

Dolor de cabeza



Los dolores de cabeza son de los trastornos más comunes del sistema nervioso. Estos pueden ser episódicos o crónicos. Los dolores episódicos pueden ocurrir con mucha frecuencia, pero no más de 15 días en un mes. Pueden durar desde media hora hasta varias horas. Los dolores de cabeza crónicos son más consistentes y ocurren durante más de 15 días en un mes. En estos casos, es necesario un plan para controlar el dolor.

Tipos de dolor de cabeza

Los dolores de cabeza se clasifican como cefaleas primarias y secundarias. Las cefaleas primarias son aquellas en las que no existe una causa estructural, como un tumor u otra causa conocida, que explique el dolor. En las cefaleas secundarias, el dolor de cabeza no es más que el síntoma de otro problema.

- **Dolor de cabeza por tensión.**

Si tiene dolor de cabeza por tensión, es posible que tenga una sensación de dolor sordo (difícil de describir) en toda la cabeza. Este no es punzante. También, podría tener sensibilidad alrededor de los músculos del cuello, la frente y el cuero cabelludo, entre otros.



- **Dolor de cabeza tipo migraña.**

El dolor de la migraña es como un pulso o palpitante intenso desde dentro de la cabeza. Este dolor puede durar días. Las personas con dolores de cabeza tipo migraña suelen tener sensibilidad a la luz y al ruido.



- **Dolor de cabeza en racimo.**

Se caracterizan por ardor severo y dolor penetrante. Ocurren alrededor o detrás de un ojo o en un lado de la cara a la vez. Cada dolor de cabeza puede durar desde 15 minutos hasta 3 horas.



- **Dolor de cabeza alérgico o sinusial.**

El dolor a menudo se enfoca en el área de los senos paranasales y en el frente de la cabeza.



- **Dolor de cabeza por cafeína.**

La cafeína afecta el flujo sanguíneo hacia el cerebro. Tomar demasiada cafeína puede causar dolor de cabeza, al igual que el “síndrome de abstinencia” por dejar de consumir cafeína.



- **Dolor de cabeza hormonal.**

La menstruación, el uso de píldoras anticonceptivas y el embarazo afectan los niveles de estrógeno.



- **Dolor de cabeza por hipertensión.**

Este tipo de dolor de cabeza indica una emergencia. Ocurre cuando la presión arterial es peligrosamente alta.



No todas las personas responderán a los mismos tratamientos, incluso cuando se trata de los mismos tipos de dolores de cabeza. Si está experimentando dolores de cabeza que no puede tratar por su cuenta, hable con su médico con relación a preparar un plan de tratamiento.

¿Cuándo consultar al médico?

En muchos de los casos, los dolores de cabeza episódicos desaparecerán en 48 horas. Consulte con su médico en los siguientes casos:

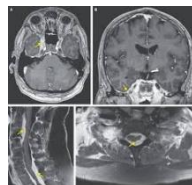
- Frecuentemente, tiene dos o más dolores de cabeza por semana.
- Los dolores de cabeza son incapacitantes.
- Es repentino e intenso.

Diagnóstico

El diagnóstico de dolor de cabeza puede comenzar con un examen físico y un historial clínico completo. También, su médico podría referirle a un especialista, como un neurólogo. Para algunos tipos, es posible que necesite pruebas de diagnóstico para determinar la causa.

Estas pruebas pueden incluir:

- Imagen por Resonancia Magnética (IRM) o Tomografía Computarizada
- Punción lumbar
- Análisis de sangre



Tratamiento

Los diferentes tipos de dolores de cabeza se controlarán de manera diferente. Los tratamientos podrían variar desde simples ajustes en la alimentación hasta procedimientos invasivos que realiza un profesional médico.

Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y tras su tratamiento, por favor, visite a su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

Línea de Consejería Médica

1-844-347-7801

TTY/TDD 1-844-347-7804

APS Health

787-641-9133

Referencias

https://www.merckmanuals.com/es-pr/hogar/enfermedades-cerebrales-medulares-y-nerviosas/dolor-de-cabeza-cefalea/introducci%C3%B3n-al-dolor-de-cabeza#Causas_v734912_es

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000797.htm>

Preparado por Educadores en Salud licenciados. Revisado en agosto 2025.
©First Medical Health Plan, Inc.