

## CONSEJOS PARA FAMILIARES.

La persona que padece trastorno bipolar es básicamente la mayor parte del tiempo, una "persona normal" por lo que debe tratársela del mismo modo que la trataría si no tuviera ninguna enfermedad psiquiátrica. Existe el riesgo de marginar al paciente cuando se piensa que no puede asumir ciertas responsabilidades estando asintomático, como si fuera diferente a los demás, y no se debe caer en este error.

Identificar precozmente una recaída es básico para evitar que esta sea grave. Para ello es necesario la colaboración de las personas que conviven con el paciente, debiendo estar alerta ante cualquier cambio en el comportamiento del afectado, sobre todo en lo que respecta a:

- Nivel de actividad.
- Irritabilidad.
- Productividad verbal.
- Aparición de nuevos intereses, proyectos...
- Cambios del estado de ánimo.
- Cambios en el sueño.

### ¿ QUÉ ES ATBAR?

Es una asociación sin ánimo de lucro creada por familiares y afectados por el Trastorno Bipolar y asesorada por profesionales de la salud.

### ¿ POR QUÉ DECIDIMOS CREARLA ?

Para mejorar la calidad de vida de los usuarios y complementar a los servicios socio-sanitarios.

### ¿ QUÉ OBJETIVOS NOS MUEVEN?

- Acabar con el estigma social y los prejuicios que afectan a este colectivo.
- Impulsar la mejora de los servicios sociales y sanitarios existentes.

### ¿ QUÉ OFRECEMOS ?

- Talleres de psicoeducación.
- Grupo de ayuda mutua (GAM).
- Grupos de terapia y habilidades sociales.
- Actividades de ocio y tiempo libre.

Teléfono: 666 456 036 (Zaragoza y Teruel)

654 244 421 (Huesca)

[http: www.atbar.es](http://www.atbar.es)

Correo electrónico: [atbar\\_2@hotmail.com](mailto:atbar_2@hotmail.com)

Apartado Correos 58

50080 ZARAGOZA

# ATBAR Asociación de Afectados por Trastorno Bipolar de Aragón.



**cibersam**  
Centro de Investigación Biomédica En Red  
de Salud Mental

## El trastorno bipolar

El trastorno bipolar es una enfermedad que afecta a los mecanismos encargados de regular el estado de ánimo. La persona que está afectada de un trastorno bipolar padece alteraciones del humor que responden a cambios biológicos que suceden en su cerebro y no a estímulos exteriores.

El trastorno bipolar se caracteriza por la presencia de episodios reiterados de alteración del humor.

Estudios recientes revelan que la incidencia de este trastorno en la población es de un 5% aprox.

### ¿Cuál es su causa ?

Es esencialmente biológica y genética. Las personas que padecen trastorno bipolar sufren un mal funcionamiento del sistema límbico con lo cual su estado de ánimo sufre bruscas oscilaciones.

Los neurotransmisores (dopamina, serotonina y acetilcolina) y las hormonas (tiroxina) se hallan también implicados.

No existen causas psicológicas.

### ¿Cuáles son sus síntomas?

Es una enfermedad que se manifiesta por fases y cada fase presenta unos síntomas:

La **euforia** es una elevación patológica del estado de ánimo con síntomas como:



- Hiperactividad.
- Mayor sociabilidad.
- Menor necesidad de dormir.
- Locuacidad.
- Aumento del gasto económico.
- A veces delirios y/o alucinaciones.

La **depresión** es un estado en el que se dan como síntomas:

- Cansancio y/o fatiga.
- Necesidad de dormir más.
- Ansiedad.
- Apatía.
- Pesimismo.
- Ideas autolíticas



# ATBAR



El **Trastorno Bipolar** **Ayúdate y Ayúdanos.** Hazte socio. Rellena los datos y entrégalos a:

Asociación de Afectados por Trastorno Bipolar de Aragón.

Apartado de Correos 58 50080 Zaragoza.

Núm. c/c: 2086 0000 24 3301268095- CAL.- NIF G-999049223. ATBAR es una asociación sin ánimo de lucro declarada por la DGA de Interés social.

Número Registro de Asociaciones: 05-Z-0430-2005

Nombre y Apellidos: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Población: \_\_\_\_\_ Provincia \_\_\_\_\_ C.P. \_\_\_\_\_

Teléfono \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ @: \_\_\_\_\_

Cuota anual: 35 € o más \_\_\_\_\_ €

ATBAR colabora con: Fundación Mundo Bipolar (Bipolarweb.com), CIBERSAM (Centro de Investigación Biomédica en red de salud mental).

www.cibersam.es