



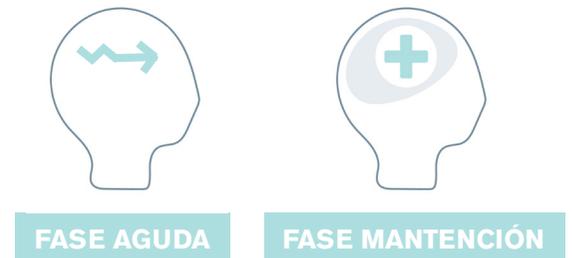
¿Por qué es importante seguir tomando tus medicamentos en el tratamiento a largo plazo del **trastorno bipolar**?

Para mayor información consulte a su médico.



# Fases del tratamiento del trastorno bipolar

**El tratamiento para el trastorno bipolar normalmente tiene dos fases:**



- Una FASE AGUDA, donde la prioridad de tu médico es estabilizar tu estado de ánimo, y una FASE DE MANTENIMIENTO, donde el tratamiento tiene como objetivo evitar que regresen estos cambios del ánimo<sup>1</sup>.
- La fase de mantenimiento es muy importante, ya que aporta estabilidad a las fluctuaciones del estado de ánimo y te ayuda a reconectar con la vida y los seres queridos.

Para mayor información consulte a su médico.

Referencias:

APA guidelines 2002. [https://psychiatryonline.org/pb/assets/raw/sitewide/practice\\_guidelines/guidelines/bipolar.pdf](https://psychiatryonline.org/pb/assets/raw/sitewide/practice_guidelines/guidelines/bipolar.pdf) Ultimo acceso Julio 2021. Falkenberg I, et al. PLoS ONE 2012;7(1):e30016. American Psychiatric Association: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition, 2013

# ¿Cómo me ayuda el tratamiento de mantenimiento?

**Los estados de ánimo son sentimientos generales que normalmente tardan en cambiar y no están tan influenciados por los acontecimientos que le rodean, en comparación con las reacciones rápidas de las emociones<sup>2</sup>.**

- En el trastorno bipolar, estos pueden ser más extremos y, a veces, casi abrumadores<sup>3</sup>.
- Es probable que tengas momentos en los que te sientas emocionado/a y tiendas a estar hiperactivo/a (ánimo alto) y otros momentos en los que te sientas tan deprimido/a que resulte difícil levantarse de la cama (ánimo bajo)<sup>3</sup>.
- Por este motivo, en la fase de mantenimiento del tratamiento, tu médico puede prescribirte un medicamento para prevenir estos cambios del ánimo.



Para mayor información consulte a su médico.

Referencias:

APA guidelines 2002. [https://psychiatryonline.org/pb/assets/raw/sitewide/practice\\_guidelines/guidelines/bipolar.pdf](https://psychiatryonline.org/pb/assets/raw/sitewide/practice_guidelines/guidelines/bipolar.pdf) Ultimo acceso Julio 2021. Falkenberg I, et al. PLoS ONE 2012;7(1):e30016. American Psychiatric Association: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition, 2013.

# Importancia del tratamiento de mantenimiento a largo plazo

- Para prevenir episodios futuros, es importante seguir tomando los medicamentos recetados incluso cuando empieces a sentirte mejor
- Puede que a veces sientas que estás mejorando y teniendo más control sobre tu trastorno bipolar. Pero nunca dejes de tomar tu medicamento ni cambies la dosis sin antes hablar con tu médico.
- De igual manera, si tienes alguna inquietud acerca de los efectos secundarios, lo primero que debes hacer es discutirlos con tu médico o enfermera y obtener su consejo. Pueden analizar qué efectos secundarios es más probable que experimentes y hacer un plan con anticipación para tratarlos.
- También es importante que tomes la medicación con regularidad y no te saltes ninguna dosis. Puede ser útil configurar un sistema de recordatorio, como configurar una alarma en el teléfono.



Para mayor información consulte a su médico.

# Algunas cosas a recordar cuando tomes tu medicamento

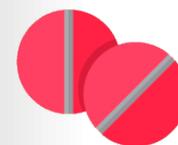


Para mayor información consulte a su médico.



- Consulta a tu médico si las pastillas deben ser tomadas con o sin comida.

- Siempre toma toda la dosis prescrita.



- Nunca tomes solo una parte de la tableta.

- Tu médico puede recetarte una dosis baja para comenzar el tratamiento y gradualmente aumentar la dosis durante algunas semanas hasta alcanzar una dosis que funcione para tí, denominada dosis efectiva. Nunca tomes más medicamento de lo que te indique su médico.



Puede llevar un tiempo encontrar la mejor dosis para tí. Tu médico puede ajustar la dosis, dependiendo de tus circunstancias individuales y, en particular, si estás tomando otros medicamentos, ya que pueden afectar la forma en que tu cuerpo procesa los medicamentos.