

Developed by the



Translated by THE  
VESTIBULAR SPECIAL  
INTEREST GROUP of  
INPA



## ***Consecuencias de los Mareos en las Personas Mayores***

Los mareos, el vértigo y el desequilibrio no forman parte normal del envejecimiento, pero representan las quejas más comunes que los pacientes mayores traen a sus médicos. Se estima que 2,9% de pacientes mayores de 65 años y 3,8% de los mayores de 75 años harán una visita a un médico por mareos.<sup>1</sup> Desafortunadamente, los mareos en las personas mayores pueden llevar al desequilibrio, miedo a la caída, inactividad y un mayor riesgo de caída. En los Estados Unidos, la tercera parte de los adultos mayores se caen cada año.<sup>2,3</sup> En muchos de estos adultos, las caídas llevan a lesiones de una gravedad que varía desde moderada a severa, por ejemplo, una fractura de cadera, que limitan la movilidad y reducen la independencia.<sup>4,5</sup> Los mareos son un factor de riesgo importante de caídas en las personas mayores.<sup>6</sup>

## ***Causas de los Mareos***

Los mareos en el adulto mayor son raras veces el producto de una sola etiología y pueden ser el resultado de una hipofunción vestibular, el vértigo paroxístico posicional benigno no diagnosticado, otras condiciones médicas, la polifarmacia, los efectos colaterales de medicamentos, o una combinación de deficiencias en los sistemas visual, vestibular y somatosensorial. Se cree que la disfunción vestibular periférica actualmente representa el 48% de los mareos reportados por los adultos mayores.<sup>1</sup>

## ***El Rol de la Terapia Física en el Manejo de los Mareos***

Los fisioterapeutas son los profesionales de elección en la rehabilitación y el manejo de trastornos de desequilibrio relacionados con el sistema vestibular.<sup>7</sup> Un fisioterapeuta especializado en la rehabilitación vestibular realizará un examen completo para determinar la causa de los síntomas y hacer un plan único de tratamiento para eliminar o minimizar los mareos y sus consecuencias. Los objetivos adicionales de la rehabilitación vestibular incluyen determinar si el paciente padece de Vértigo Paroxístico Posicional Benigno (VPPB, que a menudo no se detecta en las personas mayores)<sup>8</sup>, estabilizar el equilibrio, re-entrenar el sistema propioceptivo, mejorar la estabilidad de la mirada, entrenar la marcha y posibilitar el funcionamiento óptimo. Afortunadamente, el envejecimiento no afecta negativamente los resultados de la rehabilitación. Los estudios demuestran que la rehabilitación vestibular es tan exitosa en resolver los síntomas en las personas mayores como en una población más joven.<sup>9</sup>

# Los Mareos y las Personas Mayores

**Autora: Lisa Dransfield, PT, DPT, MA**

**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



## Referencias:

1. Herdman SJ. Vestibular Rehabilitation. 3rd ed. Philadelphia: F.A. Davis Company; 2007.
2. Hornbrook MC, Stevens VJ, Wingfield DJ, Hollis JF, Greenlick MR, Ory MG. Preventing falls among community-dwelling older persons: results from a randomized trial. *Gerontologist*. 1994; 34: 16–23.
3. Hausdorff JM, Rios DA, Edelber HK. Gait variability and fall risk in community-living older adults: a 1-year prospective study. *Arch Phys Med Rehabil*. 2001; 82: 1050–1056.
4. Alexander BH, Rivara FP, Wolf ME. The cost and frequency of hospitalization for fall-related injuries in older adults. *Am J Public Health*. 1992; 82: 1020–1023.
5. Sterling DA, O'Connor JA, Bonadies J. Geriatric falls: injury severity is high and disproportionate to mechanism. *J Trauma*. 2001; 50: 116–119.
6. Agarwal Y, Carey JP, Della Santina CC, Schubert MC, Minor LB. Disorders of balance and vestibular function in US adults: data from the National Health and Nutrition Examination Survey, 2001-2004. *Arch Intern Med*. 2009;169(10):938-944.
7. Physical Therapists as Practitioners of Choice to Rehabilitate Persons with Vestibular-Related Balance Disorders (House of Delegates 05-07-18-18). [http://www.apta.org/AM/Template.cfm?Section=Policies\\_and\\_Bylaws&TEMPLATE=/CM/ontentDisplay.cfm&CONTENTID=67331](http://www.apta.org/AM/Template.cfm?Section=Policies_and_Bylaws&TEMPLATE=/CM/ontentDisplay.cfm&CONTENTID=67331). Accessed July 17, 2010.
8. Oghalai JS, Manolidis S, Barth JL, Stewart MG, Jenkins HA. Unrecognized benign paroxysmal positional vertigo in elderly patients. *Otolaryngol Head Neck Surg*. 2000;122(5):630-634.
9. Whitney SL, Wrisley DM, Marchetti GF, Furman JM. The effect of age on vestibular rehabilitation outcomes. *Laryngoscope*. 2002; 112: 1785-1790.