

DOLOR DE CABEZA (CEFALEAS)

Siendo la cabeza la sede del entendimiento, el conocimiento y el pensamiento, el que pierde la cabeza actúa irracionalmente. Podemos llenarle la cabeza a alguien o esperar que mantenga la cabeza en su sitio.

Cuando la gente se enamora, pierde la cabeza. Hay cabezotas y hay quienes se dan con la cabeza contra la pared. Los que tiene aserrín en la cabeza suelen sufrir menos dolores. Cuando madura "sentó cabeza".

Hasta hace unos siglos atrás, el dolor de cabeza era desconocido.

En la actualidad, casi todas las personas sufrieron de dolor de cabeza en algún momento de su vida.

Es más frecuente en los países más avanzados (20% de la población). Su incidencia es mayor en las mujeres y en los estratos superiores.

Para algunos se trata de una leve molestia esporádica que puede aliviarse rápidamente con un analgésico de venta libre. En otros casos, el dolor es crónico y severo. A menudo, las cefaleas son ignoradas y consideradas como un síntoma con el que se debe convivir. Pero aunque no se las tome en serio son una enfermedad más, que merece atención.

Tener en cuenta que desde la medicina clásica, el dolor de cráneo no se cura, se mejora. Entonces, no es ético crear falsas expectativas.

Las cefaleas fueron conocidas en todas las épocas y hubo personajes célebres que las padecieron: Julio César, San Pablo, Thomas Jefferson, Charles Darwin, Federico Chopin, León Tolstoi y Sigmund Freud son algunos ejemplos.

El dolor de cabeza producido por la tensión se inicia en forma difusa como una opresión y puede durar horas, días o semanas. Probablemente se produce por un exceso de tensión en los vasos sanguíneos. Al mismo tiempo suele sentirse una fuerte tensión en la musculatura de la cabeza, hombros, cuello y columna vertebral.

Si es tensional se suele localizar occipitalmente y va acompañado, además de la ansiedad, por fenómenos digestivos o trastornos neurovegetativos: náuseas, vómitos, transpiración, palidez, rubor, mareos y tensión muscular en la nuca.

OAK-VERVAIN-WHITE CHESTNUT

Este tipo de dolor de cabeza suele presentarse en situaciones en las que el ser humano se halla sometido a fuerte presión, cansancio o cuando está en crisis.

Suelen padecerlo las personas ambiciosas y perfeccionistas que tratan de imponer su voluntad. En tales casos ésto se les sube a la cabeza, porque el sujeto sólo atiende a la cabeza, lo racional, sensato y comprensible y pierde contacto con el polo inferior o con sus raíces que pueden anclarlo en la vida. Es el cerebral.

El ser humano posee dos centros: corazón y cerebro: sentimiento y pensamiento. Las personas todo sensibilidad están tan disociadas (poco armónicas) como las todo cerebro, pero nuestra cultura ha favorecido y desarrollado tanto el polo de la cabeza que en muchos casos padecemos un déficit en el polo inferior. Cuando el pensamiento se disocia de lo de abajo, rompe con sus raíces.

La cabeza es, de todos los órganos, el que más rápidamente reacciona al dolor.

Los dolores de cabeza suelen aparecer como síntomas secundarios a muchas enfermedades físicas o psíquicas, o pueden ser una forma circunscripta de enfermedad dentro de la psicósomática.

Hay un tipo de dolor de cabeza tensional que suele aparecer en relación con determinadas situaciones en que uno se encuentra recargado por trabajo, familia o cuando la persona prevé alguna situación conflictiva o complicada. Suele vincularse con tensiones musculares, especialmente en la nuca y musculatura de los hombros, a través de los cuales se expresan las emociones internas y la postura en relación a éstas.

Suele darse a menudo en situaciones o personas con exigencias laborales o sociales frente a las cuales el individuo no se siente capacitado. Puede estar vinculado con situaciones conflictivas internas. También con ambivalencia.

Ej. pareja sin secundaria que alternaba con gente de alto nivel y buscaba en el diccionario a la noche después de volver de una reunión palabras que había escuchado y no entendido.

