fatores protetores do suicídio

- Fatores ambientais e genéticos
- Habilidades de solução de problemas e enfrentamentos
- Rede de apoio: familiar , comunidade e religioso
- Ter alguém para falar que:
- A vida perdeu o sentido;
- Sentindo-se sem esperança
- Não ter razão para viver
- Ser um fardo para os outros
- Sentindo-se preso
- Dor insuportável
- Comportamentos que podem sinalizar risco, especialmente se relacionados a um evento doloroso, perda ou mudança:

Fases do Tratamento



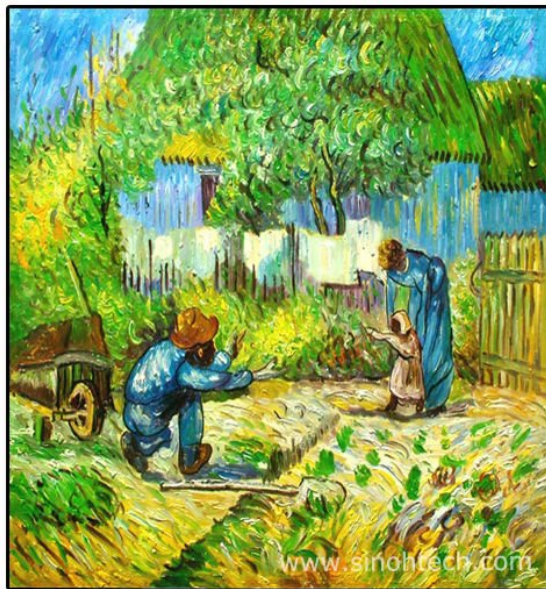
TRATAMENTOS

O tratamento do transtorno bipolar é com estabilizadores do humor (lítio), anticonvulsivantes (divalproato de sódio, carbamazepina, lamotrigina), antipsicóticos de segunda geração, psicoterapia e intervenções psicoeducacionais^{3,4}.

Além da Fase Aguda , Fase de manutenção

- Prevenção de recorrência
- Recuperação da Funcionalidade
- Estilo de vida saudável
- Avaliar os gatilhos para recaídas
- Aprender a lidar e manejar os estressores
- Adesão ao tratamento

Primeiros passos van Gogh



REFERÊNCIAS

1. American Psychiatric Association. Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: Texto Revisado DSM-5-TR. Porto Alegre: Artmed. 2023. 1152p.
2. First, Michael B, Williams, JBW, Karg RS SR I. Structured clinical interview for DSM-5 DISORDERS. scid-5-cv clinical version. 2016. 95 p.
3. Yatham LN, Kennedy SH, Parikh S V., Schaffer A, Bond DJ, Frey BN, et al. Canadian Network for Mood and Anxiety Treatments (CANMAT) and International Society for Bipolar Disorders (ISBD) 2018 guidelines for the management of patients with bipolar disorder. Bipolar Disord. 2018;20(2):97-170.
4. Malhi GS, Bell E, Boyce P, Bassett D, Berk M, Bryant R, Gitlin M, Hamilton A, Hazell p, Hopwood M, Lyndon B, McIntyre RS, Morris G, Mulder R, Porter R, Singh AB, Yatham LN, Young A, Murray G. The 2020 Royal Australian and New Zealand College of psychiatrists clinical practice guidelines for mood disorders: Bipolar disorder summary. Bipolar Disord. 2020 Dec;22(8) :805-821. doi: 10.1111/bdi.13036. PMID: 33296123.