

SEMANA DA TONTURA 2022 – TONTURA É COISA SÉRIA

A ansiedade causa tontura?

Guilherme Paiva Gabriel

A tontura ainda é um sintoma muito frequente em visitas aos serviços de saúde e consultórios médicos. Neste ano de 2022, seguimos com o propósito de conscientização da população e dos profissionais de saúde sobre a importância da abordagem cuidadosa desse sintoma, afinal, “tontura é coisa séria”.

Vivemos tempos de aceleração constante da rotina, múltiplos compromissos diários e a necessidade de estar sempre disponíveis. Além disso, o surgimento da necessidade de isolamento social e o convívio diário com novas doenças trouxeram um tensionamento adicional ao nosso funcionamento cognitivo e emocional. O impacto imediato desse panorama é o aumento de sintomas e comorbidades psiquiátricas, em especial a ansiedade. E qual será o impacto da ansiedade nos pacientes que experimentam tontura em algum momento de suas vidas?

Sabemos que as apresentações dos quadros de ansiedade são muito variadas e podem incluir sensações somatoformes. Portanto, é observado que pessoas com perfil ansioso e hipervigilante podem experimentar sensações de tontura persistente após evento traumático ou após agravo à saúde. Esse quadro pode afetar o controle postural e gerar a persistência de sintomas de tontura e ansiedade presentes na fase aguda da doença ou evento traumático.

Além disso, a própria ansiedade pode se exacerbar em momentos de maior demanda cognitiva ou emocional. Nesses períodos de intensificação dos sintomas, podem ocorrer crises de ansiedade intensa, como as percebidas pelos pacientes com transtorno do pânico. Como os sintomas podem ser somatizados, alguns desses pacientes irão apresentar tontura ou vertigem durante essas crises.

Ademais, a ansiedade por si só, pode funcionar como gatilho para exacerbação de outras condições associadas, como a migrânea ou as síndromes depressivas. Aos poucos vamos conhecendo melhor o funcionamento do sistema vestibular periférico e central e entendendo suas relações com as outras doenças como a migrânea, insônia e depressão.

Por fim, já sabemos que os pacientes que se recuperaram de formas moderadas e graves da COVID-19 têm apresentado alterações cognitivas e emocionais a longo prazo, sendo comum a observação de ansiedade e estresse pós-traumático. Acreditamos que pode haver também uma maior predisposição aos episódios de tontura.

Desse modo, convidamos todos a participarem da Semana da Tontura 2022, promovida pelo Departamento de Otorrinolaringologia da Associação Brasileira de Otorrinolaringologia e Cirurgia Cérvico-Facial (ABORL-CCF). Neste ano, mais uma vez chamamos atenção à seriedade desse sintoma em nossos pacientes e gostaríamos de ressaltar a influência da ansiedade nesses quadros.

Contamos com a participação de todos.