

FOLHETO EXPLICATIVO

O que é VPPB?



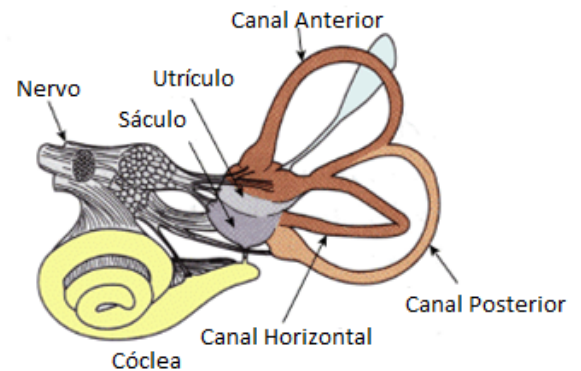
Autora: Shannon L.G. Hoffman, Fisioterapeuta, Doutora em Fisioterapia

**O que é VPPB?**

Vertigem posicional paroxística benigna (VPPB) é um problema na orelha interna que provoca curtos períodos de tontura quando sua cabeça é movimentada em determinadas posições. Isto ocorre mais comumente quando deitando, virando na cama, e olhando para cima. Essa sensação de tontura chamada de *vertigem* geralmente dura apenas alguns segundos até um minuto, mas muitas vezes faz você se sentir como se a sala estivesse girando ao seu redor. Você também pode sentir sensação de cabeça vazia, cabeça pesada, desequilíbrio, e náuseas.

O que causa VPPB?

Pensa-se que a VPPB ocorre devido à movimentação de um lado para o outro de detritos (cristais) encontrados dentro da nossa orelha interna. Estes detritos são chamados de *otocônias*, isto é, cristais de carbonato de cálcio que supostamente deveriam estar dentro de uma parte da orelha interna chamada de *utrículo*. Na VPPB, estes cristais saem do lugar e entram em um dos canais semi-circulares - normalmente o canal posterior (ver figura). Quando você move sua cabeça de uma certa maneira, os cristais movem dentro do canal, irritam as terminações nervosas, e você fica tonto.

**Como a VPPB é tratada?**

A maioria das pessoas (85%) recupera da VPPB com uma simples manobra do pescoço (realizada pelo médico ou Fisioterapeuta) projetada para mover os cristais do canal de volta para a área de onde vieram (o utrículo). A manobra mais comum utilizada para corrigir este problema se chama manobra de Epley, que implica a mobilização da cabeça numa série de quatro posições, ficando em cada posição por cerca de 30-60 segundos. Outra manobra é chamada de manobra de Semont, o que implica mover rapidamente o corpo da posição deitado de um lado para deitado sobre o outro. Em alguns casos, você pode ser solicitado a realizar um conjunto de exercícios chamado de exercícios de Brandt-Daroff, que devem ser



American Physical Therapy Association
The Science of Healing. The Art of Caring.

1111 North Fairfax Street
Alexandria, VA 22314-1488
USA

Phone: 1-800-999-2782,
Ext 3237

Fax: 1-703-706-8578

Email: neuropt@apta.org

www.neuropt.org

O que é VPPB?



executados várias vezes por dia por vários dias. Estes exercícios não conseguiram demonstrar que previnem o aparecimento da VPPB e podem piorar os sintomas, por isso esta não é a melhor maneira de tratar a VPPB.

Porque a minha VPPB continua retornando?

Existem algumas teorias sobre o porquê que a VPPB pode retornar: 1) novos cristais se rompem, entram no canal, e causam os sintomas novamente, ou 2) Ao colocar sua cabeça em uma determinada posição, você pode desalojar os cristais. Normalmente as manobras discutidas acima, são repetidas até os sintomas melhorarem e são eficazes para a maioria das pessoas. Em alguns casos raros que não podem ser resolvidos com estas manobras, existe um procedimento cirúrgico chamado de “obliteração (oclusão) do canal posterior” que pode ser considerado, mas é normalmente um último recurso e raramente é realizado.

Tradução: Camilla Cavassin, Fisioterapeuta

Referências:

Herdman SJ, Tusa RJ. Physical Therapy Management of Benign Positional Vertigo. In: Herdman SJ, ed. Vestibular Rehabilitation. 3rd ed. Philadelphia: F.A. Davis Company; 2007.

<http://wpcontent.answers.com/wikipedia/en/0/0a/VestibularSystem.gif>



American Physical Therapy Association
The Science of Healing. The Art of Caring.

1111 North Fairfax Street
Alexandria, VA 22314-1488
USA

Phone: 1-800-999-2782,
Ext 3237

Fax: 1-703-706-8578

Email: neuropt@apta.org

www.neuropt.org