



19 de abril: Día Nacional de la Cefalea

## **Casi 2 millones de españoles experimentan dolor de cabeza más de 15 días al mes**

- **Hasta el 46% de la población española presenta algún tipo de cefalea activa.**
- **El 4% de la población española sufre algún tipo de cefalea crónica y en el 50% de los casos, migraña crónica.**
- **En los primeros meses de la pandemia, más del 70% de los pacientes sufrió un empeoramiento en su dolor de cabeza, tanto en intensidad, como en frecuencia.**
- **Las vacunas contra la COVID-19 no han mostrado contraindicaciones en pacientes que padecen cefaleas y son compatibles con todos los tratamientos para el dolor de cabeza.**

**19 de abril de 2021.-** El término "cefalea" hace referencia a cualquier dolor localizado en la región craneal, en la parte alta de la región cervical o la nuca y en la mitad superior de la cara. Es lo que comúnmente se denomina "dolor de cabeza", y este lunes, 19 de abril, se conmemora su día nacional con el objetivo de concienciar sobre la forma más frecuente de dolor en el ser humano y uno de los principales motivos de consulta tanto en Atención Primaria como en los Servicios de Neurología: la cefalea supone el 25% de las consultas que se realizan a los neurólogos españoles.

Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), hasta un 89% de la población masculina y un 99% de la femenina asegura padecer o haber padecido dolores de cabeza. Además, la SEN también calcula que hasta el 46% de la población presenta algún tipo de cefalea primaria activa.

*"En el 90% de los casos, el dolor de cabeza se debe a una cefalea primaria, es decir que se trata de un dolor de cabeza que no está asociado a otra enfermedad. Existen diferentes cefaleas primarias que se diagnostican basándose en aspectos como las características del dolor, su localización y la presencia o no de otros síntomas asociados que caracterizan a cada tipo de dolor de cabeza. Pero dentro de las cefaleas primarias, al menos un 60% de la población padece cefalea tensional y un 14% migraña, lo que las convierte en los tipos de cefalea más frecuentes",* explica el Dr. Pablo Irimia, Coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología.

Si algo caracteriza a las cefaleas primarias es que tienen una gran variabilidad interindividual con diferencias significativas entre quienes las sufren, pudiendo oscilar entre una cefalea ocasional en algunos pacientes, hasta crisis repetidas y frecuentes de gran intensidad que generan una gran discapacidad. *"Pero días como hoy sirven para concienciar de que para muchas personas, las crisis de dolor de cabeza provocan un gran impacto en el funcionamiento diario, tanto en aspectos físicos, emocionales y sociales, como con la familia, trabajo y relaciones sociales",* destaca el Dr. Pablo Irimia. *"Por lo tanto, estamos hablando de entidades que pueden ser muy discapacitantes, sobre todo cuando el dolor se cronifica".*

La Sociedad Española de Neurología estima que el 4% de la población española sufre algún tipo de cefalea primaria de forma crónica, lo que significa que casi 2 millones de españoles experimentan dolor de cabeza más de 15 días al mes. La presencia de cefalea crónica se asocia de forma consistente con una mayor discapacidad y pérdida de productividad, un mayor número de consultas médicas, hospitalizaciones y mayores costes económicos directos. Por otra parte, los pacientes con cefalea crónica y con uso excesivo de medicación analgésica presentan una puntuación inferior en los parámetros de medición de la calidad de vida.

Cerca del 50% de los pacientes españoles que padecen cefalea crónica sufren migraña. Las migrañas son el tipo de cefalea que con más frecuencia provoca un uso excesivo de analgésicos como antiinflamatorios, paracetamol, opiáceos, cafeína y los triptanes. Se estima que cada año, un 3% de los pacientes que padecen migraña de forma ocasional o episódica, pasan a padecerla de forma crónica.

*“Es importante transmitir a la población la importancia de consultar con su médico cualquier dolor de cabeza que tenga un inicio brusco o cuando se acompañe de otros síntomas como fiebre, pérdida de fuerza o alteraciones en el lenguaje o en la conducta, porque podemos estar ante algún tipo de urgencia neurológica. Pero también es importante consultar cuando nuestro dolor de cabeza empieza a ser recurrente o incapacitante”,* destaca el Dr. Pablo Irimia. *“Un diagnóstico y un tratamiento correcto de nuestro dolor de cabeza, sin caer en la automedicación, permite un mejor control de la enfermedad, mejora la calidad de vida y sobre todo, evita que este se cronifique”.* A pesar de esto, la SEN estima que alrededor del 50% de los pacientes con cefalea se automedica con analgésicos sin receta y más de un 40% está aún sin diagnosticar.

### **Cefaleas y COVID-19**

Aunque el número de pacientes con cefalea crónica vaya en aumento, según los últimos estudios que se han llevado a cabo en España, el número de pacientes que padece algún tipo de cefalea no ha variado en los últimos 20 años. En todo caso, y a pesar de que aún no existen datos que lo avalen, la pandemia por COVID-19 puede estar cambiando esta tendencia, al menos de forma puntual.

*“El estrés emocional, los cambios en los hábitos de vida, las alteraciones en el sueño,... son factores que con mucha frecuencia desencadenan dolor de cabeza, por lo que no sería extraño que en los próximos meses aparezcan estudios que señalen un aumento de la prevalencia de la cefalea entre la población”,* comenta el Dr. Pablo Irimia. *“En todo caso, estos mismos factores también actúan como agravantes del dolor de cabeza. Por esa razón, ya hay varios estudios españoles que apuntan a que, al menos en los primeros meses de la pandemia, más del 70% de los pacientes sufrió un empeoramiento en su dolor de cabeza, tanto en intensidad, como en frecuencia”.*

Por otra parte, la COVID-19 puede causar cefalea. Es uno de los síntomas más frecuentes pero también una de las secuelas más habituales entre las personas que ya lo han superado. Y, sobre todo en personas que padecen migraña, se ha visto que la COVID-19 ha empeorado el dolor de cabeza previo o que incluso ha incrementado su intensidad.

Desde el Grupo de Estudio de Cefaleas de la SEN se recomienda a todos los pacientes de cefaleas, la vacunación contra la COVID-19. Las vacunas son compatibles con todos los fármacos utilizados habitualmente para el tratamiento de los diferentes tipos de

dolor de cabeza. Y más concretamente, no existe contraindicación en vacunar a las personas estén recibiendo tratamientos más específicos para su cefalea como la toxina botulínica o los anticuerpos monoclonales.

**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.*