



MIGRAÑA. - EP

## ANDALUCÍA

# La migraña se diagnostica muy tarde y cronificada es la principal causa de discapacidad

Más de 5 millones de personas sufren migraña en España, solo la mitad ha recibido un diagnóstico, mientras que 1,5 millones la padecen de forma crónica

---

Más de 5 millones de personas sufren migraña en España, de los cuales solo la mitad ha recibido un diagnóstico, mientras que 1,5 millones la padecen de forma crónica y deriva en que sea la primera causa de discapacidad entre adultos menores de 50 años, principalmente mujeres.

Hoy se celebra el Día Internacional de Acción contra la Migraña, una enfermedad sin cura -pero con avances en tratamientos- que en España retraso y que en el mundo afecta a

1.100 millones de personas, es decir a 1 de cada 7, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Pero no solo la SEN, los médicos de Atención Primaria estiman que 4,5 millones de españoles la sufren de forma ocasional y cerca 1 millón de forma crónica, pero un 40 % de pacientes nunca acude a consulta médica y un 70 % de los que están tratamiento lo abandonan de forma precoz.

Afecta al 18 % de las mujeres y al 9% de los hombres -9% de las niñas frente al 5% de los niños- y en su forma crónica también afecta mayoritariamente a mujeres: el 6 % frente a algo menos del 3% de los hombres.

Se considera padecer la enfermedad de forma crónica cuando la cefalea que produce la migraña se padece más de 15 días al mes y en los peores casos más del 50% de las personas que la sufren presentan un grado de discapacidad grave o muy grave.

## **Aparece más en niveles socioeconómicos desfavorecidos**

La alta relación entre el estrés -relacionado con condiciones laborales, económicas y sociales- y el desarrollo de migrañas y otras cefaleas ha hecho que en las últimas décadas su prevalencia sea mayor entre las personas más desfavorecidas.

Según la SEN, son muchos los estudios que afirman que la migraña crónica -la más invalidante- es más frecuente en personas que viven en entornos con un nivel socioeconómico más bajo.

Estrés, obesidad, estilos de vida o falta de sueño, también influyen en la

“La migraña es una cefalea primaria frecuente, severa e incapacitante que reduce significativamente la calidad de vida de los pacientes, aumenta el riesgo de padecer otras muchas enfermedades como ictus, infarto de miocardio, ansiedad, depresión, o insomnio y tiene un enorme impacto económico en la sociedad por el absentismo y la pérdida de productividad que genera”, ha explicado Pablo Irimia, coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología.

También existen migrañas de tipo ocular, un tipo de cefalea que, por lo general, se localiza en un lado de la cabeza o alrededor del ojo, y que aparecen por hábitos como una incorrecta higiene del sueño, el consumo excesivo de cafeína, estrés muy intenso o esfuerzos de visión cercana.

## Más del 50 % se automedica

Debido a la falta de diagnóstico, más del 50% de las personas que padecen migraña se automedican con analgésicos sin receta pese a que el uso excesivo de esta medicación para la sintomatología es una de las principales causas de la cronificación de la enfermedad.

"Cada año, cerca de un 3% de las personas con migraña pasan de tener una migraña episódica a una crónica, mientras que un 6% pasa de una migraña de baja frecuencia a otra de alta frecuencia", según la SEN.

## Tratamientos mensuales o trimestrales

En los últimos años se han producido importantes avances en el conocimiento de la fisiopatología de la migraña, con fármacos que se administran mediante una inyección subcutánea o intravenosa y que cuentan con una periodicidad mensual o trimestral.

Si bien la migraña no tiene cura, los expertos recuerdan que con un

e la enfermedad la gran mayoría de

los pacientes pueden lograr importantes mejorías en su calidad de vida.



Envía tu noticia a:

participa@andaluciainformacion.es

## TE RECOMENDAMOS

### ÚNETE A NUESTRO BOLETÍN

Su dirección de email...

Selecciona el periódico que quieres recibir...

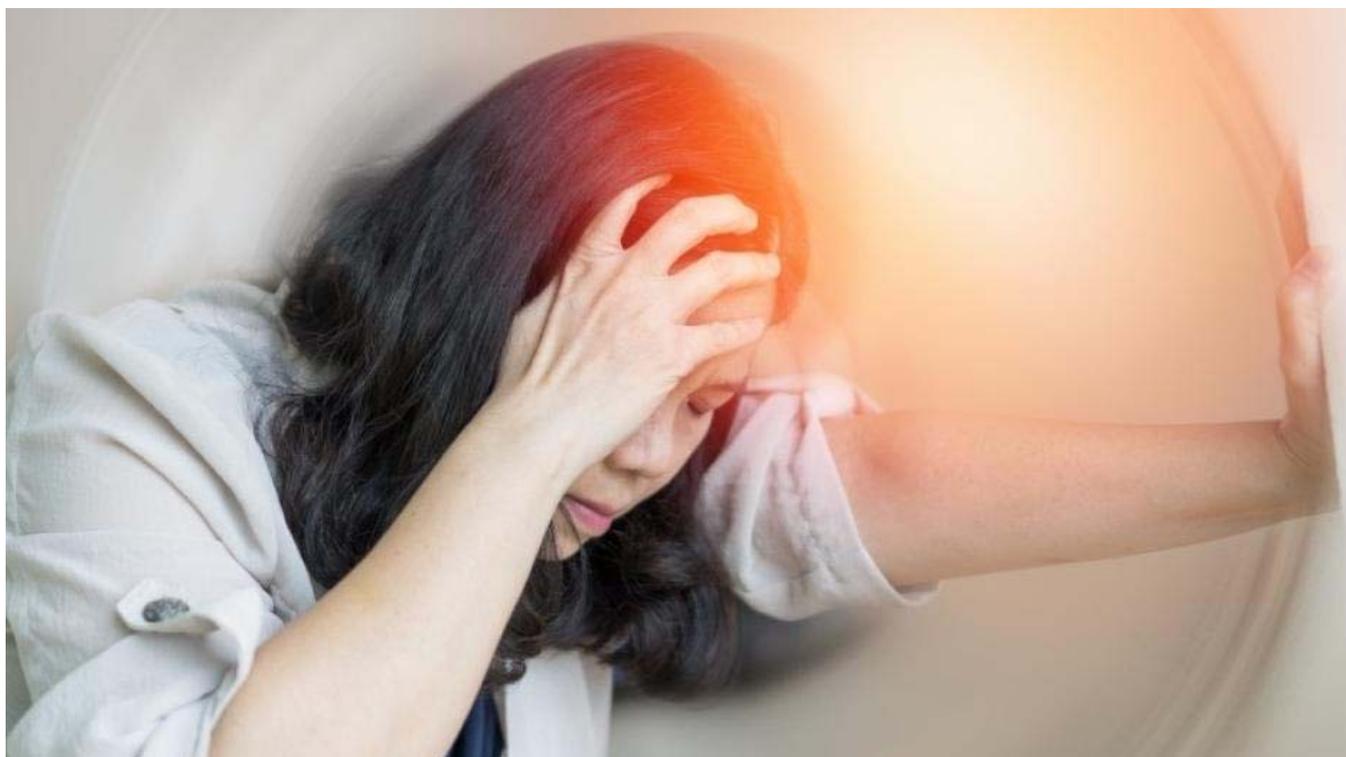
Acepto los [términos de uso](#) y la [política de privacidad](#)

INSCRIBIRME

SALUD

## La migraña se diagnostica muy tarde y cronificada es la principal causa de discapacidad

Se considera padecer la enfermedad de forma crónica cuando la cefalea que produce la migraña se padece más de 15 días al mes



(Foto de ARCHIVO) Mujer con migraña COLEGIO DE ENFERMERÍA DE GUADALAJARA 10/9/2021 / COLEGIO DE ENFERMERÍA DE GUADALAJARA



REDACCIÓN CMM

+ SEGUIR AL AUTOR

12.09.2024 09:08



**Más de 5 millones de personas sufren migraña en España**, de los cuales solo la mitad ha recibido un diagnóstico, mientras que 1,5 millones la padecen de forma crónica y deriva en que sea la primera causa de discapacidad entre adultos menores de 50 años, principalmente mujeres.

Este 12 de septiembre se celebra el Día Internacional de Acción contra la Migraña, una enfermedad sin cura que **en España se diagnostica con hasta 6 años de retraso** y que en el mundo afecta a 1.100 millones de personas, es decir 1 de cada 7, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Los médicos de Atención Primaria estiman que 4,5 millones de españoles la sufren de forma ocasional y cerca de 1 millón de forma crónica, pero **un 40% de pacientes nunca acude a consulta médica** y un 70% de los que están en tratamiento lo abandonan de forma precoz.

Afecta al 18 % de las mujeres y al 9% de los hombres -9% de las niñas frente al 5% de los niños- y [en su forma crónica también afecta mayoritariamente a mujeres](#): el 6 % frente a algo menos del 3% de los hombres.

### Migraña crónica

Se considera padecer la enfermedad de forma crónica **cuando la cefalea que produce la migraña se padece más de 15 días al mes** y en los peores casos más del 50% de las personas que la sufren presentan un grado de discapacidad grave o muy grave. Aparece más en niveles socioeconómicos desfavorecidos

La alta relación entre el estrés -relacionado con condiciones laborales, económicas y sociales- y el desarrollo de migrañas y otras cefaleas ha hecho que en las últimas décadas su prevalencia sea mayor entre las personas más desfavorecidas.

La migraña crónica es más frecuente en personas que viven en un entorno socioeconómico más bajo, según la SEN. Estrés, obesidad, estilos de vida o falta de sueño, también influyen en la discapacidad que provoca la migraña.

#### MIRA TAMBIÉN



**Estando Contigo** // La fisioterapia para tratar los dolores crónicos

“La migraña es una cefalea primaria frecuente, severa e incapacitante que **reduce significativamente la calidad de vida de los pacientes, aumenta el riesgo de padecer otras muchas enfermedades** como ictus, infarto de miocardio, ansiedad, depresión, o insomnio y tiene un enorme impacto económico en la sociedad por el absentismo y la pérdida de productividad que genera”, ha explicado Pablo Irimia, coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología.

También existen migrañas de tipo ocular, un tipo de cefalea que, por lo general, se localiza en un lado de la cabeza o alrededor del ojo, y que aparecen por hábitos como una incorrecta higiene del sueño, el consumo excesivo de cafeína, estrés muy intenso o esfuerzos de visión cercana.

#### MIRA TAMBIÉN



**Cultura** // Acupuntura para cefaleas y migrañas

## Más del 50 % se automedica

Debido a la falta de diagnóstico, [más del 50% de las personas que padecen migraña se automedican con analgésicos](#) sin receta pese a que el uso excesivo de esta medicación para la sintomatología es una de las principales causas de la cronificación de la enfermedad.

"Cada año, cerca de un 3% de las personas con migraña pasan de tener una migraña episódica a una crónica, mientras que un 6% pasa de una migraña de baja frecuencia a otra de alta frecuencia", según la SEN.

En los últimos años se han producido importantes avances en el conocimiento de la fisiopatología de la migraña, con fármacos que se administran mediante una inyección subcutánea o intravenosa y que cuentan con una periodicidad mensual o trimestral

cuental con una periodicidad mensual o trimestral.

