



Mi Universidad

Cuadro Sinóptico.

Nombre del Alumno: Michell Guillen Soto.

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.

CEFALEA

Definición

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.



Tipos de cefalea

- **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.
- **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 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.



CEFALEA

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:

- Parpados caídos
- Lagrimeo
- Vértigo
- Nauseas
- 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, comúnmente conocida como dolor de cabeza, representa uno de los síntomas neurológicos más frecuentes en la población general y puede tener un impacto significativo en la calidad de vida de quienes la padecen. Su origen puede ser diverso, desde causas primarias como la migraña o la cefalea tensional, hasta afecciones secundarias derivadas de enfermedades sistémicas o neurológicas subyacentes. Reconocer los distintos tipos de cefalea, sus signos y síntomas, así como sus desencadenantes, es esencial para un diagnóstico oportuno y un tratamiento eficaz.

Bibliografía:

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