

TÉCNICAS DE REABILITAÇÃO VESTIBULAR

Introdução

Rosmaninho Seabra

O mundo da vertigem e do equilíbrio é dinâmico e complexo pois as estruturas implicadas são susceptíveis de compensar as suas deficiências através da aprendizagem e do treino, utilizando para isso processos neurofisiológicos que esquematicamente se designam e se classificam como sendo de adaptação, habituação e substituição. No seu conjunto elas representam a reabilitação vestibular.

A reabilitação vestibular é assim um método de tratamento das perturbações do equilíbrio em geral e particularmente das vestibulopatias sejam elas periféricas ou centrais. Para o efeito servimo-nos de técnicas diversas, umas mais sofisticadas – que no limite, obrigam à aquisição de material específico de elevado custo – outras, no outro extremo, necessitam apenas dos conhecimentos, interesse, dedicação, imaginação, e perícia do agente terapêutico, seja ele o médico otorrinolaringologista, fisioterapeuta ou audiologista.

As técnicas de reabilitação vestibular que quando bem programadas apresentam resultados excelentes, sendo mal utilizadas podem ser muito prejudiciais para o doente. O auto-tratamento não supervisionado ou mal orientado pode ter efeitos muito perversos.

A evolução tecnológica tem permitido um aumento da compreensão da etiologia dos sintomas melhorando assim a escolha dos métodos de tratamento mais eficazes.

Nesta mesa redonda propomo-nos discutir as diversas técnicas utilizadas nos programas de reabilitação vestibular, a sua metodologia, base teórica e científica, modo de aplicação, indicações e protocolos de aplicação. No fundo responder às perguntas “porque fazemos”, “como fazemos” e “quando fazemos”

Vamos aprofundar e debater separadamente as seguintes técnicas :

- Estimulação optocinética – baseia-se na provocação de um deslizamento do alvo na retina (retinal slip) que vai obrigar o sistema oculomotor a um movimento de perseguição lenta seguido de um movimento sacádico e assim promover uma estimulação sensorial dos véstibulos que vai levar a um aumento da eficácia e do ganhos do reflexo vestibuloocular.
- Cadeira rotatória – a aplicação da cadeira rotatória em reabilitação vestibular é uma das armas mais poderosas permitindo actuar sobre os dois véstibulos, promovendo a simetria vestibular (exercícios com elevada velocidade de rotação da cadeira) ou “acalmar” os véstibulos (exercícios com baixa velocidade de rotação da cadeira).
- Plataformas de posturografia e treino de controle postural – é neste campo que o avanço tecnológico tem permitido os maiores avanços, permitindo um treino

apoiado em bases objectivas e ao mesmo tempo muito atrativas para o doente que pode verificar os seus progressos com cada sessão, melhorando a auto-confiança e a auto-estima. Desde as plataformas mais estruturadas em termos científicos com o Smart Balance Mater até às mais lúdicas que utilizam a realidade virtual e que no limite podem ser representadas pela super-difundida, económica e popular WiiFit Plus®

- Os exercicios “para o domicilio” e técnicas de auto-reabilitação vestibular que não carecendo de grandes meios podem ser de extrema eficácia para a recuperação do doente

BIBLIOGRAFIA