

¿Por qué a veces sentimos vértigo?

Milan Kundera dice que “el vértigo es algo diferente del miedo a la caída. El vértigo significa que la profundidad que se abre ante nosotros nos atrae, nos seduce, despierta en nosotros el deseo de caer, del cual nos defendemos espantados”.

Abrir el texto con una frase de Milan Kundera sobre el vértigo puede parecer atrevido. Sin embargo, hoy deseo enfocar el artículo desde un punto de vista psicológico. Si bien esta es una afección fisiológica, pueden tener graves consecuencias en nuestra psique. Y ese será el foco de cuanto vas a leer a continuación. ¿Me acompañas?

“Llevadme, por piedad, a donde el vértigo con la razón me arranque la memoria. ¡Por piedad! ¡Tengo miedo de quedarme con mi dolor a solas!”

-Gustavo Adolfo Bécquer-

¿Qué es el vértigo?

El vértigo es una afección que provoca sensación de movimiento o giro. Muchos lo describen como un mareo, pero no es en sí mismo como el sentimiento de aturdimiento. Las personas que sufren esta enfermedad realmente sienten que el mundo se mueve a su alrededor.

Las causas son variadas. En el caso del vértigo periférico, con el problema radicado en el oído interno, la afección se puede motivar por inflamaciones nerviosas, lesiones con traumatismo craneal, ingesta de medicamentos, etc.



Por otro lado, si se sufre de tipo central, cuyo problema se radica en el cerebro, los motivos pueden ser accidentes cerebrovasculares, fármacos, enfermedades vasculares o tumores.

Sea como fuere, ambos tienen síntomas similares. Es típico el mareo, la pérdida de audición, los zumbidos en el oído, la visión doble, la parálisis facial... Otros problemas serían la mala articulación del lenguaje, debilidad o problemas en el movimiento del ojo.

Factores psicológicos del vértigo

Pero el vértigo provoca otra serie de problemas en el individuo más allá del meramente fisiológico. A nivel psicológico, también cualquiera puede verse afectado. Así lo estiman doctores como MR Clark, L. McKenna, M. Dieterich o RG Jacob, en cuyos estudios nos hemos basado para realizar esta lista de posibles consecuencias.

Mareo psicogénico

La inseguridad, la ansiedad y la depresión son síntomas de mareos psicogénicos. Dichos mareos pueden provocar o ser

provocados por estas situaciones. No obstante, pese a no ser parte primordial de esta afección, pueden ir asociados, aunque los estudios todavía no son concluyentes.

Pánico

No siempre es fácil diferenciar el pánico del vértigo. Si bien un ataque de pánico puede ser provocado por diferentes situaciones sociales o personales, también se dan casos en que se relaciona con afecciones relacionadas con el vértigo.

En este caso se experimentan mareos, sensación de desmayo y ansiedad. Pueden estar asociados a problemas para respirar, palpitaciones y sudoración excesiva. En muchas ocasiones se ha pensado que esto podía ser una situación transitoria, cuando en realidad el paciente sufre de vértigos.

Ansiedad

La ansiedad, tanto crónica como aguda, puede terminar formando parte de la afección del vértigo. En este sentido, la toma de decisiones de gran calado mientras se sufre esta enfermedad pueden complicar en gran medida los síntomas.

Somatización

En este caso no hablamos de un problema psicológico generado por el vértigo, pero sí de un síndrome de somatización. Es decir, que se pueden encontrar diferentes síntomas de la enfermedad en el paciente. Sin embargo, este la ha somatizado, pero en realidad no la padece. No obstante, sufre mareos, dolores de cabeza, fatiga, etc.

Depresión

Cualquier enfermedad crónica puede generar la depresión. En este caso, los vértigos forman parte de esta aciaga familia. Así pues, los mareos y otros síntomas podrían ser muestra de

que hay un problema mayor en forma de vértigo.

Vértigo postural fóbico

Otra afección del vértigo puede ser el vértigo postural fóbico. Recibe esta denominación por el doctor Brandt, que demostró que esta afección podía desencadenar en miedos a caer por parte de los pacientes cuando están en pie, andando o realizando cualquier tarea.

Los episodios de este problema pueden aparecer de forma espontánea. También podrían generar actitudes evitativas que desembocan en miedos, agorafobia, hipocondría y otros síntomas con gran componente psicológico.

“He experimentado una sensación de vértigo, como si no hiciera más que precipitarme de un mundo a otro y a cada cual llegase poco después de que el fin del mundo se hubiera producido”

-Italo Calvino-

Podemos observar que el vértigo es mucho más que una simple enfermedad. Sin la preparación psicológica adecuada, no solo afectará a nuestro movimiento, también a nuestro cerebro. No obstante, con una actitud positiva podremos superar las afecciones mentales que podría provocar en casos concretos.

Fuente: lamenteesmaravillosa.