



Trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo: Conceptos básicos

Del INSTITUTO NACIONAL de la SALUD MENTAL

¿Qué es el trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo?

El trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo (TDDEA) es una afección en la que los niños o adolescentes están irritables y enojados de forma continua, y tienen arrebatos frecuentes e intensos de mal temperamento. El nombre en inglés es *disruptive mood dysregulation disorder* (DMDD). Los síntomas de este trastorno van más allá del “mal genio” y se consideran graves.

Los jóvenes con trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo tienen problemas considerables en el hogar, en la escuela y, a menudo, con sus compañeros. También tienden a requerir servicios de atención de salud mental, que incluyen visitas al médico y, en ocasiones, hospitalización. Además, estos niños tienen un mayor riesgo de tener ansiedad y depresión en el futuro.

El trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo se puede tratar. Si le preocupa que su hijo pueda tenerlo, hable con su pediatra o proveedor de atención médica.

¿Sabía que...?

El trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo se agregó al *Manual diagnóstico y estadístico de trastornos mentales* (DSM-5) en 2013. El DSM se utiliza para la evaluación y el diagnóstico de trastornos mentales. Para obtener más información en inglés sobre este trastorno, visite www.nimh.nih.gov/dmdd.

¿Cuáles son los signos y los síntomas del trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo?

Los niños y los adolescentes con este trastorno tienen:

- en promedio, tres o más arrebatos intensos de mal genio (verbales o conductuales) por semana;
- arrebatos y berrinches que han estado repitiéndose durante al menos 12 meses;
- estado de ánimo crónicamente irritable o enojo la mayor parte del día, casi todos los días;

- problemas de funcionamiento en más de un lugar (en casa, en la escuela y con sus compañeros), debido a la irritabilidad.

Los niños se diagnostican con trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo entre los 6 y los 10 años. Para recibir este diagnóstico, un niño debe haber tenido síntomas de manera constante durante 12 meses o más.

Con el transcurso del tiempo, y a medida que los niños crecen y se desarrollan, los síntomas pueden cambiar. Por ejemplo, un adolescente o un adulto joven con trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo puede tener menos berrinches, pero comienzan a mostrar síntomas de depresión o de ansiedad. Por estas razones, el tratamiento también puede cambiar con el tiempo.

Los niños con este trastorno pueden tener problemas en la escuela y dificultad para mantener relaciones saludables con la familia o los compañeros. También pueden tener problemas en entornos sociales o para participar en actividades como deportes de equipo. Si cree que su hijo tiene el trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo, es esencial buscar un diagnóstico y tratamiento.

¿Cuál es la diferencia entre la irritabilidad típica y la irritabilidad grave?

Hay momentos en que todo niño se puede volver irritable. Esta es una reacción normal frente a la frustración. Los niños que tienen irritabilidad grave (como se observa en el trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo) tienen dificultad para tolerar la frustración y tienen arrebatos que no son proporcionales a la situación en cuestión. Estos arrebatos ocurren con mayor frecuencia y son más graves que los que normalmente se esperarían en los niños de esta edad.

Por ejemplo, cuando un padre le dice a su hijo que deje de jugar y haga su tarea, cualquier niño puede sentirse frustrado o molesto. Pero un niño con trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo puede volverse extremadamente molesto y emocional, y tener un arranque intenso de enojo con gritos o golpes. Además, los niños con este trastorno tienen estos arrebatos intensos de mal temperamento varias veces a la semana.

¿Cómo se diagnostica el trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo?

Si cree que su hijo puede tener síntomas del trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo, hable con el pediatra u otro proveedor de atención médica de su hijo. Describa el comportamiento de su hijo e infórmelo lo que ha observado y aprendido al hablar con otras personas, como su maestro o un consejero escolar.

El proveedor de atención médica de su hijo puede hacerle una evaluación para ayudar a aclarar los posibles problemas causantes de su comportamiento y así poder recomendar los pasos siguientes. Usted también puede pedirle a su proveedor de atención médica que lo remita a un profesional de salud mental que tenga experiencia con niños y adolescentes. Los síntomas del trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo también pueden ocurrir al mismo tiempo que otros trastornos relacionados con la irritabilidad, como el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (que en inglés es más conocido por sus siglas ADHD) o los trastornos de ansiedad. Un diagnóstico preciso es vital para lograr un tratamiento eficaz.