Si bien la migraña no tiene cura, **los expertos recuerdan que con un correcto tratamiento y seguimiento de la enfermedad la gran mayoría de los pacientes pueden lograr importantes mejorías en su calidad de vida.**

Temas [salud](#)

## ÚLTIMAS NOTICIAS



**Castilla-La Mancha Despierta**  
Entrevista a Carlos Pérez Villega



**TOLEDO**  
La Cámara de Comercio de Toledo abandona el patronato de la Fundación Talavera Ferial



**LLEGADA DE NUBES DE TIPO ALTO**  
Ligera bajada de las temperaturas para este jueves



**ALBACETE**  
Incautan cocaína rosa, MDMA y ketamina que pretendía venderse en la Feria de Albacete



**INFLACIÓN**  
Se modera la subida de los precios en Castilla-La Mancha: el IPC se sitúa en el 2 % en agosto



**SALUD**  
La migraña se diagnostica muy tarde y cronificada es la principal causa de discapacidad



**Castilla-La Mancha Despierta**  
La mañana En Titulares - 12/9/2024



**ENERGÍA**  
Castilla-La Mancha bate su récord de potencia eléctrica procedente de fuentes renovables



**Encierros desde Guadalajara**  
Primer encierro desde Guadalajara 2024 (12/09/2024)



**TOLEDO**  
Siete personas heridas, cuatro de ellas menores, en la colisión entre dos turismos en Santa Cruz de la Zarza

DEPORTES

## “Es un dolor de cabeza incapacitante que te obliga a parar la vida”

• 11 de septiembre de 2024 📖 5 minutos de lectura



Publicaciones relacionadas

---



**Caso Rafa Mir, en directo: última hora, noticias y reacciones tras la llamada del futbolista a una de las víctimas**

🕒 12 de septiembre de 2024



**Edoardo Affini y Lotte Kopecky, campeones de Europa elite contrarreloj**

🕒 11 de septiembre de 2024



**MG3 Hybrid+, electrificación desde 17.490 euros**

🕒 11 de septiembre de 2024

Isabel Colomina es una de los **cinco millones de personas que padecen migraña en España**. Tuvo su primera crisis con tan solo 13 años,



**Ana Villarubia, exnuera de Ana Rosa Quintana, se separa del tío de Íñigo Onieva, calificando su relación de “un infierno en vida”**

🕒 11 de septiembre de 2024

aunque no consiguió el diagnóstico, poner nombre y apellidos a los “terribles” dolores de cabeza que sufría varias veces al mes, hasta los 21 años.

Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), las primeras migrañas pueden aparecer en la infancia o en la adolescencia.

Su padre también sufría migrañas, aunque en ese momento lo bautizaron como “jaquecas”. Colomina, que es presidenta de la Asociación Española de Migraña y Cefalea (AEMICE), **estuvo ingresada hasta en ocho ocasiones** por los “fuertes dolores” que le provocaban las migrañas.

La migraña afecta a más de cinco millones de personas en España / Freepik

Se trata de una enfermedad neurológica con un perfil femenino: el 80% son mujeres, generalmente en edades comprendidas entre los 20 y los 40 años.

Aunque hay una creencia extendida de que la migraña disminuye o desaparece por completo con la llegada de la **menopausia**, no es así. Los síntomas de la migraña, en el caso de Isabel Colomina, empeoraron. “Los factores hormonales son clave en esta enfermedad, por eso muchas mujeres sufren más crisis durante el climaterio”.

## Las migrañas puede ser hereditarias

La migraña es una enfermedad neurológica que se caracteriza porque los pacientes presentan:

- Dolor de cabeza moderado-intenso
- Asociado a síntomas como náuseas, vómitos, sensibilidad a la luz, al sonido y dificultad para la concentración.

Y tiene un importante factor genético, por lo que se ha comprobado que existe un componente hereditario.

Estudios científicos han identificado **variantes genéticas** que explican que en una misma familia haya varios miembros que padecen migraña. Algunas familias son propensas a sufrirlas, aunque también hay otros factores que pueden dar lugar a una crisis.

Se ha descubierto que el estrés, la ansiedad y la depresión juegan un papel protagonista en este dolor de cabeza. **Dormir mucho, o poco, también pueden desencadenar crisis de migraña**, así como estar deshidratados, malos hábitos alimenticios, cambios estacionales, olores fuertes como el del perfume o la menstruación.

## Tipos de migraña

- Migraña episódica. El dolor aparece hasta 9 días al mes, por lo que se trata de crisis episódica poco frecuente. Entre 10 y 14 veces al mes, episódica muy frecuente.
- Migraña crónica. Cuando hay 15 o más días de crisis al mes.



El problema de las migrañas es el infradiagnóstico, lo que repercute en la cronificación / Freepik

## La primera causa de discapacidad en menores de 50 años

El infradiagnóstico de las migrañas es uno de los principales problemas de esta enfermedad. De hecho, el 75% de los pacientes con migraña tarda más de dos años en obtener un diagnóstico, lo que puede llevar a que muchos de ellos se **automediquen con analgésicos sin receta**. Y los expertos alertan: puede actuar como desencadenante de la cronificación de la migraña.

La presidenta de la Asociación Española de Migraña y Cefalea explica a este diario que el propio paciente suele ser una de las causas del retraso en el diagnóstico. “Cuando el dolor de cabeza es muy intenso y no es habitual, es un motivo de peso para acudir al médico para **conseguir un diagnóstico y un tratamiento eficaz**”.

Y en eso coincide el **doctor Pablo Irimia**, Coordinador del Grupo de

Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología. «Es necesario que tanto médicos como pacientes se conciencien sobre la importancia de buscar y obtener ayuda médica para tratar de reducir las tasas de infradiagnóstico y de infratratamiento de la migraña en nuestro país”.

Es la sexta enfermedad más prevalente en el mundo y la primera causa de discapacidad en menores de 50 años. Y los datos de la SEN evidencian que en España, **más del 50% de las personas con migraña presentan un grado de discapacidad grave o muy grave.**

Hasta un 25% de los pacientes que sufren migraña nunca ha consultado por su enfermedad al médico y un 50% abandona el seguimiento tras las primeras consultas.

“Las crisis de migrañas nos obligan a pausar nuestra vida. No puedes hacer absolutamente nada más que meterte en una habitación en oscuras, sin que nadie te hable y sin un solo ruido. Es un dolor de cabeza completamente incapacitante”, nos cuenta Isabel Colomina.

## **El 70% de las personas con migraña tienen que poner en pausa su actividad diaria cuando sufren una crisis**

Según una encuesta elaborada por la Asociación Española de Migraña y Cefalea (AEMICE), el 70% de las personas que padecen migraña asegura que siempre, o casi siempre, tienen que parar su actividad diaria cuando sufren un ataque. Una situación que, tal y como se evidencia en la encuesta en la que se han entrevistado a poco más de 1.100 pacientes con una edad media de 49 años, impacta de manera muy importante en la vida diaria de los afectados. Y es que, de media estas personas suelen padecer una crisis durante 401 horas al mes, lo que supone unos 13 días perdidos, un hecho que cobra aún más importancia si se tiene en cuenta que el 70% de los encuestados estaba trabajando.

El trabajo llevado a cabo por AEMICE evidencia el impacto social, personal, familiar y laboral de la enfermedad, ya que el 92% de los encuestados ha tenido que anular planes con amigos; el 42% no ha

podido atender a sus hijos de la manera que hubiera deseado; el 56% ha anulado un viaje previsto o alterado el plan; el 78% no ha podido practicar un deporte; el 68% no ha podido asistir a eventos culturales o deportivos; el 26% no ha acudido a exámenes; el 48% no ha asistido a reuniones importantes de trabajo; y el 55% no ha acudido a un evento familiar importante como, por ejemplo, una graduación o cuidar de un padre hospitalizado

Los síntomas de la migraña ejercen un gran impacto en el funcionamiento diario de las personas que la padecen, tanto en aspectos físicos, emocionales y sociales, como con la familia, el trabajo y las relaciones sociales. También es una enfermedad con frecuentes comorbilidades entre las que destacan la ansiedad, depresión, dolor crónico.

Y es que, existe una estrecha relación entre las migrañas y la salud mental. “Acompañado del dolor físico, el emocional por la incompreensión porque mucha gente cree, por ignorancia, que nos inventamos los síntomas para escaquearnos de nuestras obligaciones”.



Las migrañas son la primera causa de discapacidad en menores de 50 años, y pueden hacerse crónicas / Freepik

## No existe cura para la migraña

La migraña es una enfermedad crónica. No existe un tratamiento

curativo, pero sí se disponen de diferentes medicamentos para que se convierta en una enfermedad “manejable”. En episodios de dolor agudo, el especialista puede recetar tratamiento analgésico o antiinflamatorios no esteroides (AINES).

Para prevenir la aparición y reducir la intensidad del dolor que provocan las migrañas, se debe seguir un tratamiento preventivo, como betabloqueantes, para el dolor de cabeza provocado por la **hipertensión o el embarazo**, o bótox para la migraña crónica.

Los fármacos son claves para disminuir la frecuencia y la severidad del dolor. Colomina tiene la migraña bajo control por su tratamiento preventivo. “En los últimos tres meses he tenido cinco crisis de migrañas, lo que es muy poco en comparación con las que he sufrido”.

«Dependiendo de la gravedad de los síntomas, la frecuencia de los ataques y de otros factores, el tratamiento de la migraña deberá ser individualizado y ajustado y/o modificado a lo largo de la evolución de la enfermedad, con el objetivo último de tratar de controlar los síntomas y reducir la discapacidad asociada», concluye el doctor Irimia.

El primer paso para mejorar la calidad de vida de cualquier persona con esta enfermedad es recurrir a los profesionales sanitarios.

[Traumatología](#)

---

[Tricología y Estética](#)

---

[Tus Medicamentos](#)

---

[Urología](#)

---



---

## Cuando la migraña impide seguir con el día a día

**La migraña no es un simple dolor de cabeza, de hecho, siete de cada diez personas que la padecen aseguran que no pueden seguir con su día a día cuando sufren un episodio. Se trata de la primera causa de discapacidad entre los adultos menores de 50 años.**



EFE/ Quique García

📅 12 de septiembre, 2024 👤 BERTA PINILLOS 📄 Fuente: [AEMICE](#) | [SEN - Neurología](#)

En el **Día Internacional de Acción contra la Migraña**, 12 de septiembre, médicos y pacientes tratan de dar visibilidad a esta enfermedad que afecta a más de 1.100 millones de personas en el mundo (una de cada siete). En España cinco millones la padecen.

De esos cinco millones de personas, más de 1,5 padecen migraña de forma crónica (tienen dolor de cabeza más de quince días al mes). Tanto es así que más del 50 % de los afectados tienen un grado de discapacidad grave o muy grave, según **la Sociedad Española de Neurología (SEN)**, que recuerda los datos más destacados sobre la patología.

## Enorme impacto

**El coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la SEN, Pablo Irimia**, abunda en que la migraña es una cefalea severa e incapacitante que “reduce significativamente” la calidad de vida de los pacientes. No solo eso, también aumenta el riesgo de padecer otras patologías como ansiedad, depresión, insomnio e incluso ictus e infarto de miocardio.

“Tiene un enorme impacto económico en la sociedad por el absentismo y la pérdida de productividad que genera”, asegura Irimia.

