

Vértigo y equilibrio



por: Prof. Adj. Dr. Andrés Saibene. Otorrinolaringólogo
Dra. Florencia Romero. Otorrinolaringóloga

PARA PODER DESARROLLAR CORRECTAMENTE NUESTRAS ACTIVIDADES DIARIAS DEBEMOS MANTENER EL EQUILIBRIO Y ESTAR ORIENTADOS EN EL ESPACIO. EL SISTEMA DEL EQUILIBRIO O VESTIBULAR ES EL ENCARGADO DE LOGRAR ESTO, Y SE UBICA EN EL OÍDO INTERNO, EN EL SECTOR PROFUNDO DE AMBOS OÍDOS.

Las alteraciones del sistema vestibular generan síntomas muy molestos, muchas veces difíciles de caracterizar para las personas, que por lo general lo expresan como "mareo".

Son de mucha utilidad algunas definiciones que ayudan a la persona a encuadrar sus síntomas.

Vértigo: Percepción irreal de movimiento (sentir que giran las cosas).

Desequilibrio: Sensación de inestabilidad en la marcha.

Mareo inespecífico: Sensación de cabeza vacía, embotamiento.

El estudio del equilibrio y del sistema vestibular lo lleva a cabo el otoneurólogo, subespecialidad compartida por la otorrinolaringología y la neurología.

Interesa destacar dentro de las distintas alteraciones del sistema vestibular, dos de ellas por su alta inciden-

¿Qué sabor tiene tu OMEGA3?

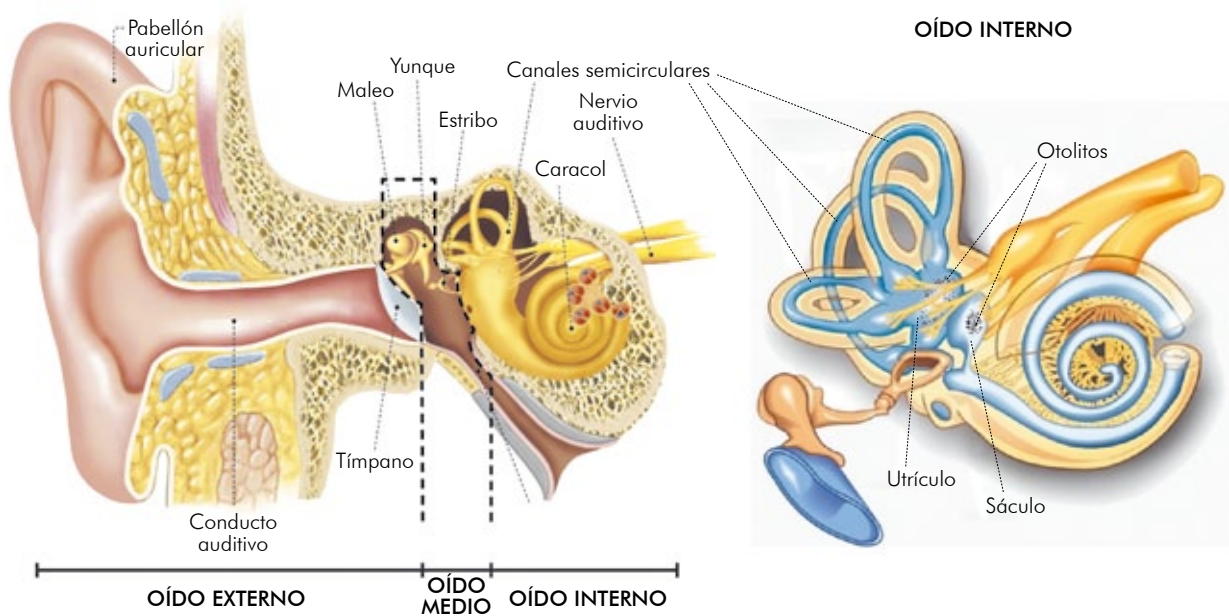


Chiacaps[®]

