

¿Qué es el vértigo postural paroxístico benigno?

Por Chris Zalewski, MA, CCC-A

Esta mañana me desperté aterrada porque cuando me viré en la cama, todo empezó a darme vueltas. ¿Qué me está pasando?

Está experimentando lo que se conoce como *vértigo*, una impresión de movimiento que los pacientes por lo general describen como una sensación de que todo les da vueltas. El vértigo es con frecuencia resultado de algún problema que afecta el sistema de equilibrio, también conocido como sistema *vestibular*. El sistema de equilibrio está ubicado en los oídos y es responsable de percibir y monitorizar el movimiento de la persona y de mantener el equilibrio cuando está en reposo. Un problema con el sistema de equilibrio puede tener como resultado sensación de vértigo, mareo, pérdida del equilibrio y a veces aturdimiento o desvanecimiento.

Los síntomas descritos son característicos de un tipo específico de vértigo conocido como “vértigo postural paroxístico (o posicional) benigno” (BPPV, por sus siglas en inglés). Primero que nada, déjeme decirle que no está sola. De hecho, ésta es la *causa más común de vértigo y mareo*, y afecta a más de 150,000 personas anualmente. Las personas que sufren de vértigo postural paroxístico benigno casi siempre reportan los mismos síntomas.

Experimentan vértigo:

- durante un corto período de tiempo, por lo general menos de 30-60 segundos,
- al levantarse de la cama o al virarse en la cama,
- al mirar hacia el cielo o hacia un estante alto,
- cuando se inclinan a recoger algo.

Breves episodios de vértigo y vértigo después de un cambio de posición de la cabeza son por lo general motivos suficientes para que el médico o el audiólogo sospechen vértigo postural paroxístico.

¿Me debo preocupar?

Siempre debemos prestar atención al vértigo y al mareo. El diagnóstico de esta condición es bastante sencillo y puede ser identificada después de efectuar una serie de breves pruebas de postura en el consultorio. Si su médico confirma el diagnóstico, *calma*. El tratamiento del vértigo

postural paroxístico con frecuencia es cuestión de minutos y se lleva a cabo de manera simple y eficaz en el mismo consultorio médico, sin medicamentos, sin agujas y sin operaciones.

¿Qué es exactamente y por qué me dio?

No se deje amedrentar por el nombre. Analicémoslo palabra por palabra:

- *Benigno* quiere decir que NO es grave.
- *Paroxístico* simplemente quiere decir que es de corta duración o que dura sólo un breve período de tiempo, con frecuencia es cuestión de segundos.
- *Postural* o *posicional* significa que el mareo es provocado por cambios en ciertas posiciones de la cabeza o del cuerpo.
- *Vértigo* describe la sensación de que *todo da vueltas*. Así es que el vértigo postural paroxístico benigno simplemente describe los síntomas experimentados durante un breve periodo de vértigo ocasionado por ciertos movimientos de la cabeza o del cuerpo.

¿Pero por qué me ha dado?

Este tipo de vértigo es con frecuencia resultado de algún tipo de traumatismo craneal (incluso un leve golpe en la cabeza), de inflamación del oído interno, o de la edad. Por desdicha, en muchos casos se desconoce la causa.

))) El vértigo postural paroxístico benigno es la causa más común de vértigo y mareo, y afecta a más de 150,000 personas anualmente. (((

¿Tiene tratamiento?

El tratamiento de este tipo de vértigo es con frecuencia sencillo y eficaz. El audiólogo quizás efectúe una *maniobra de rotación de cabeza*, también conocida como la “maniobra Epley”. Muchos pacientes reportan la mejora inmediata o la eliminación completa del vértigo después de haberse efectuado la maniobra. Aunque es posible que sea necesaria una visita adicional al médico para repetir la

maniobra, miles de pacientes se benefician todos los años del éxito de la “maniobra Epley”.

Una de las desventajas de padecer este tipo de vértigo es que, por lo general, las personas que lo han sufrido una vez tienden a sufrirlo de nuevo. Esto sucede debido a diversas razones, muchas de las cuales no podemos controlar. Pero no se preocupe, por lo general se puede tratar de manera eficaz usando siempre el mismo procedimiento de hacer rotar la cabeza. Sin embargo, es importante consultar siempre al médico para asegurarse de que no exista ninguna otra causa del vértigo.

Bueno, me siento mucho más tranquila ahora con eso del vértigo postural paroxístico benigno. ¿Algo más?

Definitivamente. A pesar de que el vértigo postural paroxístico benigno es la causa anual más común de vértigo, *es sumamente importante consultar a un médico siempre que se experimente vértigo*, no importa cuán benigno o ligero. El diagnóstico preciso de vértigo postural paroxístico benigno lo debe hacer un médico. Los mareos o el vértigo pueden ser causados por toda una variedad de razones y es siempre buena idea consultar al médico lo antes posible.

NOTAS:



Para información adicional y para visitar la biblioteca de la Serie Informativa de Audiología, escanear con su dispositivo móvil.

Para más información sobre la pérdida de audición o los auxiliares auditivos, o para que se le envíe a un audiólogo certificado por ASHA, comunicarse con:



AMERICAN
SPEECH-LANGUAGE
HEARING
ASSOCIATION

2200 Research Boulevard
Rockville, MD 20850
800-638-8255

Correo electrónico: actioncenter@asha.org
Sitio Web: www.asha.org

Información gratuita distribuida por

La Asociación Americana del Habla, Lenguaje y Audición
2200 Research Boulevard, Rockville, MD 20850 • 800-638-8255