En este sentido, **una encuesta elaborada por la Asociación Española de Migraña y Cefalea (Aemice)** muestra que siete de cada diez personas que sufren la enfermedad aseguran que tienen que parar su día a día cuando tienen un ataque.

La encuesta, realizada a poco más de 1.100 pacientes, muestra “el impacto social, personal, familiar y laboral” de la enfermedad: **el 92 % ha tenido que anular planes con amigos; el 42 % no ha podido atender a sus hijos de la manera que hubiera deseado**; el 56 % ha anulado un viaje previsto o alterado el plan; y el 78 % no ha podido practicar un deporte.

Pero, además, el 68 % no ha podido asistir a eventos culturales o deportivos; el 26 % no ha acudido a exámenes; el 48 % no ha ido a reuniones importantes de trabajo; y el 55 % no ha acudido a un evento familiar importante tal como una graduación o no ha podido cuidar de un familiar hospitalizado.

Los datos citados por Aemice ponen de manifiesto que estas personas padecen, de media, **una crisis durante 401 horas al mes**, lo que supone cerca de 13 días perdidos. Son datos importantes porque hay que tener en cuenta que [el 70 % de los encuestados tiene trabajo](#).

### “Vidas en pausa por la migraña”

Así las cosas, Aemice ha lanzado la campaña ‘[Vidas en pausa por la migraña](#)’. El objetivo es **concienciar a la sociedad** sobre el impacto que tiene la enfermedad en la vida de quienes la sufren, tal y como explica **la presidenta de la asociación, Isabel Colomina**.

“Cuando tienes un ataque de migraña, la intensidad del dolor y los síntomas que acompañan te obligan a recluirte en una habitación a oscuras sin ruidos esperando que el tratamiento haga efecto. No tiene contemplaciones; cuando aparece, pones en pausa tu vida, por muy importante que sea lo que estabas haciendo”, abunda Colomina.

**Para el presidente de la SEN, Jesús Porta**, es “clave” que haya campañas de concienciación y [que los propios pacientes no oculten la enfermedad](#), sino que expresen que la padecen para que entre todos se consiga cambiar la percepción de la patología y el estigma de género que la rodea.

La migraña **es tres veces más frecuente en mujeres que en hombres**. En concreto, datos de la SEN apuntan a que afecta al 18 % de las mujeres y al 9 % de los hombres. En la infancia ocurre de forma similar, ya que la padecen el 9 % de las niñas, frente al 5 % de los niños.

### **Las consecuencias del infradiagnóstico**

La SEN estima que más de un **40 % de los que padecen migraña en España está sin diagnosticar**. De ellos, alrededor de un 25 % no ha consultado nunca esta enfermedad con su médico.

Debido al infradiagnóstico, muchos pacientes se automedican o no acceden a los tratamientos adecuados.

En concreto, más del 50 % se automedica con analgésicos sin receta a pesar de que esta práctica como el uso excesivo de medicación para la sintomatología de la migraña son las principales causas de la cronificación.

EFE/EPA/KIMMO BRANDT

De hecho, la SEN destaca que cada año, un 3 % aproximadamente de las personas con migraña pasan de tener una episódica a crónica. Un 6 % de una de baja frecuencia a otra de alta frecuencia.

Los neurólogos recuerdan que es una enfermedad que no tiene cura pero con un tratamiento y seguimiento adecuados **“la gran mayoría” de los pacientes “pueden lograr importantes** [Cookies](#)

**mejorías en su calidad de vida**". También se puede evitar que se cronifique.

"Algo de especial relevancia porque la migraña crónica produce hasta seis veces más discapacidad que la episódica y los pacientes con migraña crónica suelen tener una peor respuesta ante los distintos tratamientos", afirma el doctor Irimia.

## Importantes avances

En los últimos años, indica la SEN, ha habido "importante avances" en el conocimiento de la fisiopatología de la enfermedad, lo que ha permitido desarrollar [fármacos eficaces](#). En concreto, anticuerpos monoclonales frente al péptido regulador del gen de la calcitonina (CGRP) o su receptor.

Se trata de una inyección subcutánea o intravenosa con una periodicidad mensual y trimestral "que es muy eficaz y bien tolerada".

Asimismo, ha habido **mejoras en cuanto a los tratamientos orales** con la llegada de los gepantes, que son fármacos que bloquean el CGRP.

Recientemente **se ha comercializado también otro tratamiento** para las crisis de migraña denominado lasmiditán, informa la SEN.

---

### Etiquetas

[DOLOR](#)[ENFERMEDAD](#)[PACIENTES](#)

---

### Artículos relacionados

El noticiero

## La migraña: un problema de salud que se diagnostica tardíamente y consecuentemente conduce a la discapacidad crónica: 'Es incapacitante'

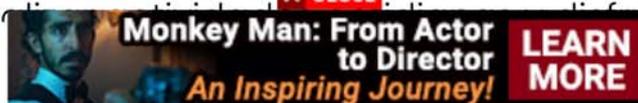
Index



## La migraña: un problema de salud que se diagnostica tardíamente y consecuentemente conduce a la discapacidad crónica: 'Es incapacitante'



La migraña es un trastorno neurológico que afecta a millones de personas en todo el mundo, y **se diagnostica tardíamente** en la mayoría de los casos. Esta demora en el diagnóstico conduce a **consecuencias graves**, ya que la migraña puede **evolucionar hacia la discapacidad crónica** si no se trata adecuadamente. Según expertos en el campo, la migraña es un trastorno **incapacitante** que puede afectar significativamente la calidad de vida de los pacientes, limitando su capacidad para realizar actividades cotidianas. [X CLOSE](#)



**importancia del diagnóstico temprano** y el tratamiento adecuado para evitar las consecuencias negativas de esta condición.

## La migraña: un problema de salud que se diagnostica tardíamente y puede llevar a la discapacidad crónica



En España, más de 5 millones de personas sufren migraña, una enfermedad que se diagnostica con hasta 6 años de retraso y que en su forma crónica puede derivar en discapacidad. Hoy, en el Día Internacional de Acción contra la Migraña, se busca concienciar sobre la importancia de un diagnóstico precoz y un tratamiento adecuado para esta enfermedad que afecta a 1 de cada 7 personas en el mundo.



### Cifras impactantes





Según la Sociedad Española de Neurología (SEN), solo la mitad de los pacientes con migraña ha recibido un diagnóstico, mientras que 1,5 millones la padecen de forma crónica y es la primera causa de discapacidad entre adultos menores de 50 años, principalmente mujeres. Además, un 40% de pacientes nunca acude a consulta médica y un 70% de los que están en tratamiento lo abandonan de forma precoz.

## Una enfermedad que afecta desproporcionadamente a las mujeres

La migraña afecta al 18% de las mujeres y al 9% de los hombres, y en su forma crónica también afecta mayoritariamente a mujeres: el 6% frente a algo menos del 3% de los hombres. La migraña es una de las enfermedades más incapacitantes, pero está banalizada y estigmatizada, afirma Patricia Pozo, neuróloga.

## La migraña crónica: una discapacidad grave

Se considera padecer la enfermedad de forma crónica cuando la cefalea que produce la migraña se padece más de 15 días al mes. En los peores casos, más del 50% de las personas que la sufren presentan un grado de discapacidad grave o muy grave.

## Factores que influyen en la discapacidad

El estrés, la obesidad, los estilos de vida y la falta de sueño también influyen en la discapacidad que provoca la migraña. Además, la alta relación entre el estrés y el desarrollo de migrañas y otras cefaleas ha



personas más desfavorecidas.

## Un fármaco revolucionario

Un fármaco consigue detener las migrañas cuando se toma justo al comienzo del episodio. La migraña es una cefalea primaria frecuente, severa e incapacitante que reduce significativamente la calidad de vida de los pacientes, aumenta el riesgo de padecer otras muchas enfermedades y tiene un enorme impacto económico en la sociedad, explica Pablo Irimia, coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología.

## Más del 50% se automedican

Debido a la falta de diagnóstico, más del 50% de las personas que padecen migraña se automedican con analgésicos sin receta, pese a que el uso excesivo de esta medicación para la sintomatología es una de las principales causas de la cronificación de la enfermedad.

## Avances en el tratamiento

En los últimos años se han producido importantes avances en el conocimiento de la fisiopatología de la migraña, con fármacos que se administran mediante una inyección subcutánea o intravenosa y que cuentan con una periodicidad mensual o trimestral. Si bien la migraña no tiene cura, los expertos recuerdan que con un correcto tratamiento y seguimiento de la enfermedad la gran mayoría de los pacientes pueden lograr importantes mejorías en su calidad de vida.





## Salud

Día Internacional de Acción Contra la Migraña

### Isabel, paciente con migraña crónica: “Es un dolor de cabeza incapacitante que te obliga a parar la vida”

La migraña es la primera causa de discapacidad en menores de 50 años, no tiene cura, aunque existen tratamientos preventivos que reducen la intensidad del dolor de cabeza



Isabel, paciente con migraña crónica: “Es un dolor de cabeza incapacitante que te obliga a parar la vida” / CEDIDA



**Rafa Sardiña**

12 SEPT 2024 3:59

 Por qué confiar en El Periódico



Isabel Colomina es una de los **cinco millones de personas que padecen migraña en España**. Tuvo su primera crisis con tan solo 13 años, aunque no consiguió el diagnóstico, poner nombre y apellidos a los “terribles” dolores de cabeza que sufría varias veces al mes, hasta los 21 años.

PUBLICIDAD

Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), las primeras migrañas pueden aparecer en la infancia o en la **adolescencia**.

Noticias relacionadas

**La cefalea no es un “simple” dolor de cabeza: la razón para acudir al médico inmediatamente**

**El Nolotil, en el punto de mira: ¿es peligroso tomar el medicamento más vendido en España?**

**La cefalea en racimos en primera persona: “Es el dolor más fuerte que he sentido jamás”**

Su padre también sufría migrañas, aunque en ese momento lo bautizaron como “jaquecas”. Colomina, que es presidenta de la [Asociación Española de Migraña y Cefalea](#) (AEMICE), **estuvo ingresada hasta en ocho ocasiones** por los “fuertes dolores” que le provocaban las migrañas.



La migraña afecta a más de cinco millones de personas en España / FREEPIK

Se trata de una enfermedad neurológica con un perfil femenino: el 80% son mujeres, generalmente en edades comprendidas entre los 20 y los 40 años.

PUBLICIDAD

Aunque hay una creencia extendida de que la migraña disminuye o desaparece por completo con la llegada de la **menopausia**, no es así. Los síntomas de la migraña, en el caso de Isabel Colomina, empeoraron. “Los factores hormonales son clave en esta enfermedad, por eso muchas mujeres sufren más crisis durante el climaterio”.

**Ubrogapant: así es el fármaco que detiene las migrañas antes de que comience el dolor de cabeza**



## Las migrañas puede ser hereditarias

La migraña es una enfermedad neurológica que se caracteriza porque los pacientes presentan:

- Dolor de cabeza moderado-intenso
- Asociado a síntomas como náuseas, vómitos, sensibilidad a la luz, al sonido y dificultad para la concentración.

Y tiene un importante factor genético, por lo que se ha comprobado que existe un componente hereditario.