Llama la atención el perfeccionismo y el nivel de exigencia en este tipo de pacientes.

A veces relacionado con impulsos de rabia reprimidos, contenidos o expulsados. **HOLLY-AGRIMONY.**

Pueden también ser como beneficio secundario, o por trastornos realmente orgánicos o metabólicos.

A veces es para evitar trabajos desagradables,
por dificultades escolares, fracasos,
trastornos de adaptación.

Tendencias hipocondríacas.

Miedos,

o ambivalencia entre pasividad y autonomía.

Relacionado con las fobias normales de primera y segunda infancia, ideas obsesivas, trastornos o dificultades con el sueño, pesadillas y terrores nocturnos. (Se suele dar entre los 6 y 8 años) (Fondo fóbico-obsesivo). Como alarma frente a la emergencia de angustia.

WHITE CHESTNUT-MIMULUS-ASPEN-ROCK ROSE-SWEET CHESTNUT.

En los niños las cefaleas suelen aparecer alrededor de los 4 años, a veces antes, pero mayormente coinciden con la escolarización.

Si es tensional se suele localizar occipitalmente.

En el 98% de los casos la cefalea es funcional, es decir, causada por una irritación del sistema nervioso central.

Actualmente los "cefalólogos" parten de la premisa que, en el desarrollo de la afección existe una interrelación entre factores biológicos, psicológicos y ambientales.

JAQUECAS (MIGRAÑA O HEMICRANEA)

es un acceso de dolor de cabeza, generalmente hemicraneal (medio lado), que aparece en forma de ataques, parece marcar el ritmo del pulso, con aguijonazos en la sien, con perturbaciones de la visión, hipersensibilidad a la luz, escotomas titilantes. También trastornos como vómitos, náuseas o diarreas.

Suele venir acompañada con un estado de ánimo depresivo o irritable.

El afectado busca la oscuridad y la cama, ya que el dolor recrudece ante la exposición a la luz o a un sonido intenso. Puede durar horas o días.

A diferencia de lo que ocurre con el dolor de cabeza debido a la tensión, en la jaqueca, después de unos espasmos iniciales se produce una gran dilatación de los vasos sanguíneos.

El paciente aquejado de jaqueca (mayormente mujeres) siempre tienen problemas con la sexualidad.

Cualquier estímulo puede desencadenar la jaqueca: luz, ruido, corriente de aire, el tiempo, la emoción, etc. El enfermo, después del acceso experimenta una transitoria sensación de bienestar. En el apogeo del ataque, el paciente desea estar en la cama pero solo.

Los síntomas secundarios que suelen aparecer son trastornos digestivos y estreñimiento: uno se cierra por abajo. La jaqueca también es una buena excusa para rehuir la relación sexual en una pareja.

Es interesante señalar que una migraña se puede aliviar masturbándose si uno lo hace tan pronto como el dolor se inicia. La descarga sexual disuelve la tensión y por lo tanto el dolor.

Estos ataques se pueden desencadenar por los motivos más variados, tanto físicos como psíquicos: cambios en el ritmo del dormir y la vigilia, acostarse tarde o muy temprano, lo mismo con el levantarse, cambios meteorológicos, cambios o desarreglos alimenticios, ruidos, iluminación. Pero en la mayoría de los casos cuando hay mucho esfuerzo o cansancio relacionado con cumplir un programa muy ambicioso "tenía que terminar con lo que empecé", "tenía plazo de vencimiento", "tuve mil cosas que hacer antes del almuerzo". Y los ataques se desatan como si fuera un ataque de rabia reprimido, en forma de explosión.

Hay otro tipo de cefalea, arracimada, que es otra dolencia terriblemente penosa. El dolor es muy intenso, centrado en un ojo o cerca de él, y se acompaña por la sensación de desamparo, angustia, ansiedad y retraimiento. "Es como si me estuvieran metiendo un clavo...Es insoportable". Se puede desencadenar cuando se toma demasiado alcohol o se fuma en exceso. Esta dolencia es mucho más común en los hombres. Su tratamiento es complejo y la participación del paciente es decisiva para la curación.