Para obtener más información sobre el diagnóstico y el tratamiento de niños, visit www.nimh.nih.gov/ninosyadolescentes. Si necesita ayuda para identificar un proveedor en su área, llame a la línea de ayuda de referencias a tratamientos de la Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental (SAMHSA, por sus siglas en inglés) al 1-800-662-4357 (1-800-622-HELP). SAMHSA también tiene un localizador en línea en inglés para ayudarlo a encontrar establecimientos y programas de tratamiento de problemas de salud mental según su ubicación: <https://findtreatment.gov>. Para obtener más información sobre cómo encontrar ayuda para usted, un amigo o un familiar, visite www.nimh.nih.gov/busqueayuda.

¿Cómo se trata el trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo?

Este trastorno es de clasificación relativamente nueva y se han llevado a cabo pocos estudios de tratamientos específicos sobre el mismo. Los tratamientos actuales se basan principalmente en los que han sido útiles para otros trastornos infantiles asociados con la irritabilidad, como el trastorno de déficit de atención con hiperactividad, el trastorno de oposición desafiante y los trastornos de ansiedad.

Por lo general, el tratamiento para el trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo incluye ciertos tipos de psicoterapia (“terapia de diálogo”) y, a veces, medicamentos. En muchos casos, primero se contempla la psicoterapia y luego se añaden los medicamentos. Sin embargo, a veces, los proveedores recomiendan que el niño reciba tanto psicoterapia como medicamentos desde el comienzo de su tratamiento.



Actualmente, el Instituto Nacional de la Salud Mental (NIMH, por sus siglas en inglés) está financiando estudios centrados en mejorar aún más estos tratamientos y en identificar nuevos tratamientos específicos para el trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo. Es importante que los padres o cuidadores colaboren muy de cerca con el proveedor de atención médica de sus hijos para tomar las mejores decisiones de tratamiento para ellos.

Psicoterapias

La **terapia cognitivo-conductual** se centra en la relación entre los pensamientos, los comportamientos y los sentimientos y, a menudo, es eficaz para tratar el enojo y el comportamiento disruptivo. Los investigadores del NIMH también están utilizando este tipo de terapia para ayudar a los niños a aumentar su capacidad de tolerar la frustración sin tener un arrebato. La terapia cognitivo-conductual enseña habilidades de afrontamiento para controlar el enojo y formas de identificar y readecuar las percepciones distorsionadas que contribuyen a los arrebatos.

La **capacitación para padres** les enseña a estos y a los cuidadores formas más eficaces de responder al comportamiento irritable, como anticipar incidentes que podrían originar un arrebato de mal genio en el niño y trabajar de antemano para evitarlo. La capacitación también enfatiza la importancia de dar respuestas predecibles y congruentes con los arrebatos de un niño, y de recompensar el comportamiento positivo.

Para obtener más información en inglés sobre la psicoterapia, visite www.nimh.nih.gov/psychotherapies.

Medicamentos

Por ahora, la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés) no ha aprobado ningún medicamento que sirva específicamente para tratar a niños o adolescentes con trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo. Sin embargo, los proveedores de atención médica pueden recetar ciertos medicamentos, como estimulantes, antidepresivos y antipsicóticos atípicos, para ayudar a aliviar los síntomas de este trastorno en su hijo.

Todos los medicamentos tienen efectos secundarios. Monitoree e informe sobre cualquier efecto secundario que pueda tener su hijo y repase con regularidad los medicamentos de su hijo con su proveedor de atención médica. Para obtener la información más actualizada en inglés sobre medicamentos, efectos secundarios y advertencias, visite el sitio web de la FDA: www.fda.gov/drugsatfda.

- Los **estimulantes** a menudo se usan en el tratamiento del trastorno de déficit de atención con hiperactividad y las investigaciones sugieren que también pueden disminuir la irritabilidad en los jóvenes con trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo.
- Los **antidepresivos** a veces se usan para tratar la irritabilidad y los problemas de mal humor que pueden tener los niños con trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo. Un estudio sugiere que cuando se combina el citalopram (un antidepresivo inhibidor de la recaptación de serotonina) con el estimulante metilfenidato, se puede disminuir la irritabilidad en los niños con trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo. **Tenga en cuenta** que los antidepresivos pueden

intensificar los pensamientos y comportamientos suicidas en algunos jóvenes, y sus proveedores de atención médica deben observarlos de cerca.

- Ciertos **medicamentos antipsicóticos atípicos** se usan para tratar a niños con irritabilidad, arrebatos graves o agresión. La FDA ha aprobado estos medicamentos para el tratamiento de la irritabilidad relacionada con el autismo y a veces también se usan para tratar el trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo. Sin embargo, debido a los efectos secundarios relacionados con estos, a menudo se usan solo cuando no se ha tenido éxito con otros enfoques.