PUBLICIDAD

Estudios científicos han identificado **variantes genéticas** que explican que en una misma familia haya varios miembros que padecen migraña. Algunas familias son propensas a sufrirlas, aunque también hay otros factores que pueden dar lugar a una crisis.

Se ha descubierto que el estrés, la ansiedad y la depresión juegan un papel protagonista en este dolor de cabeza. **Dormir mucho, o poco, también pueden desencadenar crisis de migraña**, así como estar deshidratados, malos hábitos alimenticios, cambios estacionales, olores fuertes como el del perfume o la menstruación.

### Tipos de migraña

- Migraña episódica. El dolor aparece hasta 9 días al mes, por lo que se trata de crisis episódica poco frecuente. Entre 10 y 14 veces al mes, episódica muy frecuente.
- Migraña crónica. Cuando hay 15 o más días de crisis al mes.



El problema de las migrañas es el infradiagnóstico, lo que repercute en la cronificación / FREEPIK

### La primera causa de discapacidad en menores de 50 años

El infradiagnóstico de las migrañas es uno de los principales problemas de esta enfermedad. De hecho, el 75% de los pacientes con migraña tarda más de dos años en obtener un diagnóstico, lo que puede llevar a que muchos de ellos se **automediquen con analgésicos sin receta**. Y los expertos alertan: puede actuar como desencadenante de la cronificación de la migraña.

La presidenta de la Asociación Española de Migraña y Cefalea explica a este diario que el propio paciente suele ser una de

las causas del retraso en el diagnóstico. “Cuando el dolor de cabeza es muy intenso y no es habitual, es un motivo de peso para acudir al médico para **conseguir un diagnóstico y un tratamiento eficaz**”.

Y en eso coincide el **doctor Pablo Irimia**, Coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología. “Es necesario que tanto médicos como pacientes se conciencien sobre la importancia de buscar y obtener ayuda médica para tratar de reducir las tasas de infradiagnóstico y de infratratamiento de la migraña en nuestro país”.

**Gepantes y Ditanes: así son los revolucionarios medicamentos para prevenir y tratar la migraña**



Es la sexta enfermedad más prevalente en el mundo y la primera causa de discapacidad en menores de 50 años. Y los datos de la SEN evidencian que en España, **más del 50% de las personas con migraña presentan un grado de discapacidad grave o muy grave**.

Hasta un 25% de los pacientes que sufren migraña nunca ha consultado por su enfermedad al médico y un 50% abandona el seguimiento tras las primeras consultas.

“Las crisis de migrañas nos obligan a pausar nuestra vida. No puedes hacer absolutamente nada más que meterte en una habitación en oscuras, sin que nadie te hable y sin un solo ruido. Es un dolor de cabeza completamente incapacitante”, nos cuenta Isabel Colomina.

### **El 70% de las personas con migraña tienen que poner en pausa su actividad diaria cuando sufren una crisis**

Según una encuesta elaborada por la Asociación Española de Migraña y Cefalea (AEMICE), el 70% de las personas que padecen migraña asegura que siempre, o casi siempre, tienen que parar su actividad diaria cuando sufren un ataque. Una situación que, tal y como se evidencia en la encuesta en la que se han entrevistado a poco más de 1.100 pacientes con una edad media de 49 años, impacta de manera muy importante en la vida diaria de los afectados. Y es que, de media estas personas suelen padecer una crisis durante 401 horas al mes, lo que supone unos 13 días perdidos, un hecho que cobra aún más importancia si se tiene en cuenta que el 70% de los encuestados estaba trabajando.

El trabajo llevado a cabo por AEMICE evidencia el impacto social, personal, familiar y laboral de la enfermedad, ya que el 92% de los encuestados ha tenido que anular planes con amigos; el 42% no ha podido atender a sus hijos de la manera que hubiera deseado; el 56% ha anulado un viaje previsto o alterado el plan; el 78% no ha podido practicar un deporte; el 68% no ha podido asistir a eventos culturales o deportivos; el 26% no ha acudido a exámenes; el 48% no ha asistido a reuniones importantes de trabajo; y el 55% no ha acudido a un evento familiar importante como, por ejemplo, una graduación o cuidar de un padre hospitalizado

Los síntomas de la migraña ejercen un gran impacto en el funcionamiento diario de las personas que la padecen, tanto en aspectos físicos, emocionales y sociales, como con la familia, el trabajo y las relaciones sociales. También es una enfermedad con frecuentes comorbilidades entre las que destacan la ansiedad, depresión, dolor crónico.

Y es que, existe una estrecha relación entre las migrañas y la salud mental. “Acompañado del dolor físico, el emocional por la incompreensión porque mucha gente cree, por ignorancia, que nos inventamos los síntomas para escaquearnos de nuestras obligaciones”.

### **No existe cura para la migraña**

La migraña es una enfermedad crónica. No existe un tratamiento curativo, pero sí se disponen de diferentes medicamentos para que se convierta en una enfermedad “manejable”. En episodios de dolor agudo, el especialista puede recetar tratamiento analgésico o antiinflamatorios no esteroideos (AINES).

Para prevenir la aparición y reducir la intensidad del dolor que provocan las migrañas, se debe seguir un tratamiento

preventivo, como betabloqueantes, para el dolor de cabeza provocado por la **hipertensión o el embarazo**, o bótox para la migraña crónica.

Los fármacos son claves para disminuir la frecuencia y la severidad del dolor. Colomina tiene la migraña bajo control por su tratamiento preventivo. "En los últimos tres meses he tenido cinco crisis de **migrañas**, lo que es muy poco en comparación con las que he sufrido".

"Dependiendo de la gravedad de los síntomas, la frecuencia de los ataques y de otros factores, el tratamiento de la migraña deberá ser individualizado y ajustado y/o modificado a lo largo de la evolución de la enfermedad, con el objetivo último de tratar de controlar los síntomas y reducir la discapacidad asociada", concluye el doctor Irimia.

Te puede interesar

#### 4 MILLONES DE ESPAÑOLES SUFREN MIGRAÑA

Llega a España el primer medicamento para prevenir y tratar las crisis de migraña

#### NEUROLOGÍA

¿Dónde te duele la cabeza? El neurólogo nos descubre la causa más probable según la localización

#### NEUROLOGÍA

Neuralgia del trigémino: síntomas y tratamiento del incapacitante dolor que afecta a miles de españoles



El primer paso para mejorar la calidad de vida de cualquier persona con esta enfermedad es recurrir a los profesionales sanitarios.

TEMAS

MUJERES

Comenta esta noticia

PUBLICIDAD

Q   [X](#)



# Farmacéuticos

Consejo General de Colegios Farmacéuticos

- [Farmacia Internacional](#)
- [Ventanilla única](#)
- [Acceso](#)
- [Crear cuenta](#)

Q

- [Crear cuenta](#)
- [Acceso](#)
- [Inicio](#)
- [Noticias](#)
- [Farmacéuticos comunitarios ponen en marcha una ...](#)

Noticias

## Farmacéuticos comunitarios ponen en marcha una campaña sanitaria de sensibilización sobre la migraña

- [X](#)
- [f](#)
- [in](#)

11 SEPTIEMBRE 2024 Consejo General de Colegios Farmacéuticos

Tiempo de lectura 2 minutos

[Imprimir](#)

El Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos ha presentado hoy la campaña sanitaria “La Migraña y la Farmacia Comunitaria”, dirigida a farmacéuticos comunitarios y población general

4,5 millones de españoles sufren migraña ocasional y cerca 1 millón crónica; un 40 % de pacientes nunca acude a consulta médica y un 70 % de los que están tratamiento lo abandonan de forma precoz

Los materiales dirigidos a farmacéuticos y pacientes se han elaborado con la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (Semergen), el grupo de estudio de las cefaleas de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y la Asociación Española de Pacientes de Migraña y Cefalea (AEMICE)

Las  eas representan uno de los motivos de consulta más habitual en Atención Primaria, tanto en los centros de salud como en las farmacias comunitarias. En el caso de la migraña, afecta en España a 4,5

millones de personas de forma ocasional y cerca 1 millón de forma crónica.

Los estudios reflejan que un 40 % de pacientes nunca acuden a consulta médica y un 70% de los que están en tratamiento lo abandonan de forma precoz, hechos que dificultan el éxito de los tratamientos y, por tanto, empeoran la calidad de vida de los pacientes.



**CAMPAÑA**

# La migraña y el papel del farmacéutico comunitario

Con la colaboración de:

**Lilly** | **ORGANON** | **Pfizer** | **teva**

**Farmacéuticos**  
Consejo General de Colegios Farmacéuticos de España

Para hacer frente a este reto asistencial el Consejo General de Colegios Farmacéuticos, en colaboración con los laboratorios Teva, Pfizer y Lilly/Organon, ha presentado la campaña sanitaria “La Migraña y la Farmacia Comunitaria”, dirigida a farmacéuticos comunitarios y población general.

Una iniciativa cuyo objetivo es aprovechar la cercanía y accesibilidad del farmacéutico comunitario para dar visibilidad a la migraña y reducir el estigma asociado a la enfermedad, una de las más prevalentes en España.

Con este fin, los farmacéuticos actualizarán conocimientos sobre los tipos de cefaleas, tratamientos disponibles, medidas no farmacológicas preventivas, así como los síntomas a identificar para derivar al médico o evitar la cefalea por uso excesivo de analgésicos.

El farmacéutico comunitario tiene un rol esencial con los pacientes que acuden solicitando un tratamiento que tienen prescrito para la migraña en el Servicio de Dispensación o con las personas que necesitan ayuda para aliviar la cefalea a través del Servicio de Indicación Farmacéutica con la educación en medidas no farmacológicas y la información personalizada de los medicamentos.

## Materiales

La campaña tiene una primera acción formativa centrada en los farmacéuticos comunitarios que actualizarán sus conocimientos con una guía de actuación con tres grandes bloques.

El primero de ellos, a modo de introducción, recopila los aspectos generales de la enfermedad, su prevalencia, la etiopatogenia o factores de riesgo. El segundo apartado repasa el manejo de la enfermedad, su diagnóstico y tratamiento; y el último está dedicado a la labor del farmacéutico como informador y

educador en el uso correcto, seguro y efectivo de los medicamentos.

Esta guía ha sido elaborada por el Consejo General de Colegios Farmacéuticos en colaboración con la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (Semergen) y la Sociedad Española de Neurología (SEN), a través de su grupo de estudios de cefaleas.

La formación de los farmacéuticos se reforzará con tres webinars que profundizarán en aspectos como las diferencias entre cefalea y migraña; la cefalea por uso excesivo de fármacos o las necesidades de la persona con cefalea y el rol del farmacéutico comunitario.

Para la población en general, se ha elaborado la infografía “¿Qué debo saber sobre la migraña?” con la colaboración de Semergen, SEN y la Asociación Española de Pacientes de Migraña y Cefalea (AEMICE). Esta infografía recoge de manera divulgativa las diferencias entre dolor de cabeza y migrañas, consejos para reducir la intensidad y repetición de las crisis de migraña, así como síntomas con los que se debe acudir al médico.

