



# Mi Universidad

## Cuadro sinóptico

*Nombre del Alumno: Sofía Guadalupe Pérez Martínez*

*Nombre del tema: cefalea*

*Parcial tercero*

*Nombre de la Materia: Prácticas profesionales*

*Nombre del profesor: MARIA DEL CARMEN LOPEZ SILBA*

*Nombre de la Licenciatura: Lic. En enfermería*

*Cuatrimestre: Noveno cuatrimestre*

### 3.3 CEFALEA



#### DEFINICION:

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

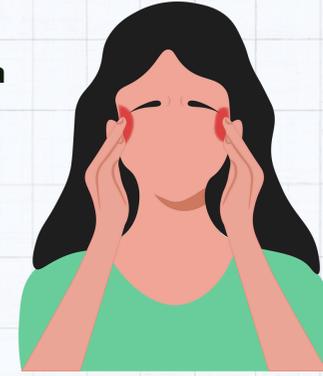
#### SON TRASTORNOS:

primarios dolorosos e incapacitantes como la jaqueca o migraña, la cefalea tensional y la cefalea en brotes.



#### FRECUENCIA DE LA CEFALEA

Se calcula que la prevalencia mundial de la cefalea (al menos una vez en el último año) en los adultos es de aproximadamente 50%.



#### SE PRESENTAN:

15 días o más cada mes afecta de un 1,7% a un 4% de la población adulta del mundo.

#### INDICADORES SEGUN LA ESPECIALIDAD:

Los servicios de los hospitales representan los tipos de especialidad medica que se toman **CEFALEA** en cuenta para calcular personal de enfermeria

son un problema mundial que afecta a personas de todas las edades, razas, niveles de ingresos y zonas geográficas.

#### IMPONEN:

además una carga personal bajo la forma de intenso sufrimiento, menoscabo de la calidad de vida y costos económicos.

#### DAN:

así como el temor constante con respecto al siguiente episodio, dañan la vida familiar, las relaciones sociales y el trabajo.

#### TIPOS DE CEFALEAS:

La migraña, la cefalea tensional y la causada por consumo excesivo de analgésicos (cefalea de rebote)

#### LA IMPORTANCIA:

tienen importancia para la salud pública pues causan gran discapacidad y morbilidad en la población.





## CEFALEA (JAQUECA)

## CEFALEA TENSIONAL:

## CEFALEA EN BROTES

## CEFALEA EN REBOTE:

## TIPOS



- 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.
- La migraña es recurrente, a menudo dura toda la vida y se caracteriza por episodios recurrentes.

- 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

- 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.

- 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.



### 3.3.1 SIGNOS Y SÍNTOMAS



#### DEFINICION:

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.

#### LOS SINTOMAS MAS VISIBLES:

- Párpados caídos
- Lagrimeo
- Vértigo
- Náuseas y vómitos
- Enrojecimiento de ojos
- Espasmos faciales
- Anisocoria

#### CAUSAS:

- Herencia
- Edad.
- Estrés
- Alimentos
- Alcohol
- Cambios hormonales



#### LA CEFALEA TENSIONAL:

el síntoma es el dolor de intensidad leve o moderada que aparece de modo episódico y puede durar varios días. Duele toda la cabeza.

#### NO SE PUEDE ASOCIAR:

con otros síntomas como náuseas o vómitos, que son más propios de la migraña.

#### MIGRAÑA O JAQUECA

el dolor es unilateral (duele la mitad de la cabeza), de carácter pulsátil (como un latido)

#### ACOMPAÑADA:

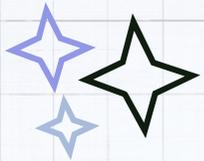
de náuseas, vómitos e intolerancia a la luz y el ruido. Puede presentar "aura", un conjunto de síntomas neurológicos generalmente visuales (luces centelleantes o visión borrosa) que suelen preceder al dolor de cabeza.

#### CEFALEA EN RACIMOS

son dolores intensos, siempre unilaterales y de corta duración (menos de 3 horas), repetidos varias veces al día durante unos meses al año.

#### PUEDE PRESENTAR:

enrojecimiento ocular, lagrimeo, congestión nasal, hinchazón facial, edema de los párpados y rinorrea (líquido transparente a modo de moqueo) del mismo lado en el que duele la cabeza.



en una habitación oscura y silenciosa. Esto ayudará a reducir el dolor.

### DESCANSO:

en la cabeza por 15 a 20 minutos cada hora o según indicaciones. El hielo ayuda a disminuir el dolor.

### APLICACION DE HIELO:

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

### APLICACION DE CALOR:

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.

### CONTROL DIARIO DE MIGRAÑA:

### PARA PREVENIR CEFALEA:

- 1.No fumar.
- 2.No consumir alcohol.
- 3.Hacer ejercicio regularmente.
- 4.Control del estrés.
- 5.Control de la dieta
- 6.Respetar horarios de sueño



3.3.2

## CUIDADOS GENERALES DE ENFERMERÍA

A.

