



# Mi Universidad

## super nota.

*Nombre del Alumno: yuriceyda López velasco*

*Nombre del tema: cefalea.*

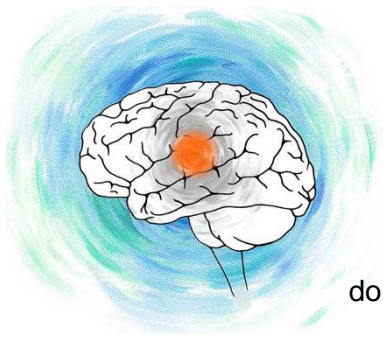
*Parcial: 3*

*Nombre de la Materia: prácticas profesionales.*

*Nombre del profesor: D. A. E. maría Cecilia zamorano Rodríguez.*

*Nombre de la Licenciatura: enfermería*

*Cuatrimestre: 9*



# CEFALEA



dolores de cabeza recurrente son unos de los trastornos mas comunes del sistema nervioso.

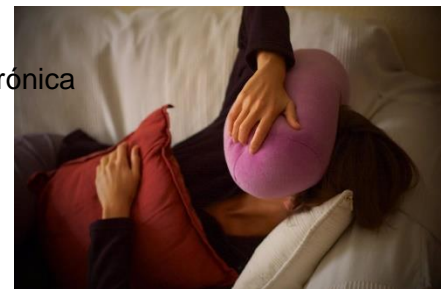


## Frecuencia de la cefalea

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 no solo es dolorosa sino también incapacitante, Los esfuerzos prolongados que supone habérselas con una cefalea crónica pueden asimismo predisponer a la aparición de otras enfermedades





La migraña 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.



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;





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.



**Sintomas de la Cefalea en Racimos**

- Severo dolor dentro y/o alrededor de un ojo
- Calda del párpado
- Nausea nasal en el lado afectado
- Reducción de la pupila

*Fabiosa*

 <b>Cefalea tensional</b>	 <b>Migraña</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• DOLOR QUE ABARCA TODA LA CABEZA (PUEDE IRRADIAR DE LA NUCA)</li> <li>• SENSACIÓN DE PRESIÓN</li> <li>• NO EMPEORA CON LA ACTIVIDAD FÍSICA</li> <li>• RELACIONADA CON EL ESTRÉS, ANSIEDAD, TRAUMATISMO O MALA POSTURA</li> <li>• DURACIÓN: 30 MIN - 7 DÍAS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• DOLOR EN UN SOLO LADO (HEMICRANEAL)</li> <li>• PULSÁTIL</li> <li>• EMPEORA CON LA ACTIVIDAD FÍSICA</li> <li>• PUEDE ACOMPAÑARSE DE NÁUSEAS, VÓMITOS, HIPERSENSIBILIDAD A LA LUZ Y EL RUIDO</li> <li>• DURACIÓN: 4 - 72 HORAS</li> </ul>

FUENTE: SEN

# 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



Las causas más comunes de la cefalea son:

- Herencia: la mayoría de las personas que padece migraña tiene padres o hermanos que también la padecen.
- Edad: la migraña en la infancia es menos frecuente y se da por igual en niños y niñas. Sin embargo, a partir de la pubertad, es más frecuente en las mujeres.
- Estrés

cuidados generales de enfermería.



Descanso en una habitación oscura y silenciosa. Esto ayudará a reducir el dolor. Aplicaciones de hielo en la cabeza por 15 a 20 minutos cada hora o según indicaciones. El hielo ayuda a disminuir el dolor.



## BIBLIOGRAFIA

### SUGERENCIA BIBLIOGRAFICA

No TIPO TITULO AUTOR EDITORIAL

1 libro INTRODUCCIÓN AL CUERPO HUMANO Bryan H. Derrickson, Gerard J. Tortora  
PANAMERICAN A

2 libro CLASIFICACIONES Y CRITERIOS MEDICOS MARTINEZ ARIAS MIGUEL  
TRILLAS

3 libro RCP CODIGO AZUL MTRA. JUANA VELAZQUEZ INTERSISTEMAS  
SUGERENCIAS DE VIDEOS ACADEMICOS No TIPO TITULO LINK AUTOR

1 video SISTEMA OSEO [https://www.youtube.com/watch?v=wD6QXRE\\_mRrg](https://www.youtube.com/watch?v=wD6QXRE_mRrg) JUAN  
JOSE SANCHEZ

2 video ESCALAS DE VALORACIÓN <https://www.youtube.com/watch?v=0XuuOQPuTuc>  
CLAUDIA FABIOLA

3 video RCP BASICO <https://www.youtube.com/watch?v=obPcuVskfas> PERCY DURA