- [Puedes encontrar los materiales disponibles de la campaña en:](#) 

- [Farmacia Asistencial](#)
- [El Consejo](#)
- [Noticias del Consejo](#)
- [Tu Farmacéutico Informa](#)

- 
- 
- 

## Noticias relacionadas

- [1 DIC 2023](#)  
[Mi Farmacia Asistencial supera el millón de dispensaciones Consejo General de Colegios Farmacéuticos](#)
- [3 NOV 2023](#)  
[Ana Gasco y Pablo Serrano, ganadores de los 12º Premio Foro AF-FC Consejo General de Colegios Farmacéuticos](#)
- [5 SEP 2024](#)  
[La farmacia española, un ejemplo para reducir las inequidades en salud Consejo General de Colegios Farmacéuticos](#)
- [Farmacia Internacional](#)
- [Ayuda farmaceuticos.com](#)
- [Ventanilla Única](#)
- [Contacto](#)

- 
- 
- 
- 
- 





TU HERALDO Consulta aquí la portada de HERALDO de este jueves, 12 de septiembre de 2024

HERALDO SALUDABLE



Consultorio médico Consulta a tu médico

# La migraña se diagnostica muy tarde y cronificada es la principal causa de discapacidad

Más de 5 millones de personas sufren esta enfermedad en España.

[Aragón destinará 3,6 millones a la compra de 80.000 dosis de vacunas contra la neumonía](#)

EFE NOTICIA / ACTUALIZADA 12/9/2024 A LAS 08:37



Imagen de archivo de una mujer con migraña. EP

**Más de 5 millones de personas sufren migraña en España**, de los cuales solo la mitad ha recibido un diagnóstico, mientras que 1,5 millones la padecen de forma crónica y deriva en que sea la primera causa de discapacidad entre adultos menores de 50 años, principalmente mujeres.

**Hoy se celebra el Día Internacional de Acción contra la Migraña**, una enfermedad sin cura -pero con avances en tratamientos- que en España se diagnostica con hasta 6 años de retraso y que en el mundo afecta a 1.100 millones de personas, es decir a 1 de cada 7, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Pero no solo la SEN, los médicos de Atención Primaria estiman que **4,5 millones de españoles la sufren de forma ocasional y cerca 1 millón de forma crónica**, pero un 40 % de pacientes nunca acude a consulta médica y un 70 % de los que están tratamiento lo abandonan de forma precoz.



**Afecta al 18 % de las mujeres y al 9% de los hombres** -9% de las niñas frente al 5% de los niños- y en su forma crónica también afecta mayoritariamente a mujeres: el 6 % frente a algo menos del 3% de los hombres.

Se considera padecer la enfermedad de forma crónica cuando la cefalea que produce la migraña se padece **más de 15 días al mes** y en los peores casos más del 50% de las personas que la sufren presentan un grado de **discapacidad grave o muy grave**. Aparece más en niveles socioeconómicos desfavorecidos

La alta relación entre el estrés -relacionado con condiciones laborales, económicas y sociales- y el desarrollo de migrañas y otras cefaleas ha hecho que en las últimas décadas su prevalencia sea mayor entre las personas más desfavorecidas.

Según la SEN, son muchos los estudios que afirman que la migraña crónica -la más invalidante- es más frecuente en personas que viven en **entornos con un nivel socioeconómico más bajo**.

Estrés, obesidad, estilos de vida o falta de sueño, también influyen en la discapacidad que provoca la migraña.

#### TE PUEDE INTERESAR



Aragón destina 2,8 millones al tratamiento de adicciones en unidades especializadas



Los cánceres sanguíneos, el quinto tumor más frecuente en España

**“La migraña es una cefalea primaria frecuente, severa e incapacitante** que reduce significativamente la calidad de vida de los pacientes, aumenta el riesgo de padecer otras muchas enfermedades como ictus, infarto de miocardio, ansiedad, depresión, o insomnio y tiene un enorme impacto económico en la sociedad por el absentismo y la pérdida de productividad que genera”, ha explicado Pablo Irimia, coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología.

También existen **migrañas de tipo ocular**, un tipo de cefalea que, por lo general, se localiza en un lado de la cabeza o alrededor del ojo, y que aparecen por hábitos como una incorrecta higiene del sueño, el consumo excesivo de cafeína, estrés muy intenso o esfuerzos de visión cercana.

#### ETIQUETAS

Salud

España

Discapacidad

Menores



EL MEDIO DE LA FARMACIA COMUNITARIA  
Farmacia comunitaria

## Las farmacias comunitarias protagonizan una campaña para concienciar sobre las migrañas

La campaña lanzada por el CGCOF en combinación con Teva, Pfizer y Lilly/Organon está destinada a que los farmacéuticos amplíen sus conocimientos sobre los tipos de cefaleas que existen, los tratamientos disponibles y las medidas no farmacológicas preventivas. A su vez, también va destinado a la población general para desestigmatizar la migraña.



**CAMPAÑA**  
**La migraña y el papel del farmacéutico comunitario**

Con la colaboración de:

Lilly | ORGANON | Pfizer | teva

**Farmacéuticos**  
Consejo General de Colegios Farmacéuticos de España



12/09/2024

Las cefaleas representan uno de los motivos de consulta más habitual en Atención Primaria, tanto en los centros de salud como en las farmacias comunitarias. En el caso de la migraña, afecta en España a 4,5 millones de personas de forma ocasional y cerca 1 millón de forma crónica. Los estudios reflejan que un 40 % de pacientes nunca acuden a consulta médica y un 70 % de los que están tratando lo abandonan de forma precoz, hechos que dificultan el éxito de los tratamientos y, por tanto, empeoran la calidad de vida de los pacientes.

Para hacer frente a este reto asistencial el Consejo General de Colegios Farmacéuticos, en colaboración con los laboratorios Teva, Pfizer y Lilly/Organon, ha presentado la campaña sanitaria 'La Migraña y la Farmacia Comunitaria', dirigida a farmacéuticos comunitarios y población general. Una iniciativa cuyo objetivo es aprovechar la cercanía y accesibilidad del farmacéutico comunitario para dar visibilidad a la migraña y reducir el estigma asociado a la enfermedad, una de las más prevalentes en España. Con este fin, **los farmacéuticos actualizarán conocimientos sobre los tipos de cefaleas, tratamientos disponibles, medidas no farmacológicas preventivas, así como los síntomas a identificar para derivar al médico o evitar la cefalea por uso excesivo de analgésicos.**

El farmacéutico comunitario tiene un rol esencial con los pacientes que acuden solicitando un tratamiento que tienen prescrito para la migraña en el Servicio de Dispensación o con las personas que necesitan ayuda para aliviar la cefalea a través del Servicio de Indicación Farmacéutica con la educación en medidas no farmacológicas y la información personalizada de los medicamentos.

### Materiales

La campaña tiene una primera acción formativa centrada en los farmacéuticos comunitarios que actualizarán sus conocimientos con una guía de actuación con tres grandes bloques. El primero de ellos, a modo de introducción, recopila los aspectos generales de la enfermedad, su prevalencia, la etiopatogenia o factores de riesgo. El segundo apartado repasa el manejo de la enfermedad, su diagnóstico y tratamiento; y el último está dedicado a la labor del farmacéutico como informador y educador en el uso correcto, seguro y efectivo de los medicamentos.

Esta guía ha sido elaborada por el Consejo General de Colegios Farmacéuticos en colaboración con la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (Semergen) y la Sociedad Española de Neurología (SEN), a través de su grupo de estudios de cefaleas. La formación de los farmacéuticos se reforzará con tres webinars que profundizarán en aspectos como las diferencias entre cefalea y migraña, la cefalea por uso excesivo de fármacos o las necesidades de la persona con cefalea y el rol del farmacéutico comunitario.

Para la población en general, se ha elaborado la infografía '¿Qué debo saber sobre la migraña?' con la colaboración de Semergen, SEN y la Asociación Española de Pacientes de Migraña y Cefalea (AEMICE). Esta infografía recoge de manera divulgativa las diferencias entre dolor de cabeza y migrañas, consejos para reducir la intensidad y repetición de las crisis de migraña, así como síntomas con los que se debe acudir al médico.

Puedes encontrar los materiales disponibles de la campaña en:

<https://www.farmacéuticos.com/farmacéuticos/farmacia/campanas/migraña-farmacéutico-comunitario/>

#campana #cgcof #teva #pfizer #lillyorganon #migraña #cefalea #desestigmatización #formación

Autor: IM Farmacias



[infobae.com](https://www.infobae.com)

# Hernando Pérez, médico: "Las enfermedades neurológicas son una auténtica pandemia"

*Newsroom Infobae*

4-5 minutos

---

María Alonso

Málaga, 12 sep (EFE).- El director del Centro de Neurología Avanzada de Málaga, Hernando Pérez, advierte de que las enfermedades neurológicas "son una auténtica pandemia" y que la previsión es que los casos se disparen en los próximos años.

En el caso del alzhéimer, señala en una entrevista con EFE, el pronóstico es que se pase de los 700.000 afectados que hay actualmente en España a unos dos millones en 2050.

"Nosotros lo catalogamos como una auténtica pandemia. Desde hace años venimos asistiendo a que los casos se están disparando en todo el mundo y en España enfermedades como el párkinson ya se han duplicado en los últimos 25 años", apunta el también excoordinador de la Sociedad Española de Neurología.

La incidencia del ictus, que causa la muerte de seis millones de personas al año en el mundo y afecta a unas 1.500 personas por cada millón de habitantes en España, también se incrementará. Como detalla Pérez, en nuestro país se prevé que se incremente un 35 % hasta 2035.



PACIENTES

## El 70% de las personas que sufren una crisis de migraña se ven obligados a paralizar su actividad diaria

La Asociación Española de Migraña y Cefalea (Aemice) lanza la campaña de concienciación Vidas en pausa por la migraña, con motivo del Día Internacional de la Acción contra la Migraña, que se celebra este 12 de septiembre

11 de septiembre de 2024



### Redacción

El 70% de las personas que sufren una crisis de migraña siempre, tienen que paralizar su actividad diaria. Lo muestran los datos de un estudio que revela que una edad media de **49 años** que na sido elaborada por la [Asociación Española](#)

Soy el asistente virtual de iSanidad, puedes escribirme haciendo click en este mensaje



de Migraña y Cefalea (**Aemice**). Esta iniciativa se desarrolla con motivo de la campaña **Vidas en pausa por la migraña** puesta en marcha por la entidad con la colaboración Abbvie, Dr. Reddy's, Grünenthal, Lilly-Organon, Lundbeck, Pfizer y Teva, por el **Día Internacional de la Acción contra la enfermedad**, que se celebra este 12 de septiembre.

“Queremos concienciar al conjunto de la sociedad sobre el **impacto que tiene esta enfermedad neurológica** en la vida de quienes la sufrimos”, subraya **Isabel Colomina**, presidenta de Aemice. “Cuando tienes un ataque de migraña, la **intensidad del dolor y los síntomas** que acompañan te obligan a recluirte en una **habitación a oscuras sin ruidos** esperando que el tratamiento haga efecto. No tiene contemplaciones, **cuando aparece, pones en pausa tu vida**, por muy importante que sea lo que estabas haciendo. Que la sociedad comprenda esto es clave para acabar con la banalización de la enfermedad”, enfatiza.

