

# ▶ Cefaleas



# CEFALEAS (concepto)

Las cefaleas (caracterizadas por dolores de cabeza recurrentes) son uno de los trastornos más comunes del sistema nervioso. Son trastornos primarios dolorosos e incapacitantes como la jaqueca o migraña, la cefalea tensional y la cefalea en brotes. También puede ser causada por muchos otros trastornos, de los cuales el consumo excesivo de analgésicos es el más común.



# ¿Qué frecuentes son las cefaleas?

Se calcula que la prevalencia mundial de la cefalea (al menos una vez en el último año) en los adultos es de aproximadamente 50%. Entre la mitad y las tres cuartas partes de los adultos de 18 a 65 años han sufrido una cefalea en el último año, y el 30% o más de este grupo ha padecido migraña. La cefalea que se presenta 15 días o más cada mes afecta de un 1,7% a un 4% de la población adulta del mundo. A pesar de las variaciones regionales, las cefaleas son un problema mundial que afecta a personas de todas las edades, razas, niveles de ingresos y zonas geográficas.

# ¿Qué impone las cefaleas?

La cefalea no solo es dolorosa sino también incapacitante. En el Estudio de la Carga Mundial de Morbilidad, actualizado en 2013, la migraña por sí sola representó la sexta causa mundial de los años perdidos por discapacidad. Colectivamente, las cefaleas fueron la tercera causa.

Las cefaleas imponen además una carga personal bajo la forma de intenso sufrimiento, menoscabo de la calidad de vida y costos económicos. Las cefaleas frecuentes, así como el temor constante con respecto al siguiente episodio, dañan la vida familiar, las relaciones sociales y el trabajo. Los esfuerzos prolongados que supone habérselas con una cefalea crónica pueden asimismo predisponer a la aparición de otras enfermedades; por ejemplo, la depresión y la ansiedad son significativamente más frecuentes en las personas aquejadas de migraña que en las sanas..

# tipos de cefaleas

Existen más de 300 tipos de dolor de cabeza o cefalea, que pueden dividirse en dos grandes grupos:

- **Cefaleas** primarias, entre las que se encuentran la migraña, la **cefalea** tensional, la **cefalea** en acúmulos, **cefalea** crónica diaria y la neuralgia trigeminal.

- **Cefaleas** secundarias: infarto cerebral, hemorragia intracerebral, hemorragia subaracnoidea, Suponen tan solo un 5% de las cefaleas.

## Cefaleas

**De los senos paranasales:**  
el dolor generalmente está detrás de la frente y/o los pómulos



**En brotes:**  
el dolor se da en y alrededor de un ojo



**Por tensión:**  
el dolor es como una banda que aprieta la cabeza



**Migraña:**  
dolor, náuseas y cambios visuales son típicos de la migraña clásica



# ¿Dónde se encuentra la cefalea?

Entre estas zonas **se** incluyen los vasos sanguíneos, los músculos y los nervios en la cabeza y el cuello. También pueden aparecer por cambios en la actividad química del cerebro.

Las **cefaleas** primarias más frecuentes incluyen migrañas, dolores de cabeza en racimos y tensionales.



# Tipos de cefaleas.

La migraña, la cefalea tensional y la causada por consumo excesivo de analgésicos (cefalea de rebote) tienen importancia para la salud pública pues causan gran discapacidad y morbilidad en la población.

## **Migraña (jaqueca)**

Es una cefalea primaria.

- La migraña suele aparecer en la pubertad y afecta principalmente al grupo entre los 35 y los 45 años de edad.
- Es dos veces más frecuente entre las mujeres que entre los hombres debido a influencias hormonales.
- Está causada por la activación de un mecanismo encefálico que conduce a la liberación de sustancias inflamatorias y causantes de dolor alrededor de los nervios y vasos sanguíneos de la cabeza.
  - La migraña es recurrente, a menudo dura toda la vida y se caracteriza por episodios recurrentes.
  - Los episodios se caracterizan normalmente por:



## cefalea:

- de intensidad moderada a severa; □ dolor de un solo lado de la cabeza y/o pulsátil;
- empeora con la actividad física ordinaria;
- puede durar desde algunas horas hasta 2 o 3 días; o náuseas (el síntoma conexo más característico); o los episodios se presentan con una frecuencia que varía entre uno al año y uno por semana; o en los niños, los episodios suelen durar menos y los síntomas abdominales son más prominentes.

