



La salud mental de su hijo: lo que debe saber sobre el trastorno bipolar pediátrico

Lo primero y más importante que debe saber es que el trastorno bipolar se puede tratar. En los niños, el trastorno bipolar causa cambios inusuales en el estado de ánimo, en la energía y en los niveles de actividad. Los cambios dramáticos en el estado de ánimo incluyen desde síntomas de depresión (bajos emocionales) hasta lo que se conoce como “manía” (altos emocionales). Como consecuencia, a veces se denomina “enfermedad maníaco-depresiva”. Los comportamientos que acompañan estos cambios de humor pueden interferir en la vida diaria de un niño, como en la escuela, la vida social y el desarrollo saludable.

La clave para los padres es:

- 1) Saber a qué señales deben prestar atención.
- 2) Preguntarle a su hijo sobre lo que notaron.
- 3) Hablar con el pediatra sobre las preocupaciones que tengan.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DEL TRASTORNO BIPOLAR EN NIÑOS?

Los niños con trastorno bipolar tendrán síntomas de depresión clínica y períodos de agitación extrema. Es posible que reaccionen a las pequeñas frustraciones con grandes berrinches que pueden durar 30 minutos o más. Los berrinches en sí no son un signo de trastorno bipolar; sin embargo, si notó un cambio en la manera en que su hijo hace un berrinche, hable con el pediatra. El pediatra puede ayudarlo a descubrir si los berrinches son un motivo de preocupación, incluso aunque *no* sean signos de trastorno bipolar.

LOS SIGNOS DE LA MANÍA PODRÍAN INCLUIR:

- Ideas demasiado ambiciosas y pensamientos acelerados.
- Comportamiento sexual promiscuo.
- Imprudencia (comportamiento arriesgado).
- Agitación y, a veces, incoherencia al hablar o pensar.
- Disminución excesiva de la necesidad de dormir.

Por supuesto, los momentos de imprudencia y sentimiento de invencibilidad también son parte de lo que implica ser un niño. El problema surge cuando las cosas se vuelven demasiado imprudentes. Usted conoce a su hijo mejor que cualquier otra persona. Confíe en su instinto respecto de si el comportamiento de su hijo parece ser más extremo.

¿Qué debo hacer si creo que mi hijo tiene trastorno bipolar?

Si nota una combinación de ánimo depresivo y agitación extrema, y estos comportamientos parecen ser diferentes de cómo eran antes, *lo primero que debe hacer es hablar con el pediatra*. Para iniciar la conversación, puede usar una frase simple, como: “Noté algunos cambios en el comportamiento de mi hijo que no parecen ser típicos de él”. El pediatra puede ayudarlo a descubrir si hay un motivo de preocupación. Si sabe que su hijo tiene un familiar cercano con trastorno bipolar y nota alguno de estos cambios en el comportamiento, busque ayuda de inmediato.

También debería *hablar con su hijo*. Puede decirle: “Pareces más desanimado últimamente” o “Te noto realmente nervioso últimamente. ¿Está todo bien?”. A pesar de lo que algunas personas creen, este tipo de preguntas no provocan comportamientos dañinos, sino que *ayudan* a su hijo a saber que se preocupa por él. Hágale saber a su hijo que puede hablar con usted en cualquier momento.

Recuerde que usted conoce a su hijo mejor que cualquier otra persona. Si nota algo diferente en su comportamiento, es completamente normal que tenga preocupaciones. Considere esto como una oportunidad para obtener más información al hablar con el pediatra o con otro proveedor de atención médica que sea confiable.

Para obtener más información sobre el desarrollo saludable y la salud mental de los niños por grupo etario, visite la página para familias y padres de Project TEACH: bit.ly/PTEACH-Family

Para obtener más información sobre el trastorno bipolar en niños y adolescentes, visite el sitio web de la Oficina de Salud Mental de Nueva York (NY Office of Mental Health): bit.ly/OMH-Bipolar