Otro caso común es el de la cefalea por efecto rebote, que depende de la conducta del paciente frente a los calmantes y analgésicos. Si el consumo de estos medicamentos se transforma en un hábito, bastará la falta de ellos para que el dolor se presente, sobre todo si se fue aumentando la dosis sin el debido control médico. La persona se convierte en adicto al calmante y su falta le produce un dolor que subsiste crónicamente. En este caso, la terapia consiste en desintoxicar los receptores del cerebro para luego aplicar un tratamiento preventivo con sustancias no adictivas.

Ante desórdenes biológicos tan reales como la diabetes, la artritis y las enfermedades cardiovasculares, el dolor de cabeza merece cuidadosa atención.

Durante la migraña con aura, los síntomas aurales anteceden hasta una hora y media a la aparición del dolor, y son transitorios. La persona manifiesta ansiedad o euforia, insomnio, modorra, entumecimiento. O bien, alucinaciones visuales (luzes, estrellitas, objetos, personas), auditivas (sonidos, ruidos, palabras, músicas), olfatorias (aromas, olores), gustativas.

La neuralgia migrañosa reconoce un intenso dolor detrás de un ojo, tensionante y pulsante a la vez. El globo ocular se enrojece, se llena de lágrimas y los párpados se achican. Puede asociarse catarro o sensación de nariz tapada del mismo lado.

No es rara en el niño y así como en el adulto, se caracteriza por una cefalea unilateral acompañada de náuseas y vómitos y trastornos vasomotores (las sensaciones visuales anormales no son comunes en el niño).

Puede estar precedida, acompañada o representada por dolores abdominales.

En el niño pequeño suele aparecer bruscamente, deja de jugar, se acuesta, queda inmóvil, pálido, nauseoso y suele desaparecer después que vomitó. Luego se duerme y se despierta completamente normal. Predomina en el sexo femenino y a partir de los 4 años, a veces a partir de la época escolar.

ROCK WATER

Particularidades psicológicas: niño hipersensible, ambicioso, busca el éxito, irritable, de personalidad rígida, agresividad reprimida. Calificaciones escolares generalmente buenas, más debido a la ambición que a las dotes naturales: tesón y aplicación superan a la imaginación creadora.

Más frecuente en período escolar que durante vacaciones. Aún aquellos que ubican el cuadro como distonía neurovegetativa subrayan la importancia de la ansiedad y de la hiperirritabilidad. Incluir a los padres en el tratamiento.

Se le suele asociar con alergias, lo cual no es correcto.

También atribuida a disritmia cerebral, tampoco está comprobado. Herencia materna en el 72,6% de los casos.

"El día que la jaqueca me ataca, me transformo. Le ladro a mis empleados, y le grito a mis hijos por cualquier motivo. Dos horas después comienzo a ver estrellitas en el ojo derecho. Treinta minutos después instalo un brutal dolor en la mitad derecha de mi cabeza, pulsante, caliente, como un latiente corazón martillando dentro de mi cráneo.

He probado todo tipo de medicación, inclusive una papa cortada por la mitad, sin resultados. Cuando el dolor pulsante cede, todavía me sigue molestando otro par de horas un dolor distinto, como si la cabeza fuera a estallar. Me aprieto desesperadamente el cráneo con ambas manos o tomo analgésicos muy fuertes, pero es inútil. Al día siguiente el dolor se ha retirado espontáneamente.



No logro zafar de esta enfermedad" Ana María, empresaria.

"Mis crisis de cefaleas generalmente aparecen después de una gran rabieta, o frente a exigencias laborales. Siento un dolor pesado en el cuello y nuca, que me comprime el cerebro. Los ojos parecen a punto de estallar dentro de las órbitas. He empezado a tomar sedantes. Pedí cambio de sector en mi trabajo, pero me contestaron que renuncie si no estoy conforme" Carlos, empleado.