
Estabilizar

O seu médico irá elaborar um plano de tratamento individualizado com o objetivo de prevenir as crises.

O objetivo do tratamento da Perturbação Bipolar é a estabilização do humor, ou seja, evitar os altos e baixos que caracterizam a doença.

É o médico com o doente e de acordo com os sintomas e sua evolução que vai propor um plano de tratamento, que inclui:

- medicamentos (estabilizadores de humor);
- psicoeducação para o doente e família.

Sofrer de Perturbação Bipolar não é uma fatalidade. É possível aprender a viver com a perturbação bipolar.

Como se trata a Perturbação Bipolar?

O tratamento da Perturbação Bipolar procura garantir a estabilidade afetiva e funcional.

Além do seu tratamento, os familiares mais próximos podem ajudá-lo se conhecerem os sintomas. O apoio aos familiares por técnicos especializados permite a aprendizagem dos sintomas e a melhor forma de abordar uma crise.. Pergunte ao seu médico como podem obtê-lo.

O QUE É A PERTURBAÇÃO BIPOLAR?

PERGUNTAS
E
RESPOSTAS

**Programa de Perturbações
Afetivas**

www.saudemental.pt

www.chpl.pt

CHPL
CENTRO HOSPITALAR PSIQUIÁTRICO DE LISBOA
PAV. 21 N – CLÍNICA 5

AV. BRASIL, 53 ,
1749-002 LISBOA
TEL: 217 917 000
FAX: 217 952 989



O que é a Perturbação Bipolar?

A Perturbação Bipolar caracteriza-se por alterações acentuadas do estado de ânimo (crises).

Afeta cerca de 3% a 5% da população adulta em todo o mundo; homens, mulheres e crianças podem ter o diagnóstico.

Essas crises são cíclicas, e alternam entre a Depressão, a Euforia ou pela associação das duas.

A Perturbação Bipolar caracteriza-se por uma grande variedade de sintomas, do humor, da energia, dos pensamentos e do comportamento que evoluem de forma cíclica, por vezes com marcada intensidade.

Estes sintomas desenvolvem-se por alterações nas células do cérebro, e não por se ser fraco ou por ter falhas de carácter ou de personalidade.

Quando a pessoa apresenta uma crise não consegue, na maior parte das vezes, manter a sua rotina pessoal, profissional e familiar de forma adequada.

Tal como acontece noutras doenças (Ex: Diabetes, Hipertensão) a pessoa não escolhe ser portador de Perturbação Bipolar.

Sintomas da Mania/Hipomania (euforia)

O principal sintoma é o aumento da energia.

Na fase inicial a pessoa pode sentir-se mais alegre, com mais energia, comunicativa, autoconfiante e criativa, com diminuição da necessidade de dormir;

Os pensamentos são muitos e surgem de forma rápida.

O aumento da energia faz com que a pessoa tenha vontade de realizar várias tarefas ao mesmo tempo, que faça planos por vezes irrealistas, e que altere de forma significativa a sua rotina e o seu modo de vida.

Frequentemente surgem ideias de grandeza, traduzindo um pensamento fora da realidade.

.

Sintomas de Depressão ?

O principal sintoma é a diminuição de energia, falta de vontade e a dificuldade em realizar as atividades habituais.

Os pensamentos são lentos e focados em aspetos tristes ou negativos. O relacionamento social está diminuído porque não se tem vontade de conviver.

Associam-se com frequência alterações do sono; cansaço; alterações do apetite; sentimentos de culpa que ultrapassam a realidade.

Torna-se difícil estudar, ler, estar atento por diminuição da capacidade de concentração.

Pode verificar-se uma associação de sintomas de uma e de outra fase que são os estados mistos.