

## ¿Qué es?

Es una sensación de movimiento que no corresponde con la realidad unida a la alteración de la orientación espacial. Puede ir acompañado de otros síntomas como piernas flojas, constricción del campo visual, palidez, diaforesis y náuseas.

La sensación del equilibrio proviene del oído, por ello el origen mayoritario del vértigo proviene de alteraciones del aparato vestibular (cadena de huesecillos que tenemos dentro del oído y las estructuras que los acompañan)

El mareo por vehículos, es un trastorno temporal que aparece durante los viajes. Este tipo de mareo suele manifestarse con síntomas tales como palidez en la cara, hipersalivación, inquietud, bostezos, náuseas y arcadas, que casi siempre preceden o acompañan al vómito.

El **vértigo periférico**, se refiere al origen en el oído. Dentro de este tipo de vértigo esta:

El **vértigo posicional** que generalmente ocurre en posición tumbada.

La **enfermedad de Menière** es un vértigo crónico que va acompañado de ruidos en los oídos, y/o sordera.

La **neuritis**, inflamación de los nervios del oído por diversas causas agudas como una infección, un enfriamiento, contractura...

Algunas enfermedades provocan crisis de **vértigo central** como la esclerosis, algunos tumores, migrañas o incluso diabetes)

## ¿Cuándo ir al médico?

Siempre hay que acudir a un médico para que diagnostique el origen del vértigo.

## Recomendaciones higiénicas

El reposo y evitar movimientos bruscos para evitar el desequilibrio y las caídas

Los vértigos disminuyen el apetito y pueden ocasionar vómitos. Se recomienda hidratar a la persona con bebidas isotónicas al mismo tiempo que cuidar la alimentación preparando una dieta variada y suave.

## Medicinas para el vértigo.

**Antihistamínicos y anticolinérgicos** (flunaricina y cinaricina), estos fármacos disminuyen la descarga de los neurotransmisores nerviosos del vestíbulo además de ser un poco sedantes, también evitan lo vómitos.

**Sulpirida**, cuando el vértigo va acompañado de náuseas y vómitos.

Vasodilatadores como la **betahistina**, aumenta el flujo sanguíneo, proporcionando alimento y oxígeno a la estructura interna del oído.

También **corticoides y antiinflamatorios**, si el vértigo tiene una base de lesión muscular o inflamación de tejidos.

**Diuréticos** como descongestionantes.

**Benzodiazepinas** como tranquilizantes

Todos estos fármacos deben ser supervisados por el médico.

Para los mareos por vehículos se deben tomar los antihistamínicos media hora antes de salir de viaje. Estos fármacos dan somnolencia y retienen líquidos, deben ser tomados con precaución con pacientes con enfermedades cardiovasculares, glaucoma o inflamación de próstata.

**Pharmacare** ® es un proyecto de FARMACIA DEL MERCAT y la UNIVERSIDAD DE VALENCIA  
Incrementar la calidad de la atención farmacéutica en la farmacia comunitaria.