### **Cefalea tensional**

- Es la cefalea primaria más común.

La cefalea tensional episódica, que se produce menos de 15 días al mes, se observa en más del 70% de ciertos grupos de población.

- La cefalea crónica, que se produce más de 15 días al mes, afecta al 1-3% de los adultos □ La cefalea tensional a menudo empieza en la adolescencia y afecta más a las mujeres que a los hombres en una relación de 3:2.

- Puede guardar relación con el estrés o con problemas osteomusculares del cuello. □ Cuando es episódica, los episodios duran por lo general unas pocas horas, pero pueden persistir varios días. □

La cefalea tensional crónica puede ser constante y es mucho más incapacitante que la forma episódica. □ El paciente describe esta cefalea a menudo como una especie de banda de presión u opresión alrededor de la cabeza, que a veces se irradia al cuello o desde este



## **Cefalea en brotes**

- Es una cefalea primaria.
  - Es relativamente rara; afecta a menos de 1 en 1000 adultos; es más frecuente en los hombres que en las mujeres, con una relación de 6:1.
  - Generalmente se presenta a partir de los veintitantos años.
  
- Se caracteriza por episodios recurrentes y frecuentes (hasta varias veces al día), breves pero sumamente dolorosos, de cefalea y normalmente se concentran en torno a un ojo, que lagrimea y se enrojece; se acompaña de rinorrea u obstrucción de la fosa nasal del lado afectado, y el párpado puede estar caído.
- Puede ser episódica o crónica.

## **Cefalea por uso excesivo de analgésicos (cefalea de rebote)**

- Está causada por el consumo crónico y excesivo de medicamentos para combatir las cefaleas. □  
Es la forma más común de cefalea secundaria.
- Puede afectar hasta un 7% de ciertos grupos de población, más a las mujeres que a los hombres.
- Es una cefalea presente la mayor parte del tiempo, opresiva, persistente y generalmente peor al despertar

# Diferencia entre cefalea primaria y secundarias

¿Tiene el paciente una cefalea primaria o secundaria? Se definen como cefaleas primarias aquellas en las que no existe una causa estructural o metabólica que explique la sintomatología, mientras que en las secundarias el dolor de cabeza no es más que el síntoma de otra patología subyacente.



# Síntomas

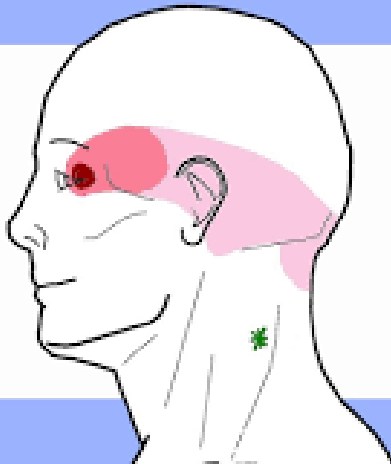
La intensidad del dolor suele ser moderada o severa. En ocasiones, puede llegar a ser incapacitante para el paciente, obligándole a suspender su actividad. El dolor de cabeza puede localizarse en una zona concreta o bien afectar a toda la cabeza de forma más general.

# Síntomas

- Dolor atroz que generalmente se encuentra dentro, detrás o alrededor de un ojo, pero que puede irradiarse a otras áreas de la cara, la cabeza y el cuello.
- Dolor en un solo lado.
- Inquietud.
- Lagrimeo excesivo.
- Enrojecimiento del ojo en el lado afectado.
- Congestión o secreción nasal en el lado afectado.



**CEFALEA  
TENSIONAL**



Tanto las cefaleas crónicas como las recidivantes pueden provocar dolor y angustia, pero es infrecuente que reflejen un problema grave de salud.



# HISTORIA CLÍNICA

Obtener datos del paciente y familiares





El tratamiento farmacológico de la cefalea crónica diaria incluye el uso de antidepresivos, antiepilépticos, relajantes musculares, ergotamínicos, agonistas serotoninérgicos y ansiolíticos, entre otros. La efectividad de estos medicamentos parece estar relacionada con su efecto de estabilización neuronal.

