

# Fuentes de información sobre el trastorno bipolar

## Información para las familias

Aunque hay muchos libros sobre el trastorno bipolar en los niños, no es fácil encontrar información de calidad. Esto lleva a las diferencias de opinión entre los profesionales para describir el trastorno bipolar en los niños. Algunos expertos usan las palabras “trastorno bipolar no especificado” al hablar de los niños que se irritan molestan demasiado.

Las familias deberían empezar aprendiendo datos básicos sobre el trastorno bipolar, la familia debe visitar los siguientes sitios del internet, que contienen información de buena calidad y de apoyo.

### Libros que pueden ser útiles para la familia:

An Unquiet Mind (Una mente inquieta) – (1995), por la Dra. Kay Redfield Jamison (memorias de una investigadora del trastorno bipolar que sufrió la enfermedad: puede ser útil para entender la naturaleza de la enfermedad bipolar I)

Bipolar Disorder for Dummies (Explicaciones simples sobre el trastorno bipolar) (2005), por la Dra. Candida Fink y Joe Craynak (no se preocupe por el nombre del libro, tiene información completa y es fácil de leer)

The Bipolar Workbook: Tools for controlling your mood swings (Libro práctico sobre el trastorno bipolar: herramientas para controlar los altibajos mentales) (2006), por Mónica Ramírez Basco (contiene consejos prácticos, basados en los principios CBT)

Your Child Does Not Have Bipolar Disorder (Su hijo no tiene trastorno bipolar) (2011), por Stuart Kaplan (describe los casos cuando no es adecuado calificar a alguien como bipolar y la forma en que sabemos ayudar a los niños que se fastidian, se enfadan o explotan)

The Bipolar Teen: What You Can Do to Help Your Child and Your Family (El adolescente bipolar: lo que puede hacer para ayudar a su hijo y a su familia) (2007), por David Miklowitz, PhD y Elizabeth George, PhD

### Sitios web que pueden ser útiles para la familia:

American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, Practice Parameter on Bipolar Disorder (Academia estadounidense de psiquiatría del niño y del adolescente, límites prácticos sobre el trastorno bipolar). Análisis detallado de los tratamientos.

[www.aacap.org/AACAP/Resources\\_for\\_Primary\\_Care/Practice\\_Parameters\\_and\\_Resource\\_Centers/Practice\\_Parameters.aspx](http://www.aacap.org/AACAP/Resources_for_Primary_Care/Practice_Parameters_and_Resource_Centers/Practice_Parameters.aspx)

American Academy of Child and Adolescent Psychiatry Bipolar Disorder Resource Center, has video clips, “facts for families,” and many other resource links. Centro de recursos e información para las familias sobre el trastorno bipolar de la (Academia estadounidense de psiquiatría del niño y del adolescente) tiene videos, información para familias y muchos otros enlaces a otros sitios con recursos

[http://www.aacap.org/aacap/families\\_and\\_youth/resource\\_centers/bipolar\\_disorder\\_resource\\_center/home.aspx](http://www.aacap.org/aacap/families_and_youth/resource_centers/bipolar_disorder_resource_center/home.aspx)

National Institute of Mental Health (Instituto nacional de salud mental), sección sobre el trastorno bipolar  
[www.nimh.nih.gov/health/topics/bipolar-disorder/index.shtml](http://www.nimh.nih.gov/health/topics/bipolar-disorder/index.shtml)

National Alliance for the Mentally Ill (Alianza nacional para los enfermos mentales)  
[www.nami.org](http://www.nami.org)

The Balanced Mind Foundation (Fundación para la mente equilibrada)  
[www.thebalancedmind.org](http://www.thebalancedmind.org)

Parents Med Guide (Guía médica para padres), contiene información sobre la medicación para el trastorno bipolar de la American Psychiatric Association (Asociación psiquiátrica estadounidense) y la American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (Academia estadounidense de psiquiatría del niño y del adolescente)  
[www.parentsmedguide.org](http://www.parentsmedguide.org)

