

**Autor:** Ana Marques Pinho, Diana Moura

**Última atualização:** 2019/06/04

**Palavras-chave:** Doença bipolar; Psiquiatria; Depressão; Mania; Hipomania

## Resumo

A doença bipolar afeta cerca de 60 milhões de pessoas em todo o mundo e constitui uma doença psiquiátrica que se caracteriza por marcadas variações de humor. O primeiro episódio de doença bipolar surge mais frequentemente entre a adolescência e o início da idade adulta. O principal fator de risco é a existência de antecedentes na família. Tem um prognóstico muito variável, dependendo da idade de aparecimento, da adesão ao tratamento, da rede de apoio social e das próprias características da doença. O tratamento é essencialmente feito através de medicação, mas a psicoterapia é também muito importante.

## Doença bipolar

A doença bipolar é uma doença psiquiátrica que se caracteriza por marcadas variações do humor que interferem significativamente na vida diária do doente. A pessoa afetada alterna entre fases em que o seu estado de ânimo se encontra excessivamente aumentado (episódios designados por "mania" ou "hipomania", dependendo da magnitude dos sintomas) e fases de depressão. Nos períodos de maior gravidade, estes indivíduos podem inclusivamente apresentar sintomas psicóticos como alucinações (ouvir vozes, ver/sentir objetos inexistentes) e delírios (convicções inverosímeis que são irredutíveis pela argumentação lógica).

A Doença Bipolar pode ser dividida em três tipos:

- **Tipo I:** o mesmo indivíduo atravessa fases de elevação anormal do humor, podendo apresentar euforia, agitação, diminuição das necessidades de sono ou gastos excessivos ("mania") ? podendo nesta fase ser necessário o internamento hospitalar para controlo dos sintomas - e fases de choro fácil, tristeza ou apatia ("depressão").
- **Tipo II:** o mesmo indivíduo alterna entre períodos de euforia, - menos exuberantes, porém, em comparação com os períodos descritos acima como mania, e em que geralmente não há necessidade de internamento hospitalar (hipomania?) - e depressão.
- **Ciclotimia:** um tipo de doença bipolar que se caracteriza pela existência de períodos com características de hipomania e outros períodos com características de depressão, mas em que os sintomas de cada fase são mais atenuados.

## Quem está em risco de ter doença bipolar?

---

O principal fator de risco para doença bipolar é a **existência da doença em familiares**.

Outros fatores de risco identificados são o período pós-parto, ter uma condição socioeconómica adversa, ser solteiro ou divorciado, ter sofrido de abusos na infância, ter sofrido lesões a nível cerebral ou utilizar substâncias psicoativas ou drogas (ou seja, que podem interferir na função cerebral).

## Epidemiologia

---

Estima-se que a doença bipolar afete cerca de **60 milhões de pessoas** em todo o mundo; em Portugal, estarão descritos mais de 200.000 casos.

## Evolução e Prognóstico

---

O primeiro episódio de doença bipolar surge mais frequentemente entre a adolescência e o início da idade adulta. Pelas próprias características da doença, o diagnóstico não é imediato, exigindo a observação ao longo do tempo em cada doente.

O prognóstico da doença é muito variável, dependendo da idade de aparecimento (sendo pior o prognóstico quando o aparecimento é mais precoce), da adesão do doente ao tratamento e das características da doença (predomínio de episódios de depressão, aparecimento de sintomas psicóticos e recuperação incompleta entre crises associam-se também a pior prognóstico). A rede de suporte social do doente é também um fator de grande relevo para o seu prognóstico, podendo ajudá-lo a lidar com as adversidades inerentes à doença, nomeadamente os períodos de crise ou a lidar com o estigma ainda existente na sociedade relativamente às pessoas com doença mental.

O principal risco da doença bipolar relaciona-se com a ideação suicida nas fases de crise.

## Tratamento

---

O tratamento da doença bipolar passa essencialmente pelo uso de fármacos como estabilizadores de humor ? que pretendem evitar as drásticas mudanças de humor características da doença.

Existem ainda terapêuticas complementares como a psicoterapia (uso de métodos comunicacionais não medicamentosos com o objetivo de dar ferramentas de suporte ao doente) e a eletroconvulsivoterapia (utilização de choques elétricos com o objetivo de induzir alterações na atividade elétrica do cérebro ? utilizado apenas em situações especiais).

## Conclusão

---

A doença bipolar é uma doença psiquiátrica com diagnóstico complexo. A promoção de uma vida saudável, a adesão ao tratamento e a existência de uma forte rede de apoio são fundamentais para que estes doentes apresentem uma evolução mais favorável e uma melhor integração na sua comunidade.

## Referências recomendadas

---

- Sociedade Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental ? Perturbação bipolar
- Programa Nacional para a Saúde Mental da DGS
- Associação de apoio aos doentes depressivos e bipolares
- WHO ? Mental Disorders

**Voltar à página inicial Tem alguma dúvida? Fale connosco \*\*\*\***

Ana Marques Pinho • Diana Moura