Cefalea:

tipos de dolor de cabeza según su localización

Dolor o molestia en la cabeza, el cuero cabelludo o el cuello. La mayoría de las personas con el malestar se pueden sentir mucho mejor haciendo **cambios en su estilo de vida**, aprendiendo formas de relajarse y tomando medicamentos. Su localización puede orientarte al **tipo de cefalea:**

Cefalea tensional

Más común. Se caracteriza porque se focaliza en las **sienes o en la parte posterior** de la cabeza. Causado por la **contracción muscular** del cuello y/o el cuero cabelludo debido a **malas posturas.**

Migraña

Dolor pulsátil concentrado en un lado de la cabeza que suelen durar entre 4 horas a 3 días y **empeora con la actividad.** Puede existir alteraciones transitorias en la visión o el habla, hormigueo en los brazos o manos al inicio del dolor. También son frecuentes las náuseas, vómitos y **sensibilidad a la luz y al ruido.**

En racimos

Molestias concentradas que va desde la frente hasta alcanzar el ojo. Puede ir acompañado de lagrimeo, goteo nasal, inflamación del párpado y enrojecimiento. **Son crisis más cortas pero intensas,** que pueden durar varios días y suele aparecer **principalmente de noche.**

Algunos **detonantes están relacionados con** el estrés, la depresión, la ansiedad, un traumatismo craneal, posición anormal, por alimentos, falta de sueño, alcohol, consumo excesivo de analgésicos. También pueden ocurrir por un **resfriado o síndrome premenstrual.**

En raras ocasiones, puede ser un signo de una causa más seria como:

- Sangrado en la zona entre el cerebro y el tejido delgado que lo cubre.
- Infección cerebral.
- Tumor.
- Hidrocefalia.
- Intoxicación con monóxido de carbono.
- Falta de oxígeno durante el sueño (apnea del sueño).
- Aneurisma cerebral roto o un accidente cerebrovascular.

Existen síntomas que requieren de una visita inmediata al médico:

- Alteraciones en la visión.
- Sensación de hormigueo o falta de fuerza en brazos y piernas.
- Erupciones cutáneas.
- Mareo e inestabilidad al ponerse en pie.
- Caída de párpados o cambios en el tamaño de la pupila.
- Rigidez en la nuca.
- Fiebre.
- Inicio de dolor en forma súbita en máxima intensidad.

¿Cómo se trata?

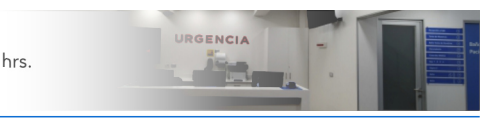
En primer lugar, se debe **iniciar rápidamente la terapia farmacológica** para intentar detener la crisis. Para aquellas personas con cefaleas frecuentes, se puede recurrir a un **tratamiento preventivo**, guiado por neurólogo, basado en antidepresivos. Las **técnicas de relajación** son otra alternativa para disminuir los dolores como llevar una dieta equilibrada y seguir unos **hábitos de vida saludable.**

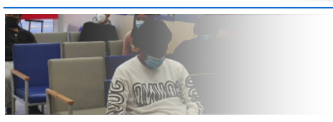
Prevención

- Dormir lo suficiente.
- Evitar el tabaco.
- Hacer ejercicio de forma regular.
- Ingerir comidas balanceadas y regulares.
- Beber mucha agua.
- Limitar el consumo de alcohol, medicación, cafeína y azúcar.
- Ante indicios depresivos, solicitar ayuda.
- Acudir al neurólogo frente a cualquier tipo de dolor inesperado.

Atiéndete en Cruz Nacional: horarios

Urgencias en Cruz Nacional
Lunes a viernes: 09:30 – 19:00 hrs.
Sábados: 09:30 – 13:30 hrs.

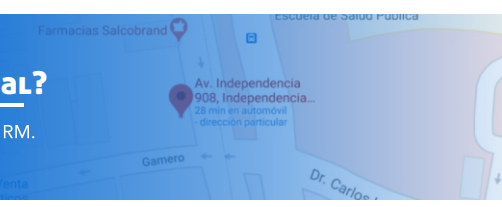




Toma de muestras, laboratorios y exámenes
Lunes a viernes: 08:00 – 19:30 hrs.
Sábados: 08:00 – 14:00 hrs.

¿Cómo llegar a Clínica Cruz Nacional?

Estamos ubicados en Av. Independencia 908, Independencia, RM.



¿Por qué elegirnos?

Precio al alcance de todos: aceptamos FONASA, la mayoría de las Isapres y precios asequibles para los particulares.

Atención inmediata: la mayoría de los pacientes son atendidos en menos de 20 minutos.

Atención personalizada: durante toda la atención lo acompañará y será responsable de su bienestar un profesional de la salud.

Mejor equipo médico: aumentamos la calidad de la atención y satisfacción usuaria.