

## **La Riabilitazione Vestibolare**

**La riabilitazione vestibolare è una modernissima e splendida metodica che permette all'Otoneurologo di risolvere, spesso in modo definitivo o, in ogni caso, di attenuare di molto, i problemi di disequilibrio cronico che affliggono molte persone colpite da patologie vestibolari sia periferiche che centrali.**

**Una corretta riabilitazione infatti consente di ridare a pazienti con pessime qualità di vita (la mancanza di equilibrio è una condizione altamente invalidante) condizioni di vita nettamente migliori.**

**La maggior parte dei problemi di disequilibrio è legata ad una serie di patologie (vedi pagine precedenti) che determinano disfunzioni di vario grado sia a carico del sistema nervoso centrale che periferico; in quest'ultimo caso soprattutto a carico dell'apparato vestibolare (l'organo dell'equilibrio) vale a dire del principale sistema sensoriale utilizzato dall'organismo per regolare la postura, cioè la corretta posizione del corpo nello spazio, cioè, in una parola, l'equilibrio.**

**La strategia riabilitativa è finalizzata, in funzione del danno esistente e delle patologie in atto, a riprogrammare l'apparato dell'equilibrio per far sì che il cervello possa utilizzare non il sistema vestibolare (mal funzionante) ma, in sua vece, altri sistemi sensoriali ancora funzionanti.**

**Il mantenimento della corretta postura si basa infatti su informazioni che provengono per la maggior parte dal sistema vestibolare.**

**Tali informazioni vengono inviate ai nuclei vestibolari che, a loro volta, le trasmettono al cervello.**

**In realtà ai nuclei vestibolari non giungono unicamente informazioni labirintiche, ma anche segnali che provengono dall'apparato visivo e propriocettivo.**

**Mentre tutti conoscono la funzione visiva e ne intuiscono l'importanza ai fini del mantenimento dell'equilibrio, pochi conoscono l'apparato propriocettivo.**

**Che cos'è la propriocezione?**

**Per chiarire questo concetto mi avvarrò di un semplice esempio: in questo momento sono seduto ad un tavolo con le gambe incrociate e sto scrivendo al computer, ma non ho bisogno di guardarmi le gambe per conoscerne la posizione. Come mai ?**

**La spiegazione sta nel fatto che dai tendini, dai muscoli e dalle articolazioni, partono continuamente informazioni che raggiungono il cervello e lo informano di come è disposto il corpo nello spazio.**

**Questa è la propriocezione, cioè quella funzione sensoriale che, sfruttando prevalentemente le sollecitazioni indotte dalla forza di gravità, informa costantemente il cervello sulla posizione del corpo nello spazio.**

**In condizioni normali il cervello per mantenere l'equilibrio utilizza quasi esclusivamente informazioni provenienti dall'apparato vestibolare; gli altri input sensoriali (visivi e propriocettivi) hanno unicamente un ruolo di completamento dell'informazione, e quindi una funzione del tutto marginale.**

**Appare pertanto logico che qualora si verifichi un danno labirintico il paziente manifesti disequilibrio o vertigine.**

**In questo caso infatti non possono più arrivare al cervello le fondamentali informazioni vestibolari ed il sistema nervoso centrale può utilizzare unicamente informazioni visive e propriocettive, vale a dire informazioni a cui era stato assegnato scarsa rilevanza.**

**Il risultato di tutto ciò è che il sistema posturale non è in grado di funzionare in modo corretto.**

**E' proprio a questo livello che si inserisce la riabilitazione vestibolare; tale tecnica infatti, mediante una serie di esercizi e condizionamenti, insegna al cervello ad utilizzare per il mantenimento dell'equilibrio non le informazioni vestibolari ma le informazioni visive e propriocettive.**

**Quando si riesce a raggiungere tale obiettivo il problema della mancanza di equilibrio è in gran parte risolto.**

**Infatti il cervello, avendo imparato ad utilizzare informazioni provenienti da sistemi sensoriali integri (visivo e propriocettivo), può nuovamente elaborare una corretta strategia posturale e quindi di garantire al paziente un equilibrio del tutto soddisfacente.**