



# DÍA NACIONAL DE LA CEFALEA

19 de Abril

## LA CEFALEA:

## DOLORES DE CABEZA

Es el motivo de consulta más frecuente en la especialidad de Neurología.

### TIPOS DE CEFALEA

- Cefalea de tensión : es el dolor de cabeza más frecuente.
- Migraña: sensación de latido.

### LLEVAR UNA VIDA SANA

Hay que seguir hábitos saludables y beber agua para mantenerse hidratado.

### MEDICAMENTOS PREVENTIVOS

Se pueden recetar medicamentos preventivos para dolores de cabeza que no se alivian con analgésicos y otros tratamientos.

### ANALGÉSICOS HABITUALES

- Ácido Acetilsalicílico ( aspirina )
- Ibuprofeno
- Paracetamol

### ALIVIO RÁPIDO DEL DOLOR DE CABEZA

- Tomar aire fresco
- Aplicar frío en frente, sienes o parte posterior del cuello
- Ducha o baño relajante

### ATENCIÓN MÉDICA DE INMEDIATO

Si el dolor de cabeza aparece súbitamente o después de un golpe.

### ATENCIÓN MÉDICA DE INMEDIATO

Dolor acompañado de:

- Visión doble
- Fiebre
- Rigidez en cuello
- Convulsiones
- Dificultad para hablar