

■ Dolores de Cabeza (de Tipos Tensión y Migraña) ■

Los dolores de cabeza son comunes en los niños. Las migrañas son frecuentes en niños y adolescentes, mientras que los dolores de cabeza por tensión se presentan más frecuentemente después de la pubertad y en la adolescencia. Hay varios tratamientos para las migrañas, así como medicación para prevenirlas. Los dolores de cabeza ocurren a menudo durante infecciones que no son serias. De vez en cuando ocurren con condiciones serias, tales como infecciones que afectan al cerebro, lesiones o hemorragias por trauma u otras causas, tumores cerebrales o presión arterial muy elevada.

¿Cuáles son los síntomas?



Los dolores de cabeza son un problema médico común, especialmente con infecciones como la influenza (“flu”), la sinusitis y la faringitis. *Si el dolor de cabeza es muy intenso o si está acompañado de vómito repetido, confusión o adormecimiento anormal, usted debe llamar a su doctor inmediatamente.* Los niños o adolescentes con dolores de cabeza frecuentes deben ser evaluados por su doctor para asegurarse de que no exista un causante más serio.

Las migrañas son una causa común de dolores de cabeza frecuentes en niños y adolescentes.

- El dolor puede ser muy intenso y a veces puede incapacitar al paciente. Las migrañas pueden durar desde una hora hasta varios días.
- El dolor es descrito muchas veces como un “golpe” que puede presentarse en uno o ambos lados de la cabeza. En muchas ocasiones la náusea o el vómito están presentes. Muchas veces la luz molesta a los ojos de su niño. Ruidos fuertes también son fastidiosos.
- Algunos pacientes pueden experimentar un “aura”: este es un síntoma que puede preceder al dolor y que es como un aviso de que la migraña pronto va a comenzar. Algunas veces el aura ocurre durante el dolor de cabeza. Las auras más comunes son visuales y se caracterizan por una visión de luces brillantes e intermitentes. También puede sentirse hormigueo en la cara o las manos u otros síntomas.
- Su niño a menudo prefiere estar en un cuarto oscuro y tranquilo cuando empieza a sentir dolor de cabeza.
- Hay un número de otros tipos de migrañas muy raros y peculiares que pueden ocurrir. La mayoría de los niños que sufren de migrañas tienen un miembro de la familia que también tiene este tipo de dolores de cabeza.

Los dolores de cabeza por tensión son más comunes en los niños después de la pubertad y en los adolescentes. Surgen a menudo en situaciones de tensión o estrés emocional y ansiedad.

- Los dolores de cabeza por tensión duran entre media hora y una semana. El dolor es frecuentemente descrito como una sensación de presión o estrechamiento. Suele ocurrir en la frente y no es muy severo.
- Debido a que los síntomas del dolor de cabeza por tensión no son tan específicos como los de la migraña, es muy importante asegurarse de que los dolores de cabeza no tienen otra causa.

Los infantes y niños pequeños también pueden sufrir de dolores de cabeza, pero no pueden decir que les duele la cabeza. En su lugar pueden irritarse o refregarse la cabeza o los ojos repetidamente.

¿Cómo se hace el diagnóstico?

- El diagnóstico de la migraña generalmente se hace por la presencia de síntomas típicos y un examen físico normal. Si los síntomas no son claros o si el examen del sistema nervioso es anormal, quizás se necesiten hacer otros exámenes.
- Los exámenes más comunes son radiografías especiales del cerebro como un IRM (imagen de resonancia magnética) o un escaneo de TAC (tomografía axial computarizada). Estos exámenes muestran las estructuras del cerebro y detectan anomalías tales como un tumor o hinchazón.
- La mayoría de los dolores de cabeza que ocurren con un resfriado, la influenza u otras infecciones con fiebre no son serios. Sin embargo, es importante que notifique a su doctor si el dolor tiene características extrañas. Un examen físico completo y una historia clínica detallada ayudarán a determinar si otras causas más serias explican el dolor de cabeza, tales como:
 - Infecciones del cerebro (meningitis).
 - Coágulos de sangre debidos a traumatismos del cerebro (como una caída, o abuso del niño como por ejemplo, el sacudido de un bebé).
 - Tumores cerebrales y presión arterial elevada.

¿Cuál es el tratamiento?

Ciertas medidas básicas pueden disminuir la frecuencia y gravedad de los dolores de cabeza:

- Reduzca el estrés para su niño lo máximo posible. Si el estrés sigue siendo un problema puede ser de ayuda consultar a un psicólogo.
- Asegúrese de que duerma suficiente.
- Debe comer regularmente, sin omitir ninguna de las comidas principales, especialmente el desayuno.
- Principalmente en el caso de las migrañas, recueste a su niño en un cuarto oscuro y tranquilo.
- Su niño debe evitar la cafeína.

Medicamentos:

- Calmantes del dolor simples, como el ibuprofeno (Advil) o el acetaminofeno (Tylenol) pueden aliviar el dolor de cabeza.
- Si el dolor de cabeza es acompañado por náusea y vómito, su doctor puede prescribir un antiemético, como Phenergan (nombre genérico: prometazina), que ayuda a prevenir estos síntomas. Esta droga puede ser tomada por la boca o por el recto. Si su niño se da cuenta de que la migraña está en camino, déle su medicina lo más pronto posible.
- Hay un número de medicamentos por receta que pueden interrumpir una migraña, si los aliviantes del dolor simples no están funcionando bien. Algunos medicamentos nuevos, como el Imitrex (nombre genérico: sumatriptán) están disponibles para adolescentes y adultos. No son habitualmente usados en los niños porque no hay suficiente información todavía acerca de su uso en este grupo de pacientes.
- Si las migrañas de su niño son muy intensas o muy frecuentes, podremos recomendarle el uso de medicamentos para profilaxis (prevención). Esto significa que los

medicamentos deben ser tomados diariamente para prevenir los dolores de cabeza. Hay varias medicinas que se usan con este propósito, entre ellos se encuentran los bloqueadores beta (propranolol), antidepresivos tricíclicos (amitriptilina), antihistamínicos/antiserotonina (criptoheptadina) y anticonvulsivos (topiramato).

- Ciertos tratamientos alternativos son a veces beneficiosos, tales como los ejercicios respiratorios y de relajamiento o la biorreacción (*biofeedback*).

Si su niño está experimentando un dolor de cabeza muy intenso que no mejora con los tratamientos usuales, llame a nuestro consultorio o llévelo inmediatamente a la sala de emergencia.



¿Cuándo debo llamar a su consultorio?

Llámenos si:

- Hay un cambio en el tipo de dolor de cabeza que sufre su niño.
- Los dolores de cabeza se han vuelto más intensos o frecuentes.
- Los dolores de cabeza continúan a pesar del tratamiento.

Llame a nuestro consultorio o acuda a la sala de emergencia si su niño tiene cualquiera de los siguientes síntomas:

- dolor de cabeza súbito e intenso;
- dolor de cabeza con cambios de la conducta, convulsiones o anomalías neurológicas;
- vómito persistente que no ha ocurrido junto con dolores de cabeza anteriormente.