



## Transtorno bipolar: A importância da conscientização sobre como a doença se manifesta

*Psicóloga do São Cristóvão Saúde comenta sobre o quadro, que pode ser influenciado por fatores genéticos e externos, com diversos impactos sobre a saúde mental*



O transtorno afetivo bipolar é uma condição psiquiátrica crônica que afeta o humor de uma pessoa, com episódios alternados de mania ou hipomania (fases euforia e depressão). Segundo um levantamento realizado pela Associação Brasileira de Familiares, Amigos e Portadores de Transtornos Afetivos (ABRATA), o transtorno bipolar afeta cerca de 140 milhões de pessoas no mundo e os sintomas aparecem quase sempre antes dos 30 anos de idade - principalmente entre 18 e 25.

De acordo com a Psicóloga Susi S. Andrade, terapeuta cognitiva comportamental e especialista em saúde mental do São Cristóvão Saúde, o quadro envolve a combinação de fatores genéticos, influência do ambiente e química cerebral. “O indivíduo bipolar pode apresentar episódios depressivos e maníacos que prejudicam sua vida em todos os aspectos, influenciando nas relações interpessoais”. Durante um episódio de mania é possível observar os seguintes sinais:

- Euforia intensa;
- Aumento de energia;
- Irritabilidade;
- Diminuição da necessidade de sono;
- Pensamentos acelerados;
- Fala rápida;
- Comportamento impulsivo;
- Busca por atividades de risco;
- Psicose, em casos de episódios de mania grave, incluindo delírios e alucinações.

De acordo com a Psicóloga, “já durante os episódios de depressão, a pessoa pode sentir-se triste, desesperançosa, sem energia, ter alterações no sono e no apetite, além de dificuldade de concentração, perda de interesse em atividades antes prazerosas e, até mesmo, ideação suicida”.

## **Bipolaridade x *Borderline***

O transtorno bipolar e o transtorno de personalidade *borderline* são duas condições psiquiátricas distintas, mas podem compartilhar algumas semelhanças sintomáticas, como a impulsividade e alterações no humor. De acordo com Susi Andrade, entre as principais diferenças, “o paciente *borderline* tem uma instabilidade de humor, dificuldade em lidar com a rejeição. Existe nesse quadro o pensamento de necessidade de aprovação do outro. Já no transtorno bipolar, as fases de mania (euforia) e depressão podem ser mais longas e nem sempre relacionadas ao outro”.

É possível apresentar os dois transtornos em comorbidade, ou seja, um paciente pode apresentar os dois quadros com sintomas que se sobrepõem. Porém, ainda de acordo com a psicóloga, para os dois transtornos há tratamento psicológico. Entre as sugestões da especialista, psicoterapia associada a medicamentos ajudam muito o paciente a ter melhor manejo dos sintomas e crises.

Uma avaliação cuidadosa por parte de um profissional de saúde mental qualificado é essencial para determinar o diagnóstico correto e o plano de tratamento adequado, afinal, cada pessoa é única e os sintomas podem variar. Um diagnóstico preciso é essencial para um tratamento eficaz, de forma a se obter uma compreensão clara e um manejo adequado dos sintomas.