

¿Por qué se debería consultar con un fisioterapeuta por los Mareos?



INPA Translations

Autora: Laura O. Morris, PT, NCS
Traducido por: Daniel Verdecchia, PT, MSc. (c)
Ana Sanchez Junkin, PT, DPT, NCS

Developed by the



Translated by THE
VESTIBULAR SPECIAL
INTEREST GROUP of
INPA



¿Por qué debería consultar con un fisioterapeuta si padezco mareos?

Una persona que tiene mareos o desequilibrio puede tener un problema del oído, o sea, un problema vestibular. Mucha gente con daño del oído puede dejar de ejercitarse o mover la cabeza. Actividades que antes del problema vestibular eran simples para un individuo pueden llegar a serle difíciles y ocasionarle cansancio y mareos.

Algunos fisioterapeutas están específicamente entrenados para tratar tales mareos y problemas. Cuando un paciente empieza a moverse de nuevo con la ayuda del fisioterapeuta, los mareos se hacen menos problemáticos. La ejecución de las actividades normales y el ejercicio pueden ayudarle a lograr sus metas. Los fisioterapeutas pueden enseñarle estrategias para ayudarlo en el proceso de recuperación de sus capacidades. Si algunas actividades específicas o tareas caseras le provocan desequilibrio al paciente, aprenderá como hacerlas de una manera segura. Actividades que antes del problema vestibular eran simples para una persona pueden llegar a serle difíciles y ocasionarle cansancio y mareos. El fisioterapeuta indicará ejercicios de acuerdo con los problemas diagnosticados. Estos ejercicios están diseñados para mejorar el equilibrio y la capacidad para ver con claridad al mover la cabeza. Además, otros ejercicios menos específicos al problema vestibular, como, por ejemplo, caminar fuera de casa, son a menudo indicados para mejorar la salud general y la resistencia del paciente.

Es importante empezar la terapia tan pronto como el medico le recomienda al paciente acudir a fisioterapia. La mayor recuperación de daño al sistema vestibular se logra en los primeros meses después de que el daño ocurre.