

# Quiropràctic Qgat

VIU AMB MÈS VITALITAT

## DOLORES DE CABEZA



En este número

---

LOS VARIOS TIPOS  
DE DOLORES DE  
CABEZA

---

COMO AYUDA LA  
QUIROPRÁCTICA

---

¿LO SABÍAS?...  
EFECTOS  
SEGUNDARIOS DE  
LA ASPIRINA

---



## Los dolores de cabeza, la plaga de nuestra sociedad

El Dolor de cabeza es el padecimiento más común que aqueja a la humanidad. Tarde o temprano todo el mundo es víctima de un dolor de cabeza. **Pero para un 20 por ciento de la población el dolor de cabeza es más que una molestia ocasional.** Muchos de los dolores de cabeza son crónicos y frecuentes.

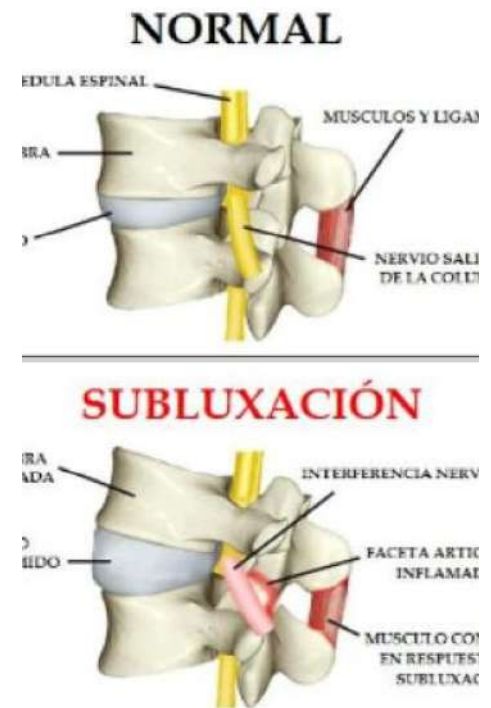
Son muchas las posibles causas del dolor de cabeza: la inhalación del humo de químicos nocivos, la luz intensa, problemas de la vista y del oído, sinusitis, hipertensión arterial, problemas dentales, fiebre elevada, diversos tipos de infecciones, tumores cerebrales, ataques epilépticos, malestares causados por los efectos secundarios de algunas medicinas -ya sea bajo supervisión médica o auto-recetadas-, el consumo de las llamadas «drogas sociales», o bien dolores «post-traumáticos» en pacientes que han sufrido algún accidente. En fin, son tantas las posibles causas a las que se atribuyen los dolores de cabeza que quienes los padecen pueden literalmente quebrarse la cabeza tratando de averiguar su origen. Pero existen dos tipos de dolores de cabeza bastante comunes; de ellos nos ocuparemos con más detalle a continuación.

**1. Los dolores de cabeza por tensión muscular son los más comunes.** Este tipo de dolor de cabeza produce un dolor constante, de suave a moderado, sin punzadas, en ambos lados de la cabeza y va acompañado de contracturas en la parte superior del hombro y en el cuello. La causa a menudo se debe a una irritación de los nervios espinales que transportan señales nerviosas a estos músculos.

La Sociedad Española de Neurología estima que entre un 85-90% de la población ha tenido algún episodio de cefalea en el último año.

66% de la población sufre de dolor de cabeza, mientras 15% se ven afectados por migrañas.

**2. La migraña afecta aproximadamente al 15% de la población adulta.** Las mujeres se ven afectadas dos o tres veces más a menudo que los hombres. Con frecuencia se trata de un dolor unilateral y con punzadas seguido de náuseas y a veces vómitos. Algunas personas experimentan un aura (síntoma en el que se ven una especie de luces brillantes) antes del dolor de cabeza. El dolor está causado por la dilatación de los vasos sanguíneos cerebrales.



## La solución del quiropráctico

El tratamiento más común para los dolores de cabeza, incluyendo las migrañas, es generalmente el uso de analgésicos u otros medicamentos. Los pacientes gastan cientos de millones cada año en remedios para el dolor de cabeza. La aspirina y los sustitutos de la aspirina son los remedios más frecuentes considerados suaves. Otros compuestos más potentes como la codeína, el tartrato de ergotamina, el sulfato de fenelcina, y el maleato de metisérgido, se recetan para combatir dolores más intensos. No obstante, el empleo de narcóticos siempre aumenta el riesgo de crear dependencia o adicción, además de cambiar la química del cuerpo y crear un desequilibrio interno

### La manipulación espinal tiene un efecto positivo significativo en casos de cefaleas cervicogénicas.

Pese a lo que pudiera parecer, un dolor de cabeza no es un dolor del cerebro. El cerebro, así como la mayoría de las membranas y la masa ósea que lo rodea, no están capacitados para sentir dolor. La culpa es, por así decirlo, de la estructura sensible de la cabeza. Es decir, las arterias del cerebro y del cráneo, las venas, y la duramadre, tejido que cubre el cerebro, así como ciertos nervios llamados nervios craneales. Por lo general, si éstos se infectan, se fuerzan, se inflaman, o se someten a una tensión excesiva, el resultado es un molesto dolor de cabeza.

**El quiropráctico trabaja sobre el sistema nervioso. Si, como es el caso en gran número de cefaleas/migrañas, las cervicales superiores están fuera de su sitio y/o bloqueadas, los nervios craneales pueden inflamarse y causar síntomas. (ver figura arriba). Mediante ajustes vertebrales, restablece la posición normal de las vertebrales y el flujo normal de información del cerebro al resto del cuerpo.**

### EFFECTOS SECUNDARIOS DE LA ASPIRINA O IBUPROFENO

- \* El 10% de los pacientes que toman dosis bajas de aspirina desarrollan úlceras pépticas, sin ningún síntoma.
- \* El uso regular de pastillas para el dolor, como Ibuprofeno, Voltarén o Aspirina, puede afectar al sistema gastrointestinal y provocar el sangrado y/o la perforación del intestino.
- \* El uso diario de Aspirina aumenta el riesgo de cáncer del páncreas. (Tomar 1 ó 2 aspirinas diarias durante 20 años aumenta en un 20% el riesgo de desarrollar un cáncer del páncreas, uno de los tipos de cáncer más graves y letales).
- \* El uso regular de Aspirina durante 10 años o más aumenta el riesgo de padecer cataratas; y los riesgos son mayores en personas de menos de 65 años.