



Mi Universidad

Cuadro sinóptico

NOMBRE DEL ALUMNO: Liliana Tomas Morales

TEMA: cefalea

PARCIAL: unidad III

MATERIA: prácticas profesionales

NOMBRE DEL PROFESOR: Lic. María del Carmen López Silba

LICENCIATURA: Enfermería

CUATRIMESTRE: noveno “B”

Cefalea

¿QUÉ ES?

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.

CUÁN FRECUENTES SON LAS CEFALEAS

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 a padecido migraña.

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

QUÉ CARGA IMPONEN LAS CEFALEAS

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

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

Predisponer a la aparición de otras enfermedades como: la depresión y la ansiedad.

TIPOS DE CEFALEAS

Migraña (jaqueca)

Cefalea primaria. 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

La cefalea tensional crónica puede ser constante y es mucho más incapacitante que la forma episódica.

Cuando es episódica, los episodios duran por lo general unas pocas horas, pero pueden persistir varios días.

Cefalea en brotes

Se caracteriza por episodios recurrentes y breves pero sumamente dolorosos.

Puede ser episódica o crónica. Cefalea primaria.

Cefalea por uso excesivo de analgésicos (cefalea de rebote).

Está causada por el consumo crónico y excesivo de medicamentos para combatir las cefaleas.

Es una cefalea presente la mayor parte del tiempo, opresiva, persistente y generalmente peor al despertar.

C E F A L E A

SIGNOS Y SÍNTOMAS

La intensidad del dolor suele ser moderada o severa.

El dolor de cabeza puede localizarse en una zona concreta o bien afectar a toda la cabeza de forma más general.

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

CAUSAS DE LA CEFALEA

- Herencia
- Edad
- Estrés
- Alcohol
- Cambios hormonales
- Falta o exceso de sueño
- fármacos

CUIDADOS GENERALES DE ENFERMERÍA

Descanso en una habitación oscura y silenciosa.

Aplicaciones de hielo en la cabeza por 15 a 20 minutos cada hora o según indicaciones.

El calor ayuda a disminuir el dolor y los espasmos musculares.

Control diario de migrañas. Anotar cuando empiezan y terminan las migrañas.

COMO PREVENIR CEFALAS:

- No fumar
- No consumir alcohol
- Hacer ejercicio
- Control de estrés
- Respetar horario de sueño
- Control de la dieta,