EL OMEGA 3 DE ORIGEN VEGETAL

Elaborado en base a la milenaria semilla de Chia





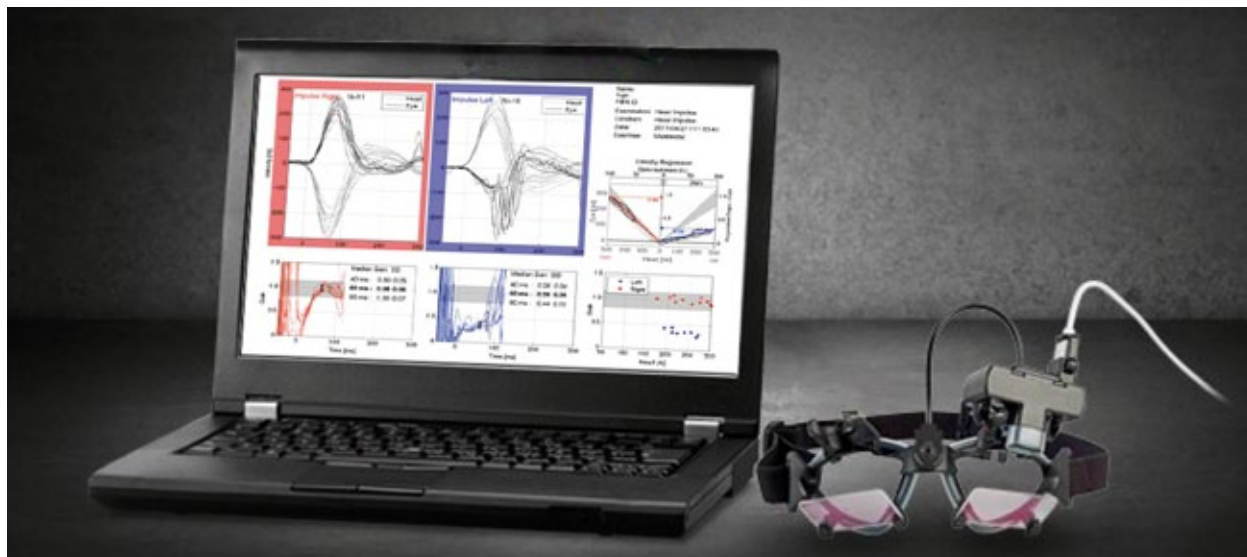
cia. Estas son el vértigo posicional paroxístico benigno (VPPB) y el presbivértigo (vértigo que se observa con el envejecimiento de los órganos del oído interno).

VÉRTIGO POSICIONAL PAROXÍSTICO BENIGNO (VPPB)

El VPPB comprende más del 80% de los vértigos. Es muy común, y la mayor parte de las personas lo experimentarán al menos una vez a lo largo de su vida. Este vértigo posicional, como indica su nombre, se caracteriza por la aparición de vértigos (giran las cosas) con los cambios de posición bruscos, generalmente al levantarse de la cama, al girar en la cama o al acostarse. La sensación de vértigo dura de segundos a minutos, y puede acompañarse de náuseas y vómitos según el paciente, siendo esto muy variable.

El VPPB se debe a la migración de cristales (otolitos u otoconias) que se encuentran en un sector del oído interno donde cumplen una función, hacia otro sector del oído interno donde no son necesarios. En general esta migración se da durante los movimientos de la cabeza al dormir (girar), por eso se ve más frecuentemente en las personas que duermen sin almohada o con almohada chata. Cuando la persona cambia de posición, el movimiento de estos cristales genera una hiperestimulación del sistema nervioso, que interpreta que estamos girando cuando en realidad no lo estamos haciendo.

El VPPB muchas veces es autolimitado, desapareciendo los síntomas sin mediar tratamiento. Cuando los síntomas persisten, su diagnóstico y tratamiento son muy sencillos, pudiendo realizarse en el consultorio sin necesidad de estudios paraclínicos, ni medicamentos y con una alta tasa de curación en una única consulta.



PRESBIVÉRTIGO

A partir de los 30 años en todas las personas y como consecuencia del proceso natural de envejecimiento, el oído interno lentamente pierde su función, es decir la audición y el equilibrio. La pérdida de audición vinculada a la edad se denomina presbiacusia, y la del equilibrio presbivértigo.

Estas personas generalmente consultan por inestabilidad, desequilibrio y en ocasiones, caídas.

Para evaluar el funcionamiento del oído interno, contamos con el audiograma para explorar la audición, y el examen funcional del octavo par craneano para evaluar el componente del equilibrio.

Dentro de los estudios para el sector del equilibrio, aparte de las pruebas clásicas, contamos actualmente con un estudio que es considerado el *gold standard* en

el estudio de la función vestibular, que se llama *Video Head Impulse Test (V-HIT)*

El V-HIT es un estudio no invasivo y con una duración aproximada de 15 minutos en consultorio, que utiliza tecnología moderna, y permite obtener resultados objetivos. Consiste en lentes que contienen una micro cámara liviana de alta velocidad que sigue el movimiento de la pupila durante el movimiento de la cabeza, y un software específico que permite analizar los mismos.

La importancia del diagnóstico del presbivértigo radica en que estos pacientes, muchas veces producto de ese estado de inestabilidad y caídas, generan una disminución en su actividad física, con aislamiento social e incluso depresión.

El tratamiento consiste en la rehabilitación vestibular, en base a una serie de ejercicios de fácil realización, que se pueden practicar incluso en el hogar.