

Pérolas clínicas das Diretrizes de Reabilitação na Hipofunção Vestibular atualizado (2022)

Trabalho de Vestibular Rehabilitation!!

Reabilitação Vestibular funciona!! Há fortes evidências de que exercícios supervisionados personalizados melhoram os resultados e a adesão de adultos com hipofunção vestibular, sendo

- Aguda ou subaguda ou crônica
- Unilateral ou Bilateral



Exercícios personalizados e supervisionados, direcionados a deficiências específicas, são recomendados no lugar de exercícios comuns

Os especialistas recomendam atendimentos uma vez por semana, com o número total de atendimento:

2 – 3 /semana para AGUDA/SUBAGUDA UNILATERAL
4 – 6 / semana para CRÔNICOS
5 - 7 semanas para BILATERAL



Estes são os destaques do artigo de Hall C.D. *et. al.*, de 2022. Para o artigo, escaneie o QR Code:

Um kit de ferramentas foi desenvolvido para ajudar a implementar essas diretrizes da prática clínica
<https://www.neuropt.org/practice-resources/anpt-clinical-practice-guidelines/vestibular-hypofunction-cpg>

INTERVENÇÃO PRECOCE



MELHORA OS RESULTADOS em indivíduos com Hipofunção vestibular AGUDA

SÃO afetados por:

Ansiedade/Depressão
Visão binocular anormal
Migrânea
Neuropatia Periférica Uso por longo prazo de supressores vestibulares

NÃO SÃO afetados por: Idade ou gênero

Resultados

Sácadas e perseguição sem movimento da cabeça
NÃO devem ser indicados para melhorar a estabilidade ocular

Dose para exercícios de estabilidade ocular

AGUDA/SUBAGUDA: 12 minutos/dia
UNILATERAL CRÔNICA: 20 minutos/dia por 4-6 semanas
BILATERAL: 20-40 minutos/dia por 5-7 semanas

--- TRÊS VEZES POR DIA/MÍNIMO ---

Dose do exercício para Equilíbrio (estático & dinâmico):

Unilateral crônica: Mínimo de 20 min. Diários por no mínimo 4 to 6 semanas
Bilateral: Mínimo de 6 a 9 semanas

PARE a Reabilitação Vestibular se:

- Melhorar o equilíbrio e/ou marcha
- Houve resolução dos sintomas
- Objetivos foram alcançados
- Platô
- Ausência de sintomas com os exercícios
- Sem conformidade/sem adesão
- Sintomas vestibulares flutuantes e instáveis
- Comorbidades médicas/psíquicas que impedem a participação

