



Mi Universidad

Nombre del Alumno: López Porraz Danna Paola

Nombre del tema: Síntomas más frecuentes y señales de dolor de alerta

Parcial: III

Nombre de la Materia: Prácticas Profesionales

Nombre del profesor: María del Carmen Laópez Silba

Nombre de la Licenciatura: Lic. en Enfermería

Cuatrimestre: 9o

Síntomas más frecuentes y señales de dolor de alerta

Cefaleas

Definición
Las cefaleas (caracterizadas por dolores de cabeza recurrentes) son uno de los trastornos más comunes del sistema nervioso.

Frecuencia de 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%.

Carga imponen las cefaleas
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

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.
Náuseas (el síntoma conexo más característico);

Cefalea tensional
Es la cefalea primaria más común
La cefalea crónica, que se produce más de 15 días al mes, afecta al 1-3% de los adultos
La cefalea crónica, que se produce más de 15 días al mes, afecta al 1-3% de los adultos
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.

Cefalea en brotes
Es una cefalea primaria.
Generalmente se presenta a partir de los veintitantos años.
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.



Signos y síntomas

- Párpados caídos
- Lagrimo
- Nuses y vómitos
- Enrojecimiento de ojos
- Espasmos faciales
- Anisocoría: diferencia en la dilatación de las pupilas

Causas más comunes de la cefalea

- Herencia
- Edad
- Estres
- Alimentos
- Alcohol
- Alcohol

Cuidados generales de enfermería

- Descanso
- Aplicaciones de hielo
- Aplicación de calor
- Control diario de migrañas.
- Aplicación de calor



Conclusión

El dolor de cabeza es una sensación del sistema nervioso que afecta todo tipo de personas por diferentes causas, sobre todo, como; en las cefaleas primarias más frecuentes (cefalea de tipo tensión y migraña) no tiene un origen único y son varios los factores (, genéticos, mecanismos de sensibilización central y ambientales periférica) que están implicados en la génesis de estos procesos de dolor. Queda aún mucho por descubrir sobre la el proceso y los cuidados de la migraña y la cefalea de tipo tensión. Conocer bien el origen de dichas enfermedades nos permitirá mejorar el tratamiento sintomático y preventivo y la calidad de vida de los pacientes, uno de los objetivos más importantes para los médicos.

Precisamente al ser un padecimiento común, hay cuidados que pueden ayudar aminorar ese dolor, se recomienda; buen descanso, alimentación o salir a caminar. Lleva una lista de cuándo se producen los dolores de cabeza y qué sucede en las horas previas al inicio del dolor. Algunas preguntas importantes a considerar para prevenir un dolor de cabeza incluyen:

¿Comiste? ¿Qué fue y a qué hora?

¿Estabas en interiores o exteriores? Las luces brillantes o fluorescentes son un causante común de las migrañas.

Referencias

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/1032d1a5001eabc81ed4b5713aa25714-LC-LEN901%20PRACTICAS%20PROFESIONALES.pdf>