*Las personas con migraña pierden de promedio más de 13 días al mes, con 31 horas de duración de las crisis y más de 400 horas mensuales perdidas por esta causa*

Se calcula que esta enfermedad neurológica afecta en España a **cinco millones** de personas, y **8 de cada 10 casos son mujeres**. Se caracteriza por episodios de dolor que pueden durar hasta tres días y que suelen ir acompañados de otros síntomas como, por ejemplo, hipersensibilidad a la luz, al ruido, a los olores, náuseas o aura, entre otros muchos. Casi **1,5 millones de personas** con migraña sufren más de 15 días de migraña al mes (**migraña crónica**). La encuesta evidencia el elevado impacto de la migraña en la vida diaria de los afectados. De media, estas personas suelen padecer una **crisis durante 401 horas al mes**, lo que supone unos **13 días perdidos**, un hecho que cobra aún más importancia si se tiene en cuenta que el 70% de los encuestados estaba trabajando.

## Impacto en todas las esferas de la vida

El trabajo llevado a cabo por Aemice refleja cómo esta enfermedad afecta al **plano social, personal y familiar**. En concreto, el 92% de los encuestados ha tenido que anular planes de ocio con sus hijos de la manera que hubiera alterado el plan; el 78% no ha podido asistir a eventos culturales y el 48% no ha asistido a reuniones familiares importantes. Un padre hospitalizado.

Soy el asistente virtual de iSanidad, puedes escribirme haciendo click en este mensaje



## El 42% reconoce que no ha podido atender a sus hijos como desearía a consecuencia de los ataques de migraña

“Es una enfermedad altamente discapacitante. De hecho, es la **primera causa de discapacidad en las mujeres menores de 50 años**, pero a pesar de ello a día de hoy todavía existe una **alta incomprensión social** sobre su impacto. Afecta a todas las esferas de la vida y, por lo tanto, va a limitar a estas personas en su crecimiento personal, profesional y familiar. Además, es algo muy triste ver como muchas mujeres que padecen migraña incluso se plantean o no la maternidad por padecer esta patología”, asegura el **Dr. Jesús Porta**, neurólogo y presidente de la Sociedad Española de Neurología (**SEN**).

### Jornada conmemorativa del Día Internacional de Acción contra la Migraña

Aemice celebrar este 12 de septiembre en Madrid la Jornada conmemorativa del **Día Internacional de Acción contra la Migraña**, en la que se presentará el vídeo documental de la campaña **Vidas en pausa**, con testimonios de cuatro pacientes, y en la que se van a analizar las últimas novedades en el abordaje de la migraña. Además, se va a celebrar una **mesa debate** en la que profesionales sanitarios, representantes de los principales partidos políticos y pacientes hablarán sobre la importancia que tiene **alinear las políticas sanitarias a las necesidades reales** de los pacientes.

Todos ellos, analizarán el presente y futuro del abordaje de la enfermedad, las principales **líneas de investigación** que hay en marcha, así como las claves que hay que tener para lograr la excelencia en el manejo de la patología. El Dr. Porta subraya que resulta clave el desarrollo de **campañas de concienciación**, así como de que los **propios pacientes no oculten la enfermedad**, sino que, al contrario, expresen abiertamente que la padecen con el fin de que entre todos se logre cambiar la percepción de la patología y el estigma de género que la rodea.

### Noticias complementarias



El tra  
episo

Soy el asistente virtual de iSanidad,  
puedes escribirme haciendo click  
en este mensaje

X s





Madrid (EFE).- El presidente del Gobierno, Pedro Sánchez, junto al ministro de Transportes y Movilidad Sostenible, Óscar Puente, presentan este jueves la campaña ‘Transporte público, ¿lo pillas?’.

Se trata de una nueva campaña para promover el uso del transporte público en España.

### CASO KOLDO

El juez del caso Koldo prosigue con los interrogatorios

Madrid (EFE).- El juez de la Audiencia Nacional que investiga presuntas contrataciones irregulares en el marco del caso Koldo prosigue este jueves con los interrogatorios.

En este caso el juez interrogará al consejero delegado (CEO) de Globalia Javier Hidalgo, en calidad de testigo.

### ESPAÑA INFLACIÓN

El INE publica el IPC correspondiente al mes de agosto

Madrid (EFE).- El Instituto Nacional de Estadística (INE) publica este jueves el índice de precios de consumo (IPC) correspondiente al mes de agosto.

El INE ya adelantó que la inflación se moderó el mes pasado al 2,2 por ciento interanual, seis décimas por debajo de la tasa registrada en julio.

### DÍA MIGRAÑA

La migraña se diagnostica muy tarde y cronificada es la principal causa de discapacidad

Madrid (EFE).- Más de 5 millones de personas sufren migraña en España, de los cuales solo la mitad ha recibido un diagnóstico, mientras que 1,5 millones la padecen de forma crónica y deriva en que sea la primera causa de discapacidad entre adultos menores de 50 años, principalmente mujeres.

LA VANGUARDIA

Disfruta de toda  
La Vanguardia por

24€ /año

Antes 99,90€

Suscribirme

MALDITA CIENCIA

# Maldito dolor de cabeza: qué son las cefaleas, qué tipos existen y cuándo acudir a un especialista

Publicado 17 may. 2022 7:14:00

Actualizado 12 sept. 2024 8:52:00

Comparte



Casi la mitad de los adultos han sufrido por lo menos **una cefalea en el último año**, según la [Organización Mundial de la Salud](#) (OMS). El dolor de cabeza es uno de los trastornos más comunes del sistema nervioso y, en algunas ocasiones, puede resultar incapacitante. Os explicamos por qué se produce, qué tipos de cefaleas existen y en qué casos es aconsejable acudir a un especialista.

## ¿Por qué nos duele la cabeza?

Que te duela la cabeza **no significa que te duela el cerebro** (que carece de receptores del dolor), según subraya a *Maldita.es* Jose Ángel Morales García, doctor en neurobiología y maldito que nos ha prestado sus superpoderes.

Pero entonces, ¿por qué se producen las cefaleas? El experto explica que el tejido nervioso central está rodeado de varias capas protectoras de tejido óseo y tejido conjuntivo, y su interior está recorrido por **una gran red de vasos sanguíneos**. “Todos estos componentes sí son capaces de sentir dolor”, afirma.

Las causas que activan los receptores del dolor de estas estructuras son infinitas y variopintas: “Desde **una intoxicación alcohólica** porque te has pasado con las cañas del domingo hasta problemas muy graves como **hipertensión o tumores cerebrales**, pasando por **problemas de ansiedad, nerviosismo...**”, señala el experto.

## Las cefaleas pueden clasificarse en primarias o secundarias

Existen **más de 200 tipos de dolores de cabeza**, tal y como señala a *Maldita.es* Pablo Irimia, Coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la [Sociedad Española de Neurología](#), y recoge la [Clasificación Internacional de las Cefaleas](#).

Las cefaleas se clasifican en dos grupos, según sus causas: **primarias y secundarias**. Amaia Ochoa de Amezaga, experta en neurociencias y maldita que nos ha prestado sus superpoderes, explica a *Maldita.es* que en el primer caso, “no existe una causa estructural o metabólica que explique la sintomatología”. En el segundo, “el dolor es un síntoma de otra patología subyacente”.

“Los dolores de cabeza son increíblemente heterogéneos, abarcando **un espectro de dolor inmensamente variado**, lo que ha provocado que muchas veces sea **muy difícil hacer un buen diagnóstico** de las razones por las que ocurren”, asegura.

## La migraña y la cefalea tensional son los dolores de cabeza más comunes

Los dos tipos de dolor de cabeza más frecuentes, según Irimia, son **la migraña y la cefalea tensional**. “La migraña afecta al 12% de la población general, es la primera causa de discapacidad entre los 16 y 50 años y afecta con mucha más frecuencia a mujeres”, señala el experto.

Esta cefalea primaria “suele caracterizarse por un dolor **en un lado de la cabeza** (hemicraneal) que los pacientes describen como una pulsación o latido y que puede acompañarse de náuseas, vómitos y sensibilidad aumentada a la luz y el ruido”. Además, puede empeorar después de realizar ciertas actividades físicas.

Una investigación publicada en la revista científica [The Lancet Neurology](#) indica que la migraña es **una causa importante de discapacidad** en todo el mundo. Tal y como señala la OMS, este tipo de cefalea a menudo dura toda la vida y se caracteriza por episodios recurrentes.

**La cefalea tensional** es el dolor de cabeza más frecuente, según un [artículo publicado en British Medical Journal](#) (BMJ). Pero, en este caso, Irimia subraya que **el dolor es más leve** y no se acompaña de vómitos y empeora con la actividad física. “Mientras que los pacientes con migraña suelen tener una gran incapacidad durante los episodios, en la cefalea tensional el dolor es generalmente más leve y menos incapacitante. Eso sí, cuándo es muy persistente provoca importantes limitaciones”, afirma.

El paciente a menudo describe esta cefalea como **una especie de banda de presión alrededor de la cabeza**, según la OMS. El organismo sostiene que este dolor puede guardar relación con el estrés o con problemas osteomusculares del cuello.

## Algunos tipos de dolor de cabeza también afectan a la cara

Aparte de las migrañas y de la cefalea tensional, existen muchos otros tipos de dolor de cabeza. Almudena Layos-Romero, neuróloga especialista en cefaleas del Hospital General Universitario de Albacete, menciona, por ejemplo, [la cefalea en racimos](#).

“Se caracteriza por **varios episodios al día de dolor intenso**, normalmente en el mismo lado de la cabeza, y se acompaña de síntomas como ojo rojo, lagrimeo o caída del párpado”, afirma a *Maldita.es*. Un estudio publicado en [BMJ](#) indica que la cefalea en racimo es un dolor de cabeza insoportablemente doloroso, que supone una carga excepcional para las personas afectadas.

Layos-Romero también hace referencia a un tipo de dolor facial muy intenso denominado [neuralgia del trigémino](#): “En este caso, el tipo de dolor es distinto, más quemante, en forma de calambres breves pero muy intensos y sostenidos en el tiempo, que impiden mover correctamente la boca para comer o hablar”. El riesgo de padecer esta cefalea “aumenta con la edad, pero puede aparecer en jóvenes y se puede asociar a enfermedades neurológicas como [la esclerosis múltiple](#)”.

## ¿Podemos identificar qué nos ocurre dependiendo de qué

## zona de la cabeza nos duele?

La localización del dolor es **una de las preguntas clave** que se le hace a los pacientes con cefalea, según Irimia. Mientras que la migraña suele afectar a un lado de la cabeza, “en la cefalea tensional el dolor suele ser generalizado (como cuando un casco que oprime la cabeza)”.

Algunos tipos de cefalea afectan a otras zonas concretas de la cabeza. El neurólogo pone como ejemplo la [cefalea numular](#), en la que el paciente suele describir un dolor muy localizado y con forma circular [en la zona parietal](#), o la [cefalea punzante](#), que también provoca dolor en puntos concretos de la cabeza, de localización cambiante.

## Cuándo es recomendable acudir a un especialista

Aunque, en la mayoría de los casos, el dolor de cabeza no representa gravedad y es transitorio y tratable con analgésicos, en ocasiones funciona como una advertencia, según Ochoa: “Puede ser **un indicio de que algo no funciona correctamente** y ayudar al médico que los trate a ponerte en la pista de otra enfermedad más grave”.

¿Cuándo sería recomendable **acudir a un especialista**? La experta en neurociencias cita algunos consejos de la [Escuela de Medicina de la Universidad de Harvard](#): si se produce un cambio importante en el patrón del dolor, si este incrementa al toser o moverse, si empeora de manera sostenida e impide realizar algunas actividades diarias, si aparece después de un golpe o si está acompañado de fiebre, confusión o rigidez en el cuello.