Consejos para padres y cuidadores

Ser padre o cuidador de un niño o adolescente con trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo puede ser estresante y abrumador. Para ayudarle a crear un entorno de apoyo para usted y su hijo, puede tener en cuenta lo siguiente:

Aprenda todo lo que pueda sobre el trastorno. Hable con el proveedor de atención médica o profesional de salud mental que trata a su hijo. Haga preguntas sobre las opciones de tratamiento, incluyendo los riesgos y los beneficios. Puede encontrar información adicional en inglés sobre el trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo (incluyendo las últimas noticias, videos e información sobre estudios clínicos) en www.nimh.nih.gov/DMDD.

Hable con el maestro, el consejero o el psicólogo escolar de su hijo. Juntos, pueden idear estrategias, planes y adaptaciones que pueden ayudar a su hijo a prosperar en la escuela. Para obtener más información, visite www.nimh.nih.gov/ninosyadolescentes.

Encuentre maneras de aliviar su estrés. Tome medidas prácticas para controlar su propio estrés y así evitar el riesgo de que tenga efectos negativos en la salud. Para obtener algunos consejos, visite www.nimh.nih.gov/estres.

Busque apoyo adicional y ayuda profesional. Los padres y los cuidadores pueden encontrar recursos en inglés y apoyo a través de la sede local de la Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales (www.nami.org/findsupport), así como información en inglés de la Federación Nacional de Familias (www.ffcmh.org) de la organización Salud Mental América (www.mhanational.org) y otras más.

Comuníquese de forma regular y eficaz con el proveedor de atención médica de su hijo. Para obtener consejos que le ayuden a prepararse para la consulta de su hijo, visite www.nimh.nih.gov/consejosparahablar. Para obtener recursos adicionales, incluyendo preguntas para hacerle a su médico, visite el sitio web en inglés de la Agencia para la Investigación y la Calidad de la Atención: www.ahrq.gov/patients-consumers.



¿Qué son los estudios clínicos y por qué son importantes?

Aunque los niños no son adultos pequeños, con frecuencia se les administran medicamentos y tratamientos que han sido probados solo en adultos. Las investigaciones muestran que, en comparación con los adultos, los niños responden de manera diferente a los medicamentos y los tratamientos, tanto física como mentalmente. La forma de obtener los mejores tratamientos para los niños es mediante investigaciones diseñadas específicamente para ellos.

Los estudios clínicos son estudios de investigación que buscan formas de prevenir, detectar o tratar enfermedades y afecciones. Estos estudios ayudan a mostrar si un tratamiento es seguro y eficaz en las personas. Algunas personas

participan en estudios clínicos para ayudar a los médicos y los investigadores a aprender más sobre una enfermedad y mejorar la atención médica. Otras personas, como las que tienen alguna afección de salud, participan para probar tratamientos que no están ampliamente disponibles.

El NIMH apoya estudios clínicos en diferentes áreas de los Estados Unidos. Hable con un proveedor de atención médica sobre estos estudios y si alguno es adecuado para usted. Para obtener más información, visite www.nimh.nih.gov/estudiosclinicos.



Para más información

Obtenga más información en www.nimh.nih.gov/espanol. Si desea información adicional sobre diversos temas de salud, visite el recurso MedlinePlus en español de la Biblioteca Nacional de Medicina en <https://medlineplus.gov/spanish>.

Instituto Nacional de la Salud Mental

Oficina de Política Científica, Planificación y Comunicaciones
6001 Executive Boulevard, MSC 9663
Bethesda, MD 20892-9663
Teléfono: 1-866-615-6464
Correo electrónico: nimhinfo@nih.gov
Sitio web (inglés): www.nimh.nih.gov
Sitio web (español): www.nimh.nih.gov/espanol

Reproducciones

La información en esta publicación es de dominio público y se puede reutilizar y copiar sin necesidad de pedir permiso. Sin embargo, no puede reutilizar o copiar las imágenes. Por favor cite al Instituto Nacional de la Salud Mental como la fuente. Para obtener más información sobre el uso de las publicaciones del NIMH, consulte las pautas del NIMH para reproducir sus materiales en www.nimh.nih.gov/reproducciones.



National Institute
of Mental Health

Publicación de NIH Núm. 24-MH-8119S
Revisada en 2024

Síguenos en las redes
sociales en @NIMHgov

