



Mi Universidad

Actividad IV

Nombre del Alumno: Kenny Janeth

Hernández morales

Tema: Cefalea

Parcial: 1V unidad

Materia: Prácticas profesionales

Nombre del Profesor: María del Carmen

López Silva

Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: Noveno

Cefalea

Definición

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

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 cefaleas

Cefalea tensional

La cefalea tensional a menudo empieza en la adolescencia y afecta más a las mujeres que a los hombres

Cefalea en brotes

es más frecuente en los hombres que en las mujeres

Migraña (jaqueca)

La migraña suele aparecer en la pubertad y afecta principalmente al grupo entre los 35 y los 45 años de edad.

Signos y síntomas

- Párpados caídos
- Lagrimeo
- Vértigo
- Náuseas y vómitos
- Enrojecimiento de ojos
- Espasmos faciales
- Anisocoria: diferencia en la dilatación de las pupilas

La intensidad del dolor suele ser moderada o severa.

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.



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.

Aplicación de calor

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.

Control diario de migrañas

Anotar cuando empiezan y terminan las migrañas. Incluya los síntomas y lo que el paciente hacía cuando empezó la migraña.

Conclusión

Es un síntoma común que puede afectar significativamente la calidad de vida de las personas. Es crucial identificar el tipo de cefalea para establecer un tratamiento adecuado. Cefaleas primarias: Como la migraña y la cefalea tensional, suelen ser recurrentes y pueden manejarse con cambios en el estilo de vida y medicamentos. Cefaleas secundarias: Pueden indicar condiciones más serias, lo que requiere atención médica inmediata. Es una experiencia común que puede variar desde una molestia leve hasta un dolor intenso que afecta la calidad de vida. La mayoría de las cefaleas son primarias, como la migraña o la cefalea tensional, y aunque pueden ser incapacitantes, no suelen ser graves. Sin embargo, es crucial descartar causas secundarias, especialmente si el dolor es repentino, severo, o se acompaña de otros síntomas neurológicos. Un manejo adecuado, que incluye educación, cambios en el estilo de vida y, en algunos casos, tratamiento farmacológico, puede ayudar a controlar los síntomas y mejorar la calidad de vida del paciente.