

## **Reabilitação Vestibular no Consultório: o olhar do médico**

**Alessandra Ramos Venosa**

A Reabilitação Vestibular é um método largamente utilizado no tratamento de disfunções do equilíbrio corporal. Atuando nos processos de Compensação Central, tem por principal objetivo reestabelecer os padrões funcionais dos sistemas envolvidos no equilíbrio.

Em seus primórdios era empregada de forma empírica, sem a compreensão exata dos motivos pelos quais os pacientes apresentavam melhora após a realização de séries de exercícios. O avanço do conhecimento ocorrido na área de neurociências, particularmente aqueles relacionados à plasticidade neural, trouxeram luz aos processos envolvidos na RV, o que propiciou uma aplicação mais exata dos exercícios empregados e o estabelecimento de critérios terapêuticos e de prognóstico.

O médico, na sua atuação clínica, tem à disposição uma ferramenta terapêutica poderosa que, quando bem empregada, pode trazer benefícios significativos aos pacientes. A seguir faremos uma breve análise da utilização da RV no planejamento terapêutico:

1 - quando indicar a reabilitação vestibular?

A Reabilitação Vestibular não é a panaceia para o tratamento da tontura e não substitui a necessidade de estabelecimento do diagnóstico etiológico. A partir de um diagnóstico bem estabelecido, o médico deve decidir a condução do planejamento terapêutico que pode contemplar a utilização de medicamentos, avaliação de outros profissionais de saúde para diagnóstico complementar, adaptações de estilo de vida (que podem incluir dieta e atividade física) e a reabilitação vestibular. Dentro desse panorama fica claro que a RV é uma das ferramentas com que o médico pode contar em um planejamento terapêutico, não sendo nem mais nem menos importante que os outros componentes citados.

Os exercícios aplicados na RV atuam nos mecanismos de adaptação, habituação e substituição sensorial e, portanto, estão indicados quando o paciente apresenta sintomas relacionados à deficiência em algum desses processos. Pode ser indicada como terapia única ou como coadjuvante, tanto de tratamento medicamentoso como de outras terapias.

2 - quais exercícios devem ser realizados?

A RV é um processo individual e uma das causas de falha em sua aplicação é o fato de não ser executada de forma adequada. Em seus primórdios, pela escassez de conhecimento da época, era aplicada de forma padronizada e empírica, por meio da utilização de listas de exercícios. Atualmente tal atitude não se justifica. O profissional responsável pela condução da terapia deve ter profundo conhecimento sobre a

fisiologia e fisiopatologia dos sistemas ligados ao equilíbrio, incluindo o vestibular, visual e locomotor e, após avaliar individualmente o paciente, deve selecionar as estratégias de recuperação que vai utilizar para trabalhar as deficiências individuais que se apresentam. Dessa forma não existem exercícios padronizados a serem aplicados e sim a aplicação individualizada de estratégias que vão beneficiar o paciente.

3 - por quanto tempo o paciente deve realizar RV?

Não é possível responder objetivamente a essa pergunta, já que o tempo de tratamento vai depender de variáveis individuais do paciente, entretanto a RV costuma ter respostas relativamente rápidas, em períodos de dois a três meses de tratamento. De posse do diagnóstico etiológico e fazendo uma avaliação de prognóstico, cabe ao médico realizar o acompanhamento do paciente para observar seu progresso e, caso não esteja acontecendo de acordo com o esperado, pesquisar possíveis causas de falha do tratamento e determinar estratégias para resolvê-las.

4 - qualquer pessoa pode fazer RV?

Quando indicada de maneira correta, a RV é um tratamento seguro e eficaz, porém tem suas limitações. A restrição para realização de certos movimentos, particularmente os relacionados à coluna cervical, assim como certas alterações oculares, do Sistema Nervoso Central. Locomotor e Circulatório, podem contraindicar a execução de alguns exercícios frequentemente utilizados na RV. É bastante raro que um paciente tenha contraindicação absoluta para realizar qualquer tipo de exercício de reabilitação vestibular, entretanto não é incomum a restrição parcial a alguns movimentos, particularmente em idosos.

5 - o que esperar da Reabilitação Vestibular

A RV está indicada como método que auxilia a recuperação de deficiências funcionais do equilíbrio e, como tal, é capaz de beneficiar a maioria dos pacientes nessas condições. A resolução completa dos sintomas vai depender de inúmeros fatores como a etiologia da doença vestibular, seu controle e fatores associados; grau de acometimento funcional do sistema vestibular, idade, comorbidades e adesão ao tratamento. A depender dos fatores citados a recuperação do paciente pode ser completa ou não, entretendo, mesmo em casos de recuperação parcial pode ocorrer impacto positivo na qualidade de vida.

Observação: entendemos que o termo Reabilitação Vestibular se refere ao processo de terapia que atua nos mecanismos de neuroplasticidade relacionados aos sistemas envolvidos no equilíbrio corporal. Cabe ressaltar que as “Manobras de Reposição Canalicular” visam o tratamento específico de certas condições vestibulares e não se enquadram nessa categoria. Na realidade são procedimentos direcionados ao tratamento de doenças específicas do sistema vestibular.