

Día Mundial Trastorno Bipolar 2022

PRENSA

https://www.laopiniondemalaga.es/malaga/2022/04/01/trastorno-bipolar-estigmatizacion-social-64514567.html?utm_source=newsletter&utm_medium=email&utm_campaign=autonewsletter&utm_content=Titulares%20del%20d%C3%ADa&pnespid=Fr9x_15BsiALkUads4.CBB0S_0Jiy_9muhsCE7JZOYLKJop0ygu0.piKvu6XFAdInW_IGcQ

SALUD MENTAL

El trastorno bipolar más allá de la estigmatización social

La bipolaridad es una enfermedad orgánica que afecta entre al 4% y 6% de la población española y cuyo tratamiento comprende el abordaje farmacológico, psicológico y social. Este tipo de trastorno provoca cambios inusuales de ánimo. La asociación de Bipolares de Andalucía Oriental (BAO) explica que el primer paso es reconocer el problema y aceptar la situación para poder pedir ayuda. El teléfono de la entidad es el 678 924 287. Como cualquier otra enfermedad relacionada con la salud mental, la bipolaridad está fuertemente estigmatizada, por lo que los profesionales inciden en la importancia de concienciar a la población

[Marta Román](#) 01-04-22 | 07:00

La bipolaridad afecta entre al 4% y 6% de la población española y, como cualquier otra enfermedad relacionada con la salud mental, está fuertemente estigmatizada. Este tipo de trastorno provoca cambios inusuales de ánimo, caracterizados por episodios de **euforia exagerada -manía- y episodios de tristeza extrema -depresión-**. Con motivo del **Día Mundial del Trastorno Bipolar**, los profesionales inciden en la importancia de concienciar y fomentar la detección de la enfermedad.

Sin causa determinada, se conoce que obedece a alteraciones biológicas de los mecanismos que regulan el estado de ánimo. **Detectar este trastorno pasa por observar el comportamiento de estas personas** y saber reconocer cuándo se está dando una fase depresiva o maníaca. Es por ello que reconocer las señales de alarma se convierte en un primer paso fundamental para detectarla.

La **fase depresiva** se caracteriza por tristeza y desánimo excesivo; pérdida de interés por las cosas normalmente placenteras; **problemas de sueño**: alteraciones en la alimentación; **dificultad** para **concentrarse** o pérdida de energía y cansancio. Por su parte, la **fase maníaca** viene determinada por euforia o alegría excesiva; irritabilidad o inquietud; disminución de la necesidad de dormir; pensamientos y lenguaje rápido; sentimientos de omnipotencia o alucinaciones, en los casos más extremos.

«**Es muy importante que la gente reconozca estos signos y se conciencie de que es una enfermedad como otra cualquiera**. Nosotros trabajamos para crear conciencia a los afectados y a sus familiares, pero también a la sociedad porque el tema del estigma siempre ha estado muy presente», señala **Myriam García Vera**, presidenta de la Asociación de Bipolares de Andalucía Oriental (BAO).

La falta de conocimiento y sensibilización sobre uno de los trastornos mentales más relevantes deriva en una estigmatización que repercute en lo que se conoce como autoestigma: «**Es el que tienen ellos mismos por tener que llevarlo en silencio, porque a la hora de sociabilizar o encontrar trabajo, el hecho de que haya una enfermedad mental echa para atrás**», denuncia Myriam García.

En este sentido, desde BAO acusan la falta de campañas de concienciación que rompan con estos estereotipos: «Hay que tratar de concienciar, que se fomente la detección de la enfermedad, que se cuide y se trate». Además, García Vera incide en la necesidad de difundir información que sea fiable y de calidad.

Aceptar y comunicar

Aceptar la situación es el primer paso a la mejoría, explican desde la **Asociación de Bipolares de Andalucía Oriental**. Solo mediante la aceptación se podrá llegar a la **fase fundamental**, que es la **comunicación del problema**. De este modo, se traslada la necesidad de la adhesión a un tratamiento.

El trastorno bipolar, por lo general, **tiene un componente de carácter bio-psico-social**, lo que hace que su tratamiento deba abordarse desde estos mismos niveles. Farmacológicamente se debe garantizar el buen funcionamiento de los **neurotransmisores** y mejorar los síntomas en general; en el **abordaje psicológico se ayudará al paciente a detectar los síntomas** y promover el autoconocimiento y en el ámbito social, otorgar pautas para reforzarlo puesto que es una patología que aísla socialmente a las personas.

«**Trabajamos mucho para la autonomía personal, es importante el autoconocimiento, para poder detectar los síntomas previos a una crisis y acudir a tiempo al especialista**». Desde BAO trasladan, también, la importancia de los grupos de ayuda mutua, espacios en los que personas que comparten el mismo problema se reúnen para intentar superar o mejorar su situación. «Les ayuda a comprender que no están solos».

TELEVISIÓN

CANAL 101 TV “Llegó la Hora”

Enlace de descarga

<https://we.tl/t-bqda3qnMBd>

RADIO

<https://bit.ly/3uE2jwW#t=1119>

FOTOS MESAS

Día Mundial del Trastorno Bipolar 2022

Predicando con el ejemplo. Gracias a nuestros compañeros voluntarios por su buen hacer







Cartel Día Mundial del Trastorno Bipolar



TRASTORNO BIPOLAR

**EL TRASTORNO BIPOLAR TIENE UNA PREVALENCIA DE ENTRE
EL 4-6% DE LA POBLACIÓN.**

**ES UNA ENFERMEDAD ORGÁNICA QUE SUELE TENER UN
COMPONENTE BIO-PSICO-SOCIAL , POR ESO HAY QUE
ABORDARLA DESDE LOS NIVELES: FARMACOLÓGICO,
PISCOLÓGICO Y SOCIAL, Y COMO NO, EL ASOCIACIONISMO
JUEGA UN PAPEL FUNDAMENTAL.**



Día Mundial del Trastorno Bipolar

<https://youtu.be/D6bsHgK0ktQ>

enlace youtube

2 de Abril del 2022 Mesa por el DMTB en la acera Norte del Parque