*En este artículo han colaborado con sus superpoderes los malditos Amaia Ochoa de Amezaga y Jose Ángel Morales García. Si tienes conocimientos y quieres formar parte de este equipo para ayudarnos a parar los bulos, escríbenos a [comunidad@maldita.es](mailto:comunidad@maldita.es).*

*Gracias a vuestros superpoderes, conocimientos y experiencia podemos luchar más y mejor contra la mentira. La comunidad de Maldita.es sois imprescindibles para parar la desinformación. Ayúdanos en esta batalla: [mándanos los bulos que te lleguen a nuestro servicio de Whatsapp](#), [préstanos tus superpoderes](#), difunde nuestros desmentidos y [hazte Embajador](#).*

**“Menos bulos, más rigor científico” es un proyecto de [DKV Salud](#) con contenido editorial de Maldita.es.**



CIENCIA Y SALUD

LÍDERES Y EMPRENEDORES

# Cuando la migraña impide s el día a día



Publicado 2 horas el 12/09/2024  
Por



**f** En el **Día Internacional de Acción contra la Migraña**, 12 de septiembre, médi  
pacientes tratan de dar visibilidad a esta enfermedad que afecta a más de 1.100





f (<https://www.facebook.com/navarracom>) X ([https://twitter.com/navarra\\_com](https://twitter.com/navarra_com))

**Navarra.com** (/)

LA INFORMACIÓN NOTIENE PRECIO

JUEVES, 12 DE SEPTIEMBRE DE 2024 ACTUALIZADO 10:12

okdiario

(<https://okdiario.com/>)

SOCIEDAD

## La Universidad de Navarra revoluciona el tratamiento de la migraña con nuevos fármacos asombrosos

Los nuevos medicamentos preventivos que bloquean una molécula clave están mostrando resultados impresionantes.



El Dr. Pablo Irimia, coordinador del Grupo de cefaleas de la Sociedad Española de Neurología, en su consulta de la Clínica Universidad de Navarra. CLÍNICA UNIVERSIDAD DE NAVARRA

REDACCIÓN (/AUTHOR/REDACCION/)

12 SEPTIEMBRE, 2024 - 9:48 | ACTUALIZADO: 12 SEPTIEMBRE, 2024 - 9:49

f ([HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/SHARER/SHARER.PHP?U=HTTPS://NAVARRA.OKDIARIO.COM/](https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://navarra.okdiario.com/))

X ([HTTPS://TWITTER.COM/INTENT/TWEET?TEXT=LA+UNIVERSIDAD+DE+NAVARRA+REVC](https://twitter.com/intent/tweet?text=La+Universidad+de+Navarra+revolucionaria+el+tratamiento+de+la+migraña+con+nuevos+fármacos+asombrosos))

✉ ([MAILTO:?SUBJECT=LA%20UNIVERSIDAD%20DE%20NAVARRA%20REVOLUCIONA%20EL'](mailto:?subject=La%20Universidad%20de%20Navarra%20revolucionaria%20el%20tratamiento%20de%20la%20migraña%20con%20nuevos%20fármacos%20asombrosos))



🔖 SOCIEDAD (/TAGS/SOCIEDAD/) SALUD (/TAGS/SALUD/) CLÍNICA UNIVERSIDAD DE NAVARRA (/TAGS/CLINICA-UNIVERSIDAD-DE-NAVARRA/) MEDICINA (/TAGS/MEDICINA/) ENFERMEDADES (/TAGS/ENFERMEDADES/)

## NOTICIAS RELACIONADAS

(/ARTICULO/SOCIEDAD/INVESTIGADORES-NAVARROS-QUE-HAN-DESCUBIERTO-COMO-PREDECIR-SUFIRAS-CANCER-FUTURO/20240911145158560969.HTML?

UTM\_SOURCE=RELATED&UTM\_MEDIUM=LINK&UTM\_CAMPAIGN=RELATED)

LOS INVESTIGADORES NAVARROS QUE HAN DESCUBIERTO CÓMO PREDECIR SI SUFRIRÁS CÁNCER EN EL FUTURO (/ARTICULO/SOCIEDAD/INVESTIGADORES-NAVARROS-QUE-HAN-DESCUBIERTO-COMO-PREDECIR-SUFIRAS-CANCER-FUTURO/20240911145158560969.HTML?

UTM\_SOURCE=RELATED&UTM\_MEDIUM=LINK&UTM\_CAMPAIGN=RELATED)

La **migraña**, que afecta a más de 5 millones de personas en España, es **una de las principales causas de incapacidad**, (<https://navarra.okdiario.com/articulo/sociedad/enfermedad-migrana-salud-tratamiento/20190909122319287649.html>) según la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**. Ahora, **expertos de la Universidad de Navarra**, como el **Dr. Pablo Irimia**, han dado un **giro crucial en su tratamiento**.

Los **nuevos medicamentos preventivos** (<https://navarra.okdiario.com/articulo/sociedad/neurologia-hospital-universitario-experta-cefaleas-consejos-dolor-cabeza/20220909145553434509.html>) que bloquean una molécula clave están mostrando **resultados impresionantes**, con buena tolerancia y eficacia, según afirma el Dr. Irimia, quien coordina el **Grupo de cefaleas de la SEN**. Estos avances incluyen **anticuerpos monoclonales y gepantes**, que han llegado para mejorar la vida de quienes sufren esta enfermedad debilitante.

CIENTÍFICOS DE LA UNIVERSIDAD DE NAVARRA DESCUBREN CÓMO FUNCIONA UN TIPO DE CÁNCER SANGUÍNEO (/ARTICULO/SOCIEDAD/DESCUBREN-UNIVERSIDAD-NAVARRA/20240911112824560891.HTML)

Además, se destacan **nuevas terapias** que también **combaten los episodios de dolor con rapidez**, como los **ditantes**, que actúan sobre un **receptor del cerebro para reducir el sufrimiento**.

PUBLICIDAD

El Dr. Irimia también ha trabajado en una **guía que actualiza el tratamiento de la migraña** y busca **involucrar más a los pacientes** en su propio proceso de sanación.

---

LA CLÍNICA UNIVERSIDAD DE NAVARRA INCORPORA UNA NOVEDAD QUE MEJORA LOS TRATAMIENTOS CONTRA EL CÁNCER (/ARTICULO/SOCIEDAD/CCUN-INCORPORA-EQUIPO-EVALUAR-MEJOR-EFICACIA-TRATAMIENTOS-MIELOMA-MULTIPLE/20240905165538560296.HTML)

---

A pesar de los avances, **gran parte de los pacientes sigue sin ser diagnosticados correctamente**, un problema que debe resolverse, afirma el experto.

Por otro lado, el Dr. Irimia ha coordinado una **guía europea para diagnosticar mejor las cefaleas asociadas al Covid-19**, diferenciando entre un **empeoramiento de un dolor previo o un síntoma nuevo**.

# El retraso en el diagnóstico de la migraña es superior a los seis años en España

Por **Servimedia** - 11 septiembre, 2024

---

MADRID, 11 (SERVIMEDIA)

El retraso en el diagnóstico de la migraña es superior a los seis años en España en una enfermedad que afecta a más de cinco millones de españoles y a uno de cada siete personas en todo el mundo, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

Con motivo de la celebración el 12 de septiembre del Día Internacional de Acción contra la Migraña, la SEN recordó que esta enfermedad es la sexta más prevalente del mundo, ya que afecta a más de 1.100 millones de personas. Además, es la segunda causa de discapacidad y la primera en mujeres jóvenes.

En España, según datos de esta sociedad científica, más de cinco millones de personas tienen esta enfermedad y, además, más de 1,5 millones la padecen en su forma crónica, es decir, sufren dolor de cabeza más de 15 días al mes. La migraña es, también, la primera causa de discapacidad entre los adultos menores de 50 años y más del 50% de las personas que la padecen presentan un grado de discapacidad grave o muy grave.

**Leer más: En 2023, más de 63.000 mujeres embarazadas y madres recientes buscaron apoyo en Redmadre**

De hecho, explicó el coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la SEN, el doctor Pablo Irimia, "la migraña es una cefalea primaria frecuente, severa e incapacitante que reduce de forma significativa la calidad de vida de los pacientes, aumenta el riesgo de padecer otras muchas enfermedades -como ictus, infarto de miocardio, ansiedad, depresión, insomnio, etc.- y tiene un enorme impacto económico en la sociedad por el absentismo y la pérdida de productividad que genera".

SIN DIAGNÓSTICO

Sin embargo, añadió, " pese al enorme impacto que tiene esta enfermedad, en la SEN estimamos que más de un 40% de las personas que padecen migraña en España están aún sin diagnosticar y que cerca de un 25% de los pacientes con migraña no ha consultado nunca su enfermedad con un médico".



## Millones con IA

**Millonaria de Madrid: ¡La IA multiplica 100 euros 20 veces al día!**

Como consecuencia de esta falta de diagnóstico son muchos los pacientes los que o se automedican o no están accediendo a los tratamientos adecuados.

Más del 50% de las personas que padecen migraña se automedica con analgésicos sin receta a pesar de que tanto la automedicación como el uso excesivo de medicación para la sintomatología de la migraña son las principales causas de la cronificación de esta enfermedad.

**Leer más: [Inditex integrará a los directores de Bershka y de Stradivarius en su comité de Dirección](#)**

Cada año, cerca de un 3% de las personas con migraña pasan de tener una migraña episódica a una crónica, mientras que un 6% pasa de una migraña de baja frecuencia a otra de alta frecuencia.

## ENFERMEDAD CRÓNICA

A este respecto, el doctor Pablo Irimia destacó que "aunque la migraña es una enfermedad que no tiene cura, con un correcto tratamiento y seguimiento de la enfermedad, la gran mayoría de los pacientes pueden lograr importantes mejoras en su calidad de vida".

"Pero lo más importante es que, con un correcto diagnóstico y tratamiento precoz de la enfermedad podremos evitar que la enfermedad se cronifique, algo de especial relevancia ya que la migraña crónica produce hasta seis veces más discapacidad que la migraña episódica y los pacientes con migraña crónica suelen tener una peor respuesta ante los distintos tratamientos", agregó.

Por ello, remarcó el neurólogo, "la falta de un diagnóstico adecuado de los pacientes con migraña es el principal problema al que nos enfrentamos actualmente. Es necesario que tanto

médicos como pacientes se conciencien sobre la importancia de buscar y obtener ayuda médica para tratar de reducir las tasas de infradiagnóstico y de infratratamiento de la migraña en España”.

## **Leer más: En la mayoría de España se registrarán descensos en las temperaturas y habrá lluvias en algunas zonas del tercio norte y sur de la península**

De hecho, señaló, “todos debemos entender que la migraña es mucho más que un simple dolor de cabeza. Es una enfermedad que produce episodios recurrentes de dolor intenso, que es muy discapacitante y que además, es una enfermedad que puede ser de difícil manejo y que tiende a empeorar si no se trata adecuadamente. Por lo que en ningún momento se debe de banalizar esta enfermedad”.

