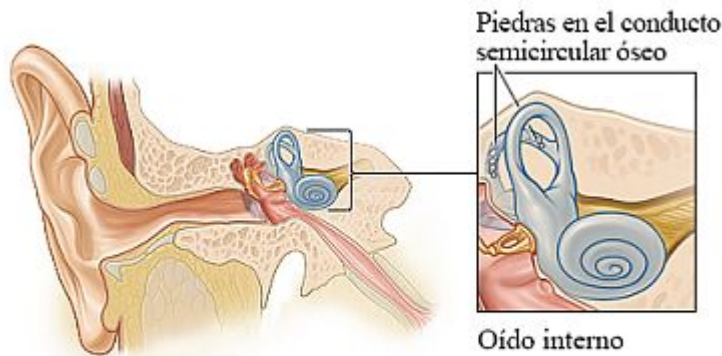


Vértigo posicional paroxístico benigno (BPPV): Instrucciones de cuidado [Benign Paroxysmal Positional Vertigo (BPPV): Care Instructions]



© Healthwise, Incorporated

Instrucciones de cuidado

El vértigo posicional paroxístico benigno, también conocido como BPPV, por sus siglas en inglés, es una afección del oído interno que provoca una sensación de que las cosas giran o dan vueltas al mover la cabeza. Esta sensación se conoce como vértigo.

Por lo general, el vértigo dura menos de un minuto. Las personas suelen tener un ataque de vértigo por unos pocos días o semanas. Luego el vértigo desaparece. Pero puede volver a aparecer. El vértigo puede ser leve, o puede ser lo suficientemente fuerte como para causar falta de equilibrio, náuseas y vómitos.

Cuando usted se mueve, el oído interno envía mensajes al cerebro. Esto le ayuda a mantener el equilibrio. El vértigo puede ocurrir cuando se acumula suciedad en el oído interno. La acumulación puede hacer que el oído interno le envíe un mensaje equivocado al cerebro.

Su médico puede moverlo en diferentes posiciones para ayudar a que su vértigo se mejore más rápido. Esto se llama maniobra de Epley. Su médico también puede recetarle medicamentos o ejercicios para aliviarle los síntomas.

La atención de seguimiento es una parte clave de su tratamiento y seguridad. Asegúrese de hacer y acudir a todas las citas, y llame a su médico si está teniendo problemas. También es una buena idea saber los resultados de sus exámenes y mantener una lista de los medicamentos que toma.

¿Cómo puede cuidarse en el hogar?

- Si su médico le sugiere que haga los ejercicios de Brandt-Daroff:

- Siéntese en el borde de una cama o un sofá. Acuéstese rápido del lado que le causa el peor vértigo. Acuéstese con el oído hacia abajo.
- Quédese en esa posición durante por lo menos 30 segundos o hasta que el vértigo pase.
- Siéntese. Si esto le causa vértigo, espere a que pase.
- Repita este procedimiento del otro lado.
- Repita esto 10 veces. Haga estos ejercicios 2 veces al día hasta que la sensación de vértigo desaparezca.

¿Cuándo debe pedir ayuda?



Llame al 911 en cualquier momento que considere que necesita atención de emergencia. Por ejemplo, llame si:

- Tiene síntomas de un ataque cerebral. Estos pueden incluir:
 - Entumecimiento, hormigueo, debilitamiento o pérdida de movimiento repentinos en la cara, el brazo o la pierna, sobre todo en un solo lado del cuerpo.
 - Cambios repentinos en la visión.
 - Problemas repentinos para hablar.
 - Confusión o problemas para entender frases simples, los cuales aparecen repentinamente.
 - Problemas repentinos para caminar o mantener el equilibrio.
 - Dolor de cabeza intenso y repentino, distinto a los dolores de cabeza anteriores.

Llame a su médico ahora mismo o busque atención médica inmediata si:

- Tiene náuseas y vómito nuevos, o empeoran los que ya tenía.
- Tiene nuevos síntomas, como pérdida de audición o rugido en sus oídos.

Preste especial atención a los cambios en su salud y asegúrese de comunicarse con su médico si:

- No mejora como se esperaba.
- El vértigo empeora.

¿Dónde puede encontrar más información en inglés?

Vaya a <https://spanishkb.healthwise.net/Patientedes>

Escriba **P372** en la celda de búsqueda para aprender más acerca de "**Vértigo posicional paroxístico benigno (BPPV): Instrucciones de cuidado**".

©2006-2022 Healthwise, Incorporated.

Estas instrucciones de cuidado son para usarlas con su profesional clínico registrado. Si tiene preguntas acerca de una afección médica o de estas instrucciones, pregunte siempre a su profesional de la salud. Healthwise, Incorporated niega cualquier garantía o responsabilidad por su uso de esta información.