

CEFALEA

Los dolores de cabeza son frecuentes en los niños. Hasta el 90% de los niños en edad escolar han tenido algún episodio. Muchas veces los dolores de cabeza son de breve duración y están provocados por causas simples como la falta de sueño, haber jugado a pleno sol durante demasiado rato, haberse dado un golpe en la cabeza, procesos infecciosos como otitis, faringitis, sinusitis, gripe, catarro, gastroenteritis. Es importante saber distinguir cuándo un dolor de cabeza no es más que una molestia pasajera (90%) y cuándo puede ser algo grave y requerir tratamiento (10%)

¿QUÉ PROVOCA EL DOLOR DE CABEZA?

Algunos de los posibles desencadenantes del dolor de cabeza son ciertos medicamentos, falta de sueño, utilizar el ordenador o la televisión durante mucho tiempo, ingerir demasiada cafeína, en refrescos, café, té y/o chocolate.

¿CUÁLES SON LOS TIPOS DE DOLOR DE CABEZA MÁS FRECUENTES?

Los dos tipos de dolor de cabeza más frecuentes en la población infantil son la **cefalea tensional** y la **migraña**. Una importante diferencia entre las cefaleas de tensión y las migrañas es que las cefaleas tensionales típicamente no van acompañadas de náuseas o vómitos, y generalmente no empeoran con la actividad física, lo que sí suele ocurrir con las migrañas

¿CUÁNDO DEBE CONSULTAR CON UN PEDIATRA?

Cuando un niño tiene un fuerte dolor de cabeza es comprensible que sus padres se preocupen. Usted debería llamar al pediatra de su hijo si éste presenta cualquiera de los siguientes síntomas asociados al dolor de cabeza: Disminución del nivel de alerta, vómitos, dolor de cabeza al despertarse o que despierte al niño, dolor de cabeza consecuente a una lesión en la cabeza o pérdida de conciencia, dolor de cabeza acompañado de movimientos anormales, cambios visuales, sensación de hormigueo, debilidad, erupciones cutáneas, dificultad para hablar o ponerse de pie, dolor o rigidez de cuello y/o nuca, fiebre.

¿QUÉ PUEDE HACER PARA AYUDAR A SU HIJO?

La mayoría de los dolores de cabeza se pueden tratar en casa, dando al niño un analgésico, como el paracetamol o el ibuprofeno a la dosis recomendada por su pediatra.