

¿QUÉ ES EL VÉRTIGO Y CUÁL ES SU TRATAMIENTO?

Dependiendo de su origen, los vértigos son tratables mediante fisioterapia y sencillos ejercicios de rehabilitación. En este artículo, buscamos que comprenda en qué consiste este malestar y los fundamentos de su tratamiento.



¿QUÉ ES EL VÉRTIGO?

Lo primero que conviene aclarar es que el vértigo no es una enfermedad en sí, sino un síntoma que puede deberse a diferentes causas.

El vértigo se define como una sensación de rotación que experimenta una persona. El paciente puede tener la sensación de que los objetos dan vueltas, de que es él el que gira, percibiendo desequilibrio, mareo, inestabilidad...

Para entender por qué se produce y cómo tratarlo, lo primero es entender cómo funciona el equilibrio del cuerpo humano.

¿CÓMO FUNCIONA EL EQUILIBRIO DE LAS PERSONAS?

Para mantener el equilibrio, el cuerpo utiliza tres sistemas:

- **La vista** - Da información al cerebro de nuestra posición en relación con los objetos que nos rodean
- **El oído interno** - El laberinto posterior está formado por unos conductos que informan al cerebro de las aceleraciones y posición de la cabeza. Concretamente, los conductos semicirculares informan de las aceleraciones rotatorias y el utrículo y el sáculo informan de la posición de la cabeza en el espacio y de las aceleraciones lineales
- **Los receptores articulares (propioceptores)** - En todas las articulaciones tenemos receptores que nos indican la posición de los miembros sin necesidad de mirarlos. Tenemos gran cantidad de propioceptores en la planta de los pies y en las cervicales.

La información de estos tres sistemas se complementa entre sí, permitiendo de forma conjunta que el cuerpo conozca en todo momento su posición en el espacio, pudiendo así dar las órdenes adecuadas a los músculos para el mantenimiento del equilibrio.

Los problemas llegan cuando existe un conflicto de información entre los estímulos que recibe el cerebro procedente de la vista, el oído y las articulaciones. En dicho caso, el cuerpo no logra identificar en qué posición se encuentra y nos produce sensación de desequilibrio.

¿QUÉ CAUSA LOS VÉRTIGOS?

Cualquier alteración a nivel de los mencionados receptores puede provocar esta sensación de desequilibrio. La clasificación de los diferentes tipos de vértigos se hace en base a su origen.

Vértigo cervical

Este vértigo se relaciona con trastornos de la columna cervical que pueden deberse a:

- Contracturas musculares que limiten la correcta movilidad de la columna
- Traumatismos en la misma tipo “latigazo cervical”
- Procesos degenerativos de artrosis de la columna

Clínicamente éste se caracteriza por un vértigo relacionado con la posición de la cabeza, que se acompaña de una contractura de la musculatura del cuello y dolor en la nuca que puede irradiarse a las extremidades superiores.

Los vértigos pueden manifestarse como una continua sensación de flotación o inestabilidad a la que se superponen crisis de segundos de duración de vértigo rotatorio

Otros tipos de vértigo

Cuando el origen de los vértigos está en el oído interno hablamos de neuronitis vestibular, vértigo postural benigno o vértigos de Menière. Este último es el más conocido es el que se caracteriza por ser de aparición súbita, en crisis que duran unos minutos, intensamente rotatorio y que se acompaña de síntomas vegetativos (náuseas, vómitos) y síntomas auditivos como sordera, ruidos o pitidos.

¿CÓMO SE TRATA EL VÉRTIGO?

Después de que un otorrino descarte que el origen el vértigo sea un problema en el oído, es muy importante el tratamiento de la columna cervical, para relajar dicha musculatura y evitar que las contracturas perpetúen los vértigos.

En casos de vértigos crónicos o residuales se hace una rehabilitación vestibular mediante fisioterapia y unos ejercicios que simulan pérdidas de equilibrio repetidas. Dicho tratamiento va encaminado a hacer trabajar a los tres sistemas receptores de manera conjunta de modo que el sistema nervioso central “reaprenda” a procesar correctamente la información.

Así pues, si sufre vértigos, no dude en consultar a su especialista en fisioterapia, ya que en función de su caso, es posible que su patología tenga tratamiento sin necesidad de medicamentos.