

Trastorno bipolar en niños y adolescentes

¿Cómo lo tratamos en la escuela?



¿Nuestro alumno experimenta cambios intensos de estado de ánimo? ¿Tiene cambios extremos de comportamiento? ¿A veces se entusiasma demasiado o hace tonterías? ¿Se observa que en otras ocasiones se pone muy triste? ¿Estos cambios de estado de ánimo afectan la manera en cómo el niño actúa en la escuela o en casa?

Algunos niños y adolescentes que tienen estos síntomas pueden sufrir del trastorno bipolar, una grave enfermedad mental, que no es exclusiva de los adultos.

¿Qué es el trastorno bipolar?

El trastorno bipolar es una alteración del estado de ánimo que se caracteriza por la transición de episodios maníacos y depresivos de forma cíclica. También se llama enfermedad maníaco-depresiva. Los niños que sufren del trastorno bipolar experimentan cambios inusuales en su estado de ánimo. A veces se sienten muy felices y “animados” y son mucho más activos que de costumbre (episodio de manía); y a veces se sienten muy tristes y “deprimidos” y son mucho menos activos que de costumbre (episodio de depresión).

El trastorno bipolar no es lo mismo que los altibajos normales que experimentan todos los niños. Los síntomas bipolares son más potentes. La enfermedad puede hacer que

a un niño le resulte difícil desempeñarse bien en la escuela o llevarse bien con sus amigos y familiares. La enfermedad también puede ser peligrosa. Algunos jóvenes que sufren del trastorno bipolar intentan hacerse daño o suicidarse.

¿Cuáles son los síntomas?

Los cambios de estado de ánimo bipolares se llaman “episodios anímicos”. El niño o adolescente puede tener episodios maníacos, depresivos o *mixtos*. Un episodio mixto incluye síntomas maníacos y depresivos.

Los niños y adolescentes que sufren un episodio maníaco pueden:

- Sentirse muy felices o hacer tonterías de una manera inusual.
- Ponerse repentinamente de muy mal genio y tener rabietas destructivas.
- Hablar muy rápido sobre muchas cosas distintas.
- Tener problemas para dormirse pero no sentirse cansados.
- Tener problemas para mantenerse concentrados.
- Hablar y pensar más a menudo en el sexo.
- Hacer cosas peligrosas.

Los niños y adolescentes que sufren un episodio depresivo pueden:

- Sentirse muy tristes, llorar.
- Tener mala comunicación.
- Quejarse mucho de dolores, como dolores de estómago y cabeza.
- Dormir muy poco o demasiado.
- Sentirse culpables e inútiles.
- Comer muy poco o demasiado.
- Tener muy poca energía y falta de interés en las actividades divertidas.
- Pensar en la muerte o el suicidio.

¿Tienen otros problemas los niños y adolescentes que sufren del trastorno bipolar?

En los jóvenes, el trastorno bipolar puede coexistir con varios problemas.

- Abuso de sustancias. Corren el riesgo de caer en el alcohol o las drogas.
- Trastorno de déficit de atención e hiperactividad o TDAH.



- Trastornos de ansiedad, como ansiedad por separación.
- Otras enfermedades mentales, como la depresión.

A veces los episodios anímicos vienen acompañados de problemas de comportamiento. Los jóvenes pueden correr muchos riesgos, como conducir a demasiada velocidad o gastar mucho dinero. Algunos jóvenes que sufren del trastorno bipolar piensan en el suicidio. Hay que estar atento a cualquier señal de pensamiento suicida, tomar estas señales en serio y llamar al médico.

¿Cómo se diagnostica el trastorno bipolar?

El diagnóstico del trastorno bipolar en niños y adolescentes tempranos suele ser complicado, confundiendo en ocasiones con el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) u otras enfermedades mentales.

¿Cómo se trata el trastorno bipolar?

Por ahora, el trastorno bipolar no tiene cura. Un tratamiento puede ayudar a controlar los síntomas y funciona mejor cuando es continuo y no es interrumpido.

1. *Medicamentos.*
2. *Terapia.* La terapia puede ayudar a los niños a cambiar su comportamiento, a controlar sus actividades diarias y a llevarse mejor con sus familiares y amigos.

¿Cómo integrar a niños con trastorno bipolar en la escuela?

Características del niño o adolescente bipolar en la escuela:

- Suele tener mal comportamiento, que puede reflejar los síntomas del trastorno bipolar o puede ser efecto secundario de la medicación.
- Puede tener algún tipo de discapacidad de aprendizaje.
- Puede ser fácilmente distraído, excesivamente hablador, tener dificultad para permanecer quieto y mostrar hostilidad hacia los maestros y compañeros.
- Suelen también rendir por debajo de sus capacidades y mostrar desmotivación.
- Suele tener dificultades para procesar la nueva información en un entorno que sea demasiado estimulante.

Algunas propuestas para docentes

Las oscilaciones de humor características del trastorno bipolar complican los procesos de enseñanza-aprendizaje de estos alumnos y su integración y convivencia en el aula. Para lograr una adecuada integración, es necesario que tanto la familia como el equipo docente conozca muy bien el diagnóstico de los alumnos en esta situación.

Los maestros que trabajan con alumnos con trastorno bipolar deben estar muy atentos a su comportamiento, poniendo en marcha estrategias que favorezcan su integración y minimicen los efectos adversos que pueden tener determinados comportamientos del niño.

- Recibir formación acerca de la enfermedad.
- Establecer confianza y dar seguridad al alumno.
- Estar familiarizado con él, conocerle, esto ayudará a reconocer los síntomas y cómo le afectan.
- Tener mucha paciencia y comprensión.
- Ser comprensivo respecto a sus episodios anímicos.
- Animarlos a que hable y escucharlo detenidamente.
- Ayudarlo a que se divierta.
- Ayudarlo a entender que el tratamiento y la terapia pueden ayudarlo a mejorar.
- Mantener una buena comunicación con la familia: tener a menudo reuniones con ellos para saber cómo evoluciona, saber qué mediación toma y cuando, si cumple sus horarios de descanso...
- Ayudarlo a cumplir con los horarios y las normas y, sobre todo, con la organización de su agenda y de sus tareas.
- Es importante que el entorno sea tranquilo, con luz clara y brillante, que relaja al alumno y le permite estudiar.
- Es posible que el profesor tenga que hacer ciertas adaptaciones curriculares para ayudar al alumno a realizar su trabajo.

Si el trastorno bipolar de un niño es grave hasta el punto de que no puede adaptarse a una clase regular, deberá ser atendido en una escuela terapéutica, que cuenta con personal capacitado específicamente para enseñar a los niños con trastornos mentales. Escuelas diurnas terapéuticas ofrecen terapia individual y de grupo, así como entrenamiento en habilidades sociales.

¿Qué hacer en casos de crisis?

Si el niño o adolescente entra en crisis, busque ayuda rápidamente: **No deje solo** al niño o adolescente; **Llame a su médico; Llame al 112** (servicio de emergencia o acuda a una sala de emergencia).

Imma Badia Camprubí
Secretaria de Acció Sindical
y Salut Laboral de FEUSO

