

Influencia del cambio estacional en la descompensación del trastorno bipolar: revisión bibliográfica

Romina Castro García¹, Ana García Fernández² y M^a del Carmen Moreira Rodríguez³, Enfermeras especialistas en Salud Mental en Hospital Valle del Nalón (Langreo)^{1,3} y Hospital Universitario Central de Asturias (Oviedo)².

INTRODUCCIÓN

El trastorno bipolar es una enfermedad mental caracterizada por fluctuaciones en el estado del ánimo. Cursa con fases de depresión alternados con fases de manía o hipomanía, entre los cuales hay periodos de estabilidad. En la fase maniaca, el ánimo está elevado acompañado de un aumento anormal de la actividad. En la fase depresiva, el estado de ánimo es bajo con sentimientos de inutilidad y culpa. La prevalencia en la población general está entre el 2-4 %. Se clasifica en trastorno bipolar I y trastorno bipolar II en función de si se ha padecido episodio maniaco o hipomaniaco (1,2).

Su etiopatogenia es multifactorial; influyen factores genéticos, alteraciones neurobiológicas y factores ambientales. Este trabajo busca aportar evidencia sobre la influencia de los ritmos circunuales (ciclos biológicos que se repiten cada año y están regulados por los cambios estacionales) y el fotoperiodo (horas de luz diurnas) (3) en la clínica de la patología.

OBJETIVOS

- Evaluar la evidencia de la influencia del cambio de estación con el aumento en el número de ingresos hospitalarios de los pacientes con trastorno bipolar.

METODOLOGÍA



- PubMed
- Scielo
- Dialnet



- Trastorno Bipolar
- Descompensación
- Estación



- Booleanos: AND y OR
- Inglés y castellano
- Últimos 5 años

DESARROLLO

En cuanto al cambio de estación, se ve un aumento de ingresos hospitalarios por episodios maníacos en las estaciones de primavera-verano, sobre todo en los meses de marzo, junio, julio y agosto. Y otro aumento de ingresos por episodios depresivos en las estaciones de otoño-invierno, mayormente entre los meses de enero a marzo. A su vez, se afirma que, en las estaciones con mayor luz diurna aumentaron los ingresos por manía, así como, aumentaron los ingresos por episodios depresivos cuando la temperatura ambiental ha sido más baja y con menos horas de luz.

También se demuestra cómo las variables climatológicas (luminosidad, temperatura y presión atmosférica) influyen como desencadenantes en la descompensación del trastorno bipolar (3).

CONCLUSIONES

Se confirma la relación del cambio de estación con la descompensación de la enfermedad. Lo que lleva a prestar mayor atención a los pacientes con trastorno bipolar en las épocas de mayor riesgo de desestabilización, vigilando los cambios del ánimo, ajustando tratamiento y realizando un seguimiento más estrecho por enfermeras especialistas en salud mental. Se han encontrado pocos estudios recientes, por ello es importante seguir investigando sobre la relación propuesta.

BIBLIOGRAFÍA

1. Galindo-Salom MM, Ríos-Cruz SG, Avendaño-Prieto BL, Ortiz-Garzón EI. Exploración de las funciones ejecutivas en una muestra de adultos diagnosticados con trastorno afectivo bipolar. Rev Med [revista en Internet]. Scielo 2025 [citado 13 mayo 2026];33(1):31-49. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/med/v33n1/1909-7700-med-33-01-31.pdf>
2. Asociación Americana de Psiquiatría. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. 5a ed. rev. Arlington (VA): Editorial Médica Panamericana; 2022.
3. Veiga Ramos I, De Usabel Guzmán P, Vigo Santamariña LM, Pampín Alfonso A, Araúxo Vilar A. Variaciones estacionales en los ingresos por trastorno bipolar en Galicia. Revista gallega de psiquiatría y neurociencias [revista en Internet]. Dialnet. 2026 [citado 2026 May 13]. 2012; 11:12-17. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/ejemplar/398402>