

HOMEOPATÍA Y DOLOR DE CABEZA

El dolor de cabeza es uno de los síntomas más comunes de la patología y puede acompañar a muchas enfermedades generales, algunas graves, por lo que es necesario en todos los casos, realizar una historia clínica cuidadosa y a veces pruebas complementarias para determinar su causa y así emplear un tratamiento eficaz.

Llamamos cefalea a un dolor difuso en toda la cabeza generalmente intermediado por el sistema vascular y migraña o jaqueca cuando afecta a la mitad o a una parte de la cabeza y tiene un componente más neurológico. Esto que en las definiciones queda tan claro, en la práctica tiene límites difusos y con frecuencia es difícil de etiquetar con el nombre correcto.

La forma en que se presenta, los momentos en que aparece, las sensaciones que produce, el cortejo de síntomas que le acompaña, los cambios emocionales y psíquicos que el dolor determina, son los gritos que emite el cuerpo, expresando a quien pueda entender su lenguaje, qué es lo que le pasa y por qué. El médico homeópata es el especialista que ha de comprender el lenguaje corporal de los signos y síntomas para captar lo que está ocurriendo y de qué nos está avisando el dolor y más específicamente qué significa el dolor en ésta persona en particular, qué papel juega en su equilibrio general y cómo curar o mejorar la situación sin desplazar el problema a otro órgano. Se trata en definitiva de liberar la fuerza que se expresa provocando sufrimiento, incrementándola leve y puntualmente con otra semejane a ella y así posibilitar la curativa reacción vital.

El dolor es la señal que el cuerpo emite para que tomemos conciencia de que algo no va bien. Es la alarma que avisa he induce a preguntarnos "qué me pasa", "qué es lo que no va bien", "qué es lo que no hago bien". Mucha gente tiene la costumbre de usar medicamentos que hacen callar la alarma, pensando inocentemente que acallado el ruido se terminó el problema. Pero hay! el incendio sigue en el oscuro interior, la alarma vuelve a sonar y además ahora los efectos secundarios de los analgésicos se suman al problema principal. Si entendemos el dolor como signo de alarma, como señal indicativa de que algo no va bien, es beneficioso y evita que persistamos en hábitos o modos de vida que nos hacen daño, nos lleva a investigar o a pedir consejo del médico para saber qué pasa y así quitar las causas del síntoma.

El dolor no se puede medir ni pesar, no se puede cuantificar. Sabemos que alguien tiene dolor porque se queja, grita o se le pone mala cara pero la experiencia del dolor es personal e intrasferible. Unos más estoicos sufren en silencio, otros hipersensibles no paran de quejarse y en el extremo están los que llevados a la desesperación pueden llegar al suicidio. Estos tan diferentes modos de sufrir son valorados por el homeópata a fin de

ajustar el tratamiento a la personalidad de cada paciente; así una primera diferencia que nos permitirá avanzar en el camino de la individualización, es la forma particular que cada uno tiene de vivir la enfermedad, su personal modo de sentir lo que le ocurre y el significado que para él tiene la enfermedad, le hará más sensible a unos remedios homeopáticos que a otros.

Las especiales características anatómicas y funcionales de la cabeza

están en la base de la enorme frecuencia con que se presenta éste síntoma, de hecho muy poca gente afortunada puede decir que nunca ha tenido un dolor de cabeza, es muy posible que éstos individuos estén genéticamente preservados.

El hecho de ser una caja cerrada por fuertes paredes de hueso hace que pequeñas variaciones de presión en su interior sean enormemente dolorosas. También su situación inestable como una esfera sobre un tubo flexible que es el cuello va a ser causa de muchas molestias derivadas del mantenimiento de la postura. Su función como sede central del gobierno hormonal y neurológico hace que casi todo lo que ocurre en el resto de la persona repercuta en la capital y viceversa.

