

PAUTAS DE ALARMA CEFALEA

- 1) Usted está cursando un cuadro compatible con cefalea.
- 2) Los síntomas más comunes son:
 - Dolor en toda la cabeza, o en una parte de la misma.
 - De variable intensidad, de inicio súbito o progresivo.
 - Puede ser pulsátil o no.
 - Puede estar, o no asociada a náuseas y vómitos.
 - Puede estar o no asociado a foto-fono fobia (molestia al ser expuesto a la luz directa o a los sonidos intensos).
 - Puede presentar dolor por detrás de un ojo o de los dos, asociado o no con lagrimeo.
- 3) Si Usted presenta los siguientes síntomas de gravedad, deberá consultar inmediatamente a un centro de salud:
 - Tiene el “peor” dolor de cabeza de su vida, de aparición súbita.
 - Tiene un nuevo tipo de dolor de cabeza de gran intensidad.
 - Tiene dificultad para movilizar los miembros, para hablar o alteración de la visión.
 - Tiene pérdida de conciencia, alteración de la personalidad o convulsiones.
 - Tiene edad mayor a 50 años con nuevo tipo de cefalea, o cefalea de gran intensidad.
 - Pacientes HIV y oncológicos con nuevo tipo de cefalea, o cefalea de gran intensidad.
 - Tiene fiebre en contexto de cefalea de gran intensidad.
- 4) Las indicaciones que Usted debe seguir son:
 - No ingerir analgésicos por mas de 9 días al mes.
 - La analgesia será indicada por el médico, no automedicarse.
 - Si el analgésico no mejora el dolor, consulte nuevamente a su médico.
 - Pacientes con antecedentes de gastritis, úlceras, enfermedades renales y de la coagulación deberán consultar a su médico.
 - Realizar cambios en el estilo de vida, como dejar de fumar, disminuir la ingesta de alcohol y cafeína, aumentar el tiempo de sueño diario y realizar ejercicio tres veces por semana.

Medicación:

1.
2.
3.