

VÉRTIGOS

El vértigo se trata de un síntoma de una patología. Es definido como una falta de estabilidad o una sensación de falta de equilibrio respecto al entorno. Se trata de una sensación de origen multifactorial, ya que son muchas las razones por la cual una persona puede llegar a percibir esa sensación.

Generalmente, este trastorno viene acompañado de algunas manifestaciones físicas tales como náuseas y vómitos y puede afectar a cualquiera, aunque en niños se presenta en forma de crisis espontáneas y pasajeras y en ancianos puede evolucionar hacia una inestabilidad crónica.

Clasificación

Una manera de clasificar los vértigos se basa en la localización de la enfermedad que lo causa y los divide en periféricos y centrales.

El vértigo periférico o del nervio craneal; encargado de llevar la información desde el oído al cerebro; es el causado por la afectación del laberinto (oído interno) o del propio nervio craneal. EL vértigo periférico es el más común y suele ir acompañado de otros síntomas como pérdida de audición, zumbidos, y presión y dolor en el oído.

La laberintitis o afectación del laberinto, implica irritación e hinchazón del oído interno, lo cual ocurre en ocasiones después de una infección en el oído o en vías respiratorias altas, o resfriado común. También ocurre cada vez con mayor frecuencia una especie de laberintitis de carácter crónico en pacientes alérgicos. El vértigo periférico también aparece tras consumir grandes cantidades de alcohol, en estados de fatiga, tabaquismo, estrés o uso de ciertos medicamentos.

El vértigo central es debido a la alteración de los mecanismos neurológicos del propio sistema vestibular, relacionado con el equilibrio y control espacial. Los síntomas como sensación anormal del movimiento, dificultad de enfoque y zumbido son menos intensos pero más prolongados que en el vértigo periférico.

Tratamiento

El tratamiento que se sigue a cabo en estos casos dependerá de la causa que lo produce.

Para el tratamiento del vértigo central se debe identificar y tratar la causa subyacente por lo que debe ser diagnosticado previamente por el neurólogo.

En el caso de vértigo periférico, generalmente al ser causado por una infección desaparece en un breve periodo de tiempo, sin embargo la medicina alopática recurre para reducir la sensación de mareo causada por el vértigo a antihistamínicos, corticosteroides como la prednisona, compazine para aliviar las náuseas, o incluso sedantes como el valium.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

VERTIGOS ASOCIADOS A INFECCIONES DE OIDO

Alimentación

- Consumir alimentos que combatan las infecciones naturalmente. Alimentos ricos en hierro y vitaminas C y A refuerzan el sistema inmunológico.
- Evitar la exposición al humo. En especial los niños y las personas enfermas, pueden presentar infección de oído si fuman o están en ambientes donde haya humo de cigarro u otros contaminantes del aire.
- Aumentar los agentes antiinflamatorios, en especial el Omega 3. Una manera de lograrlo es evitar el consumo de carnes rojas y sus derivados y aumentar el consumo de aceites vegetales crudos y aceite de pescado.

Complementos alimenticios

Vitaminas B99 (Nutrinat Evolution): Las vitaminas B son importantes para la función inmunológica y para el funcionamiento normal del sistema nervioso central. Ayudan además a reducir la inflamación y a prevenirla. La colina y el inositol son necesarios para el funcionamiento de los nervios.

Esterified Vitamin C 1.000 mg (HealthAid)/Vitamina C 1.000 mg + Bioflavonoides (HealthAid): Necesarios para el correcto funcionamiento del sistema inmunológico y para prevenir las infecciones en los oídos.

Selenio Active® (Nutrinat Evolution): El selenio, zinc y vitaminas C y E aceleran la respuesta inmunológica y ayudan a reducir la infección. La vitamina A estimula la inmunidad, aumenta la resistencia a las infecciones y fortalece las membranas mucosas.

Omega 3-6-7-9 (Nutrinat Evolution): Los ácidos grasos Omega 3, 6 y 9 actúan como antiinflamatorios y facilitan la circulación sanguínea.

Ácido Alfa Lipóico 250 mg (HealthAid): Actúa como antioxidante y protege contra los radicales libres, mejorando la microcirculación y actuando como neuroprotector y neurodegenerativo.

Potasio: Importante para la salud del sistema nervioso y para la transmisión de los impulsos nerviosos.

Plantas medicinales

Ajo negro (HealthAid): Por sus propiedades antibióticas resulta útil para infecciones internas del oído medio.

Jengibre (*Zingiber officinalis*) 560 mg (HealthAid): Especialmente útil por su capacidad para eliminar la sensación de náusea e impedir el vómito.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Sarinerv (Lusodiete) que contienen valeriana, melissa y pasiflora que por su acción sedante y ansiolítica puede contribuir a aliviar la ansiedad que el ataque de vértigo puede producir.

Hoja de olivo: Ayuda a combatir las infecciones.

Sauce: Gracias a sus propiedades analgésicas, puede ayudar a combatir el dolor de oídos.

Hongos medicinales

Reishi, extracto puro (Hawlik) combina la acción antioxidante, antihistamínica y antiinflamatoria (tipo corticoide), lo cual supone un estupendo complemento. Los triterpenos presentes en el Reishi son los responsables del efecto calmante sobre el sistema nervioso.

En casos en los cuales existe una infección el protocolo de actuación requiere un tratamiento inmunomodulador y microbicida. La **Cola de Pavo** está indicada para todo tipo de tratamientos preventivos frente a infecciones virales así como complemento de tratamientos antivíricos.