Pero la cabeza también tiene un importante papel como lugar de expresión de la personalidad. En el lenguaje corriente hay muchas frases hechas que ilustran éste aspecto como por ejemplo “llevar la cabeza bien alta” en la imagen del altivo o del orgulloso, “darse con la cabeza contra un muro” cuando hablamos del obstinado que se desroza a sí mismo por no cambiar de parecer, el dolor de cabeza como expresión casi sinónima de las preocupaciones de la vida cotidiana, el que “esconde la cabeza bajo el ala” en la actitud del cobarde o del timorato que no se quiere enfrentar, la “cabeza nublada” por las emociones o por los tóxicos, las ofensas o los amores que no nos podemos “quitar de la cabeza”. Estos ejemplos muestran la enorme gama de actitudes emocionales que subyacen al síntoma físico que el médico homeópata ha de valorar y tener en cuenta en la elección del medicamento. Es evidente en éstos casos que si no se modifica la actitud mediante la información que aporta el remedio homeopático, no se obtendrá una mejoría permanente de los síntomas.

El capítulo del dolor de cabeza es el que más lugar ocupa en el repertorio de síntomas que usamos los homeópatas para analizar los casos. No pretendo en la extensión de un artículo ser exhaustivo al describir los tipos de dolor y los diferentes modos de vivirlos. No citaré los casos que tienen que ver con procesos de cambio estructurados ya sean tumores o lesiones por accidentes que quedan fuera de nuestro campo de acción, aunque a veces podamos colaborar con paliativos. Hablaremos solo de los más comunes.

El primer gran grupo tiene relación con la digestión, entre ellos los hay que pequeñas cantidades de determinados alimentos provocan el dolor, son

personas hipersensibles o alérgicas que incluso el olor de éstas comidas puede ser causa de una crisis dolorosa, muchas veces acompañadas de vómitos. El centro de problema suele estar en el hígado o la vesícula biliar que se encuentran tan saturados de toxinas que una gotita provoca una catarata.

En nuestra opulenta sociedad, la comida es muy abundante y variada así que no es raro que el exceso de algunos alimentos sea causa frecuente de problemas. El alcohol, el café, el tabaco y en menor medida el chocolate ingeridos de forma continuada o de forma masiva son causa de frecuentes dolores de cabeza que comienzan por la mañana, se acompañan de náuseas, hipersensibilidad a las luces y los ruidos y notable mal humor; éstos casos de origen tóxico se alivian con una sola toma de Nux Vómica 30 CH que normalmente no es necesario repetir.

La cafeína es una sustancia que nos servirá para ilustrar el modo de acción del medicamento homeopático. Todo el mundo conoce su presencia en muchos preparados analgésicos (Cafeaspirina) y muchos tienen la experiencia de que un exceso de café, o el dejar de tomar café en los grandes aficionados a ésta infusión provoca tremendos dolores de cabeza. ¿Qué significa esto?, simplemente que una pequeña dosis de cafeína provoca el efecto contrario al que producen las dosis masivas. Por eso los homeópatas usamos la cafeína (Coffea) para tratar los dolores del tipo semejante a los que se producen por el exceso o la privación del café. Y los que usan analgésicos compuestos de cafeína también se alivian por un efecto homeopático sin saberlo.

En la cabeza están los receptores de las informaciones que nos llegan en forma de luz y color que al mismo tiempo son emisores de “la mirada”, esa inmaterial proyección de lo interno que puede golpear o acariciar. Es fácil entender que los pequeños músculos que dan toda la gama de sutilezas a la expresión y efectúan el duro trabajo de mirar, sufran tensiones y agotamientos que se traducen en cefaleas. Usamos Ruta Graveolens 30 CH en éstos casos de dolor de cabeza por sobrecarga de trabajo de los ojos.

