

Recomendaciones relacionadas con la

CEFALEA

¿QUÉ ES LA CEFALEA?

La cefalea es una sensación de malestar o dolor que afecta a la cabeza. En la mayoría de las ocasiones, el dolor de cabeza está en relación con procesos infecciosos de los niños (otitis, faringitis, sinusitis, gripe, catarro, gastroenteritis). Otras veces, el cansancio, la falta de sueño o el estrés son los desencadenantes. En un pequeño grupo de pacientes el dolor de cabeza tiende a repetirse. La migraña (jaqueca) y la cefalea tensional (por estrés) constituyen las causas más frecuentes de cefalea recurrente.

¿QUÉ DEBE HACER EN CASA?

- La mayoría de las cefaleas pueden ser tratadas en el domicilio.
- El niño debe estar en un sitio tranquilo, sin ruidos, ni luz. Si el dolor es intenso, lo mejor es que se acueste. Esto es especialmente importante con las migrañas.
- No es conveniente que el niño vea la televisión, ni que juegue con la videoconsola mientras tenga dolor.
- Utilice el analgésico recomendado por su pediatra. Los niños con migrañas deben tomarlo lo más pronto posible, cuando esté empezando el dolor. Si vomita pruebe con supositorios de paracetamol.

¿CUÁNDO DEBE CONSULTAR EN UN SERVICIO DE URGENCIAS?

Si el niño tiene fiebre, se queja de dolor de cabeza intenso y vomita varias veces, sobre todo estando en ayunas. Si el niño duerme mucho, más de lo habitual, o es difícil despertarlo. Si el niño tiene otros síntomas neurológicos: ve mal, no mueve bien los brazos o las piernas, camina o habla con dificultad. Si la cefalea es muy intensa y/o le despierta por la noche y no responde al tratamiento habitual.

CUESTIONES IMPORTANTES

La mayoría de las cefaleas en los niños son BENIGNAS y no necesitan ningún estudio, ni tratamiento especial. Son muy frecuentes. Todos los niños padecen dolor de cabeza alguna vez en su vida.