

## El 30,5% de los adolescentes españoles sufre dolor de cabeza de forma recurrente

- Un 11,3% de los adolescentes españoles padecen migraña.
- Casi el 33% de los adolescentes con dolor de cabeza tuvieron al menos un episodio por semana.
- El 44% mostraron algún grado de discapacidad relacionada con sus cefaleas.
- Los adolescentes con malos hábitos de sueño, que realizan poca actividad física, que no desayunan, fuman o consumen cafeína, son más propensos a padecer dolor de cabeza.
- El 73% de los adolescentes que tienen dolores de cabeza carecen de diagnóstico.
- La Sociedad Española de Neurología cree necesario que se comiencen a implantar iniciativas educativas en la adolescencia que permitan minimizar el impacto de esta enfermedad.

**11 de junio de 2018.-** La revista Cephalalgia –la publicación científica de la Sociedad Internacional de Cefaleas- acaba de publicar un estudio realizado por miembros del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología (SEN) del Hospital Universitario Vall d'Hebron, cuyo objetivo era evaluar la prevalencia del dolor de cabeza entre la población adolescente española. Realizado entre más de 1.500 estudiantes con edades comprendidas entre los 12 y los 18 años y pertenecientes a varios institutos de Cataluña, el estudio pretendía analizar también los tipos de dolor de cabeza más frecuentes en este grupo de población así como la relación de sus cefaleas con comorbilidades y con el estilo de vida de los adolescentes.

*“La adolescencia es un período decisivo para el neurodesarrollo, porque en este período el cerebro dispone de una neuroplasticidad muy elevada para adaptar su estructura y funciones en respuesta a las demandas, experiencias y cambios fisiológicos del entorno. Por lo tanto, el impacto de lo que le sucede al cerebro durante estos años puede provocar cambios neuroplásticos con consecuencias a largo plazo”,* explica la Dra. Patricia Pozo Rosich, Coordinadora del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología (SEN). *“Sin embargo, y a pesar de que la adolescencia es un período crucial para algunos dolores de cabeza primarios, hay muy poca información sobre la prevalencia y el impacto del dolor de cabeza en los adolescentes. Queríamos realizar este estudio para tener un mejor conocimiento de estos aspectos y así poder cambiar el impacto que tiene el dolor de cabeza en adultos”.*

Según se desprende de este estudio, el 30,5% de los adolescentes sufre de dolor de cabeza recurrente, siendo la migraña la cefalea más habitual en este grupo de población (la padece el 11,3% de los entrevistados). Además, casi el 33% de los adolescentes con dolor de cabeza tuvieron al menos un episodio por semana y un poco más de un 44% mostraron algún grado de discapacidad relacionada con sus cefaleas. Sin embargo, más del 73% de los entrevistados que padecen dolor de cabeza no tienen un diagnóstico.

El estudio también señala que el dolor de cabeza es significativamente más frecuente en niñas (35,1% frente al 25,5% de los varones adolescentes), así como entre adolescentes con malos hábitos de sueño (36,6% vs. 27,6%), entre aquellos que realizan una menor actividad física y en adolescentes que no desayunan (37,3% vs. 28,4%), fuman (10,5% vs. 4,9%), o consumen cafeína (30,9% vs. 24,7%). Por el contrario, no se encontraron diferencias en cuanto al rendimiento escolar de los adolescentes, el nivel educativo de los padres, o el entorno o el sistema educativo. No obstante, el 57% de los estudiantes con dolores de cabeza recurrentes tenían antecedentes familiares.

Por otra parte, entre las comorbilidades más significativamente asociadas con el dolor de cabeza destacan las alergias, el asma, dolor crónico (además del dolor de cabeza) y problemas de salud mental y de comportamiento.

*“Nuestro estudio pone de manifiesto que el dolor de cabeza es un problema de salud muy común entre los adolescentes españoles y que además afecta su calidad de vida. Puesto que se ha asociado el dolor de cabeza de los adolescentes con la presencia de un estilo de vida poco saludable y así como con otras comorbilidades médicas, la Sociedad Española de Neurología cree necesario que se comiencen a implantar iniciativas educativas que permitan minimizar el impacto de esta enfermedad”,* señala la Dra. Patricia Pozo Rosich.

**Ana Pérez Menéndez**

**Sociedad Española de Neurología**

**Departamento de Prensa**

Email: [prensa@sen.org.es](mailto:prensa@sen.org.es)

Tlf: +34 91 314 84 53 (ext. 6)

Mov: +34 647953790

Fax: +34 91 314 84 54

***A través del Gabinete de Prensa de la SEN podrá contactar con los mejores especialistas en Neurología. No dude en ponerse en contacto con nosotros. Estaremos encantados de ayudarle tanto para contrastar cualquier información como para colaborar en todo aquello que nos propongan.***