

# Vértigo Posicional Paroxístico Benigno

**Autores: Melissa Bloom PT, DPT, Shannon Hoffman PT, DPT,  
Joseph Lacko, PT, DPT, Marcia Thompson PT, DPT  
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



## ¿Qué es el VPPB?

El Vértigo Posicional Paroxístico Benigno (VPPB) es un problema del oído interno que causa períodos breves de vértigo (la sensación de que las cosas alrededor están girando) cuando la cabeza se mueve en ciertas posiciones. Ocurre con mayor frecuencia al acostarse, cuando se da vuelta en la cama y al mirar hacia arriba. Aunque uno esté quieto, puede tener la sensación de estar en movimiento, o de que el ambiente esté girando alrededor. También puede experimentar náusea, vómitos, transpiración, y movimientos anormales de los ojos. Si el vértigo ocurre con visión doble, dificultad para hablar, cambio en el estado de consciencia, debilidad en los brazos o en las piernas o una incapacidad para caminar, se debería contactar a un médico inmediatamente.

## ¿Cuál es la causa de VPPB?

El VPPB ocurre cuando pequeños cristales compuestos de carbonato de calcio en el oído interno, a menudo llamadas piedras, se desprenden y caen a otra parte, los canales semicirculares. Los cristales pueden desprenderse por muchas razones, después de una infección del oído interno, una fiebre, una conmoción cerebral, o una lesión cervical por latigazo. VPPB también puede ocurrir junto con otros diagnósticos del oído, tales como la enfermedad de Meniere, o migrañas; o también, se ha sugerido que es una parte del envejecimiento normal.

## ¿Cómo se trata el VPPB?

La mayoría de las personas (el 85% aproximadamente) se recupera con la aplicación de maniobras específicas del cuello, realizadas por su médico o fisioterapeuta. Estas maniobras están diseñadas para reposicionar los cristales en su lugar. Las cuales están diseñadas para reponer los cristales en su lugar. La investigación demuestra que en el 80 o 90% de las veces la maniobra de reposición funciona en su primera aplicación. Después de completarse el tratamiento, usted puede sentir náusea, mareos, o más dificultad en su equilibrio. Esto puede durar varias horas. Evite actividades riesgosas y siga las instrucciones del médico o del fisioterapeuta.

# Vértigo Posicional Paroxístico Benigno

**Autores: Melissa Bloom PT, DPT, Shannon Hoffman PT, DPT,  
Joseph Lacko, PT, DPT, Marcia Thompson PT, DPT  
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



## ¿Qué más debería yo hacer después del tratamiento?

Durante algunas horas usted no debería girar la cabeza rápidamente ni inclinarla muy hacia arriba (como para mirar al cielo) ni muy hacia abajo (cómo agachándose para atarse los cordones de los zapatos o levantar algo del piso). Pero usted puede dormir en cualquier posición que elija. Al día siguiente debería retomar sus actividades y mover la cabeza con tanta normalidad como sea posible.

## ¿Puede volver el vértigo?

Ya que no conocemos la causa exacta del VPPB, no es posible saber cómo prevenirlo. Lamentablemente, no hay medicamentos que se hayan comprobado ser eficaces y al contrario los que hay pueden hacer más daño que beneficio. Si el VPPB regresa, usted debería contactar a su fisioterapeuta. Los cristales pueden estar en otra área del oído, por lo que el tratamiento puede ser distinto que el anterior. Usted nunca debería tratar de reposicionar los cristales por si mismo salvo que su profesional de salud le instruya hacerlo. Acuérdesse de que el VPPB es tratable y las maniobras pueden reducir en mucho el vértigo y otros síntomas asociados con el VPPB.