



## Mi Universidad

### Cuadro Sinóptico

*Nombre del Alumno: Julio Cesar Domínguez Costa.*

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

*Unidad: 3.*

*Nombre de la Materia: prácticas profesionales.*

*Nombre del profesor: María del Carmen López Silba.*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería.*

*Cuatrimestre: Noveno 9.*

# C E F A L E A

## ¿Qué es?

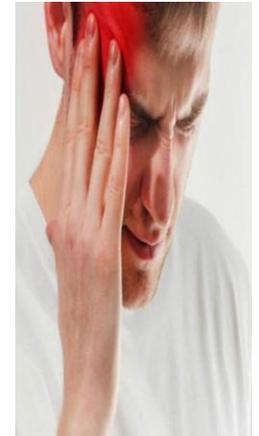
Las cefaleas (caracterizadas por dolores de cabeza recurrentes) son uno de los trastornos más comunes del sistema nervioso. Son trastornos primarios dolorosos e incapacitantes como la jaqueca o migraña, la cefalea tensional y la cefalea en brotes.

También puede ser causada por muchos otros trastornos, de los cuales el consumo excesivo de analgésicos es el más común.



## Frecuencia

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.



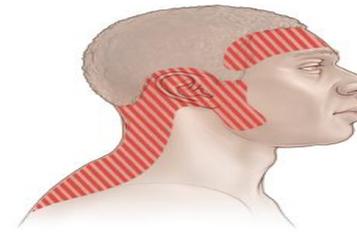
## Migraña jaqueca

- 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.

## 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



## 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 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.

# C E F A L E A

## Signos y 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. Por otro lado, la frecuencia de los episodios de cefalea es variable, oscilando entre uno y cinco al mes. La duración de cada episodio no sobrepasa normalmente las 24 horas.

Además de estos síntomas, la cefalea puede presentar otros visibles como:

- Párpados caídos
- Lagrimeo
- Vértigo
- Náuseas
- Vómitos
- Enrojecimientos de ojos
- Espasmos faciales
- Anisocoria: Diferencia en la dilatación de las pupilas



## Cuidados 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.
- Aplicación de calor a su cabeza por 20 a 30 minutos cada 2 horas por los días indicados.
- El calor ayuda a disminuir el dolor y los espasmos musculares. Se puede alternar entre el calor y el frío.
- Control diario de migrañas. Anotar cuando empiezan y terminan las migrañas. Incluya los síntomas y lo que el paciente hacía cuando empezó la migraña. También lo que comió o tomó las 24 horas antes de que empezara la migraña.



## Conclusión:

La cefalea, uno de los motivos de consulta más frecuentes en los servicios de salud, representa un desafío clínico importante debido a su amplia variedad de causas, presentaciones y grados de severidad. Comprender a fondo esta condición permite no solo un mejor abordaje terapéutico, sino también una atención más humana y centrada en las necesidades reales del paciente.

Existen distintos tipos de cefaleas, principalmente clasificadas en **primarias** (como la migraña, cefalea tensional y cefalea en racimos) y **secundarias** (relacionadas con otras patologías subyacentes como infecciones, traumatismos o trastornos vasculares). Cada una presenta características clínicas distintas en cuanto a intensidad, localización, duración y factores desencadenantes. Identificar correctamente estos signos y síntomas es fundamental para establecer un diagnóstico oportuno y certero.

## Bibliografía:

- Universidad del sureste. 2025. Antología Prácticas profesionales. Paginas (40 a la 50). PDF.