La ventilación de toda ésta sorprendente fábrica que es el cuerpo humano se realiza a través de una chimenea de formas caprichosas y recovecos que se extienden al interior de los huesos de la cabeza. No es raro que alguna de éstas cavidades, senos, quede aislada de forma que se acumula el moco encargado de la limpieza que irritará, inflamará y disparará la alarma del dolor. Son las frecuentes sinusitis derivadas de catarrros mal tratados que provocan dolores crónicos generalmente frontales muy agravados al agacharse o al agitar la cabeza, se dan en personas con herencia tuberculínica, (antecedentes familiares de tuberculosis incluso lejana) o de base alérgica.

Algunos dolores de cabeza tienen su origen también en la ventilación, pero de la habitación en que dormimos, se hacen notar al poco de

despertarnos y se solucionan fácilmente dejando la ventana abierta durante la noche y evitando la calefacción del dormitorio.

Los cambios hormonales, especialmente en la mujer, son intermediarios de muchas cefaleas en relación al ciclo menstrual con diferente significado según sobrevengan antes, durante o después de la regla. Todos ellos tienen relación con desequilibrios en la secreción de hormonas ováricas. La expresión de “lo femenino” en una sociedad que con frecuencia obliga a la mujer a comportarse como un hombre conlleva múltiples tensiones y conflictos que pueden ser causa o consecuencia del desarreglo hormonal. Es muy común el dolor de cabeza premenstrual que acompaña a un estado característico de irritabilidad, mal humor, llanto fácil y rechazo de compañía y afecto que se resuelve fácilmente con una pequeña dosis de Sepia 30 CH. Cuando el dolor es postmenstrual puede tener relación con un estado pre o francamente anémico que si se presenta en una mujer de las que funcionan a base de voluntad sobreponiéndose a su debilidad con la fuerza de su decisión, con acaloramientos o rojeces en la cara, una toma de Ferrum Metálicum 30 CH obrará el “milagro” regulando el metabolismo del hierro.

Las fuertes alteraciones emocionales. las preocupaciones, los temores, tienen su substrato físico en las hormonas que deben ser metabolizadas una vez han hecho su trabajo. Y si éstas emociones son mantenidas en el tiempo o exageradas intoxican el organismo y no es raro que provoquen dolores de cabeza crónicos y prolongados.

Las variaciones de tensión arterial repercuten con mucha frecuencia en forma de dolor de cabeza, tanto por baja como por alta tensión; éstos últimos tienen enorme interés ya que en ocasiones son la única manifestación de una subida de tensión que de otra forma pasaría desapercibida.

Las alteraciones del ritmo del sueño son causa, en las personas predispuestas, de fuertes cefaleas. Son muy típicos los dolores de fin de semana y de vacaciones, desencadenados al quedarse un rato más en la cama. Se resuelven muy bien con Sulphur 30CH cuando se dan en una persona calurosa con tendencia a hacer problemas de piel.

La figura mítica de Atlas cargando el mundo sobre su cuello ha dado nombre a la primera vértebra cervical que articula la columna con el cráneo. Cada vez es más común lo que se podría denominar síndrome de Atlas para hacer referencia a todas aquellas personas que cargan el mundo sobre su cuello, sintiendo su circunstancia como un enorme peso sobre ellos, viviendo con exagerada responsabilidad todo lo que les rodea, son aquellos que dicen que “tiran del carro”, en gráfica expresión del error de su actitud. Esta incòmoda postura ante la vida suele derivar en dolores de cabeza irradiados desde las cervicales que suelen ceder con Gelsemium 30 CH. Pero para que su resolución sea definitiva se ha de acompañar de un cambio de actitud. El tratamiento homeopático posibilita, abre la puerta a ése

cambio, el médico ha de inducir la reflexión, pero la curación surge del interior de la persona como una decisión que emerge de la profundidad del deseo de vivir y estar sano. El verdadero arte médico consiste en liberar esa fuerza curativa de la que todos somos portadores.

Dr. Miguel Luqui Garde
Barcelona