



19 de abril: Día Nacional de la Cefalea

Más del 70% de la población española padece o ha padecido algún tipo de cefalea primaria: la migraña y la cefalea tensional, las más frecuentes

- **Alrededor de un 4% de la población española sufre cefalea crónica, con dolor de cabeza más de 15 días al mes.**
- **Más del 50% de los casos de cefalea crónica se deben a la migraña.**
- **La migraña afecta a más de 5 millones de personas en España y es una de las principales causas de discapacidad en población joven, la primera en mujeres menores de 50 años.**
- **La SEN presenta su "Guía de Estilo de Migraña", un documento que ofrece una base científica clara sobre la enfermedad y aborda aspectos prácticos sobre el uso del lenguaje, el tono y el enfoque comunicativo que requiere la migraña.**

16 de abril de 2026.- Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), más del 70% de la población española ha padecido cefalea alguna vez en su vida y cerca de un 4% sufre dolor de cabeza de forma crónica, es decir, padece dolor de cabeza más de 15 días al mes. Este domingo, 19 de abril, se conmemora el Día Nacional de la Cefalea.

"Bajo el término 'cefalea' se agrupan un amplio grupo de trastornos —con más de 200 tipos descritos— caracterizados por producir dolor de cabeza y que se clasifican fundamentalmente en cefaleas primarias y cefaleas secundarias. Y las cefaleas primarias, que constituyen más del 90% de los casos, son aquellas en las que el dolor de cabeza no es consecuencia de otra patología subyacente", explica el Dr. Roberto Belvis, Coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología (GECSEN). La migraña y la cefalea tensional son las cefaleas primarias más frecuentes: la cefalea tensional puede afectar a más del 60% de la población española y la migraña a un 13%. Y otras cefaleas, como la cefalea en racimos, aunque menos frecuentes —afecta aproximadamente al 0,1% de la población— también conllevan una elevada discapacidad.

A pesar de la elevada prevalencia de las cefaleas, el infradiagnóstico sigue siendo uno de los problemas más relevantes. La SEN estima que más del 40% de las personas que sufren dolor de cabeza de forma recurrente no han sido correctamente diagnosticadas. Y a ello se suma que aproximadamente el 50% de los pacientes recurre a la automedicación con analgésicos sin supervisión médica, lo que puede favorecer la cronificación de la enfermedad e incluso originar una cefalea por abuso de medicación, que ya afecta a entre un 1% y un 2% de la población.

"Por lo tanto, uno de los principales retos en el abordaje de las cefaleas es identificar de forma precoz a aquellos pacientes con riesgo de cronificación", añade el Dr. Roberto Belvis. "Sabemos que aproximadamente entre un 2% y un 3% de los pacientes con

migraña episódica progresa cada año a formas crónicas y que más del 50% de las cefaleas crónicas corresponden a migraña. Es importante, por lo tanto, incidir en que factores como el estrés, los trastornos del sueño, la obesidad o la depresión, el consumo excesivo de analgésicos, así como la falta de diagnóstico y tratamiento adecuado, pueden influir de forma determinante en esta cronificación”.

Por lo tanto, desde la SEN, se insiste en la relevancia de no trivializar cualquier dolor de cabeza recurrente. Aunque en la mayoría de los casos se trata de procesos benignos, su frecuencia, intensidad o impacto en la vida diaria deben ser criterios clave para consultar con un profesional sanitario. Un abordaje individualizado, que combine medidas farmacológicas y no farmacológicas, permite en muchos casos un adecuado control de la enfermedad y la prevención de su cronificación.

Porque el impacto de las cefaleas va más allá del dolor físico. Por ejemplo, la migraña es una de las principales causas de discapacidad en el mundo y en España es la primera causa de discapacidad en mujeres menores de 50 años. Afecta a más de 5 millones de españoles y constituye una de las principales causas de pérdida de productividad laboral. Durante las crisis, más del 50% de los pacientes se ve obligado a reducir su actividad y entre un 20% y un 30% precisa reposo en cama. Además, más de la mitad de los pacientes con migraña presenta un grado de discapacidad moderado o grave, lo que repercute de forma significativa en su vida personal, social y profesional. En términos económicos, se estima que el coste asociado a la migraña supera los 2.000 millones de euros anuales en España, debido tanto al absentismo como al presentismo laboral.

En el caso de la cefalea en racimos, ha sido descrita en numerosas ocasiones como uno de los dolores más graves que puede experimentar el ser humano y aproximadamente un 20% de los pacientes desarrolla formas crónicas de la enfermedad. Además, más del 75% de los pacientes presenta limitaciones importantes en su vida diaria y hasta un 45% de los pacientes asocia depresión.

"Por lo tanto, y con motivo del Día Nacional de la Cefalea, desde la SEN nos gustaría seguir subrayando la necesidad de avanzar en la concienciación social, el diagnóstico precoz y el acceso a tratamientos adecuados, con el objetivo de reducir la carga personal, social y económica asociada a estos trastornos neurológicos”, señala el Dr. Roberto Belvis. "Cualquier tipo de cefalea primaria, y más en su forma crónica, puede generar mucho sufrimiento en las personas que la padecen. Y puesto que cada vez tenemos un mayor conocimiento científico y nuevos recursos para poder ayudar a las personas que padecen estas enfermedades, que pueden ser tan discapacitantes y que afectan a tantas personas, creemos que es importantísimo concienciar sobre la importancia de su diagnóstico, mejorar su identificación en todos los niveles asistenciales y garantizar que todos los pacientes puedan beneficiarse de los tratamientos disponibles en todo el territorio, ya que existen importantes diferencias entre CC.AA., regiones o incluso hospitales a la hora de acceder a los tratamientos más indicados”.

Neurólogos de toda España se reúnen en Segovia para abordar los últimos avances en el manejo de las cefaleas

Neurólogos expertos en cefaleas de diferentes hospitales españoles se reunirán los días 17 y 18 de abril en Segovia en el encuentro científico MasterCef, organizado por el Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología (SEN). Esta reunión tiene como objetivo actualizar los conocimientos

sobre el diagnóstico y tratamiento de las cefaleas, uno de los trastornos neurológicos más prevalentes y con mayor impacto en la calidad de vida de los pacientes.

Durante dos jornadas, especialistas de referencia en este campo revisarán los avances más recientes en el conocimiento de la migraña, la cefalea en racimos, otras cefaleas primarias y neuralgias, así como las novedades terapéuticas que han supuesto un cambio significativo en el manejo de estas enfermedades en los últimos años.

"La cefalea constituye uno de los principales motivos de consulta neurológica. En particular, la migraña afecta aproximadamente al 12-15% de la población, siendo una de las principales causas de discapacidad en personas jóvenes y de mediana edad", comenta el Dr. Roberto Belvís. "En este contexto, encuentros científicos como MasterCef permiten compartir experiencias, revisar la evidencia científica más reciente y favorecer la formación continuada de los neurólogos, contribuyendo así a mejorar el abordaje diagnóstico y terapéutico de los pacientes con cefalea".

El programa científico del encuentro incluirá sesiones de actualización, debates y análisis de situaciones frecuentes en la práctica clínica, con el objetivo de fomentar el intercambio de conocimientos entre especialistas y mejorar la atención a los pacientes con cefalea.

Ana Pérez Menéndez

Sociedad Española de Neurología

Departamento de Prensa

Email: prensa@sen.org.es

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

Mov: +34 647953790

Fax: +34 91 314 84 54