Cada año, en España, unas 180.000 personas comienzan a desarrollar esta enfermedad. Además, esta patología es tres veces más frecuente en mujeres que en hombres. La SEN estima que afecta al 18% de las mujeres y al 9% de los hombres, así como al 9% de las niñas frente al 5% de los niños.

## Recibe NoticiasDe en tu mail

Tu Correo electrónico\*

Al darte de alta aceptas la [Política de Privacidad](#)

Suscríbete

- Te recomendamos -



### **Lo último para mejorar**

Olvídate de las pastillas y recupera con Vertica® la espontaneidad.



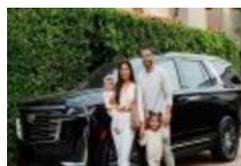
### **Tu hipoteca a tu manera**

Si tu vida cambia, ¿por qué no tu hipoteca? ¡Tráela a ING!



### **Millones con IA**

Millonaria de Madrid: ¡La IA multiplica 100 euros 20 veces al



### **Millones con IA**

Millonaria de Madrid: ¡La IA multiplica 200 euros 20 veces al día!



### **Cuenta NÓMINA**

Trae tus ingresos y podrás tener hasta 2 Cuentas NÓMINA más GRATIS.



### **Diseña tu cocina perfecta**

Introduce tu código postal y diseña tu nueva cocina con IKEA

# La importancia del acceso a un diagnóstico temprano y tratamientos adecuados para manejar la migraña ha sido destacada por una experta

Por **Redacción** - 11 septiembre, 2024

---



MADRID, 11 (EUROPA PRESS)

La experta en migraña del Servicio de Neurología del Hospital Universitario La Luz, la doctora Rebeca Fernández, ha resaltado la importancia del acceso a un diagnóstico temprano y tratamientos adecuados para manejar la migraña de manera efectiva.

En el marco del Día Internacional de Acción contra la Migraña, que se celebra el 12 de septiembre, Fernández ha explicado que existen dos tipos de tratamientos: los puntuales y los preventivos. Estos últimos sirven para reducir la frecuencia, gravedad y duración de los ataques.

“Cuando hemos probado varias líneas de analgésicos puntuales previos y estos han fallado disponemos de estos tratamientos preventivos sabiendo que hay que mantenerlos durante un

periodo, ya que tarda en verse su efectividad al mes o mes y medio y a veces hay que mantener el tratamiento hasta un año. Dentro de este grupo mencionamos especial hacemos a las nuevas líneas de tratamiento como los anticuerpos dirigidos frente al péptido relacionado con el gen de la calcitonina, primera categoría terapéutica relevante en la prevención de las migrañas”, ha informado.

**Leer más: Embraer convocará a empresas emergentes para mejorar la innovación y eficiencia en sus procesos de fabricación**

“Hay que entender que las cefaleas y en concreto la migraña no es una enfermedad que afecta solo a quien la padece sino al núcleo que rodea al paciente tanto personal como laboral”, ha agregado la especialista.

#### REVISANDO LA EPIDEMIOLOGÍA

Según la experta, la migraña es especialmente relevante en mujeres jóvenes y de mediana edad, y no se limita a países o grupos de elevada capacidad económica. En España, la padecen más de cuatro millones de personas, con una prevalencia del 12 por ciento, de la que el 80 por ciento son mujeres; de estos, un millón sufren la forma crónica y más de 3 millones la episódica y como destaca la Sociedad Española de Neurología, en torno a un 3 por ciento de los pacientes con episodios aislados evolucionan anualmente a una cefalea crónica.



#### Millones con IA

**Millonaria de Madrid: ¡La IA multiplica 100 euros 20 veces al día!**

Así, la neuróloga del Hospital Universitario la Luz indica que la cefalea, y en concreto la migraña, no afecta sólo a quien la padece, sino que tiene un marco de repercusión médico legal en relación a coste económico por su gran impacto en la sociedad, gastos derivados de absentismo laborales, disminución de la productividad, uso de recursos sanitario sobre todo de servicios de urgencias y dentro de esta morbilidad que provocan las cefaleas también podrían determinar limitaciones en la educación o en el desarrollo profesional como indican estudios realizados en población europea por determinar absentismo escolar.

**Leer más: En julio, la creación de empresas en Canarias disminuyó un 2,8%**

“Pero lo más relevante es la disminución de la calidad de vida para lo que las padecen y sobre todo el grado de incomprensión al que son sometidos en muchas ocasiones”, afirma Rebeca Fernández.

En este sentido, la doctora destaca que ante un paciente con migraña lo más importante es la información recopilada por el especialista. “En nuestra práctica diaria lo más importante es una buena anamnesis, no las pruebas complementarias: saber las características del dolor, cefaleas primarias que conforman el gran grueso y las cefaleas secundarias fácilmente identificables y que requerirían estudios complementarios. Preguntar hace cuanto tiempo las padecen, si venimos de una familia con base migrañosa, si han relacionado factores desencadenantes tanto para cuando son episódicos como factores que influyeran cuando se les cronificaron”, ha finalizado.

## Recibe NoticiasDe en tu mail

Tu Correo electrónico\*

Al darte de alta aceptas la Política de Privacidad

Suscríbete

- Te recomendamos -



### Millones con IA

Millonaria de Madrid: ¡La IA multiplica 100 euros 20 veces al día!



### ¿Tienes seguro de salud?

¡Ven a Sanitas! El seguro más completo por 32,90 € / mes



### Cuenta NÓMINA

Si no tienes nómina, también es para ti. ¡Vale con ingresos mensuales!



### Millones con IA

Millonaria de Madrid: ¡La IA multiplica 200 euros 20 veces al día!



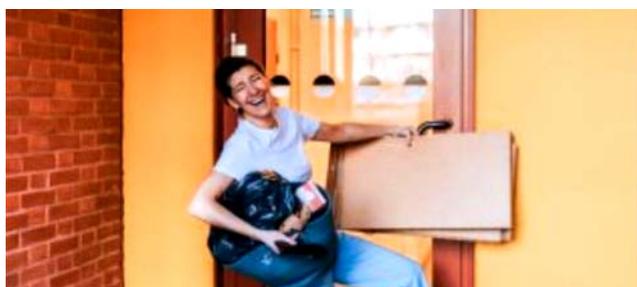
### NUEVO CITROËN C4

Ahora duplicamos tu Moves y llévatelo super equipado



### Forever desde 1974

50 años de historias. Ahora puedes tener la tuya. Configura tu Golf.



# Migraña: una pesadilla que acompaña a una de cada siete personas

Por Nova Ciencia - Sep 12, 2024

Hoy, 12 de septiembre, es el **Día Internacional de la Migraña**, la sexta enfermedad más prevalente del mundo que afecta a más 1.100 millones de personas en todo el mundo: 1 de cada 7 personas padecen esta enfermedad. Es, además, **la segunda causa de discapacidad y la primera en mujeres jóvenes, en todo el mundo.**



En España, y según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), **más de 5 millones de personas sufren esta enfermedad y, además, más de 1,5 millones la padecen en su forma crónica**, es decir, sufren dolor de cabeza más de 15 días al mes. La migraña es, también, la primera causa de discapacidad entre los adultos menores de 50 años y más del 50% de las personas que la padecen presentan un grado de discapacidad grave o muy grave.

## Migraña, mucho más que un dolor de cabeza

“La migraña es una cefalea primaria frecuente, severa e incapacitante que reduce

significativamente la calidad de vida de los pacientes, **augmenta el riesgo de padecer otras muchas enfermedades -como ictus, infarto de miocardio, ansiedad, depresión, insomnio, etc.-** y tiene un enorme impacto económico en la sociedad por el absentismo y la pérdida de productividad que genera”, señala el Dr. Pablo Irimia, Coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología. “Pero a pesar del enorme impacto que tiene esta enfermedad, en la SEN estimamos que más de un 40% de las personas que padecen migraña en España están aún sin diagnosticar y que cerca de un 25% de los pacientes con migraña no ha consultado nunca su enfermedad con un médico”.

Como consecuencia de esta falta de diagnóstico son muchos los pacientes los que o se automedican o no están accediendo a los tratamientos adecuados. **Más del 50% de las personas que padecen migraña se automedica con analgésicos** sin receta a pesar de que tanto la automedicación como el uso excesivo de medicación para la sintomatología de la migraña son las principales causas de la cronificación de esta enfermedad. Cada año, cerca de un 3% de las personas con migraña pasan de tener una migraña episódica a una crónica, mientras que un 6% pasa de una migraña de baja frecuencia a otra de alta frecuencia.

## ¿Hay cura para la migraña?

**“Aunque la migraña es una enfermedad que no tiene cura, con un correcto tratamiento y seguimiento de la enfermedad, la gran mayoría de los pacientes pueden lograr importantes mejorías en su calidad de vida”**, destaca el Dr. Pablo Irimia. “Pero lo más importante es que, con un correcto diagnóstico y tratamiento precoz de la enfermedad podremos evitar que la enfermedad se cronifique, algo de especial relevancia ya que la migraña crónica produce hasta seis veces más discapacidad que la migraña episódica y los pacientes con migraña crónica suelen tener una peor respuesta ante los distintos tratamientos”.

Uno de los últimos estudios realizados al respecto, presentado en la Reunión Anual de la SEN, ha estimado que sólo un 56% de las personas con migraña en España ha recibido un diagnóstico adecuado de la enfermedad y que menos del 20% de las personas con migraña que necesitan de tratamientos preventivo (todas aquellas personas que sufran cuatro o más episodios de migrañas más cada mes) están accediendo a ellos. Otros estudios apuntan a que el retraso en el diagnóstico de la

migraña es, en España, superior a los 6 años.

“Sin duda, la falta de un diagnóstico adecuado de los pacientes con migraña es el principal problema al que nos enfrentamos actualmente. Es necesario que tanto médicos como pacientes se conciencien sobre la importancia de buscar y obtener ayuda médica para tratar de reducir las tasas de infradiagnóstico y de infratratamiento de la migraña en nuestro país”, comenta el Dr. Pablo Irimia. “Todos debemos entender que la migraña es mucho más que un simple dolor de cabeza. Es una enfermedad que produce episodios recurrentes de dolor intenso, que es muy discapacitante y que además, es una enfermedad que puede ser de difícil manejo y que tiende a empeorar si no se trata adecuadamente. Por lo que en ningún momento se debe de banalizar esta enfermedad”.

Cada año, en España, unas 180.000 personas comienzan a desarrollar esta enfermedad. Además, en España, la migraña es tres veces más frecuente en mujeres que en hombres. La SEN estima que afecta al 18% de las mujeres y al 9% de los hombres, así como al 9% de las niñas frente al 5% de los niños. Y su forma crónica también la padecen mayoritariamente las mujeres (el 6% de ellas, frente a algo menos del 3% de los hombres).

En los últimos años se han producido importantes avances en el conocimiento de la fisiopatología de la migraña que han permitido el desarrollo de anticuerpos monoclonales frente al péptido regulador del gen de la calcitonina (CGRP) o su receptor. Son fármacos que se administran mediante una inyección subcutánea o intravenosa con una periodicidad mensual y trimestral que son muy eficaces y bien tolerados. Además también se han mejorado los tratamientos orales utilizados hasta ahora con la llegada de los denominados gepantes, fármacos que bloquean el receptor de CGRP. Los gepantes son útiles para la prevención de la migraña (atogepante y rimegepante) y para tratar las crisis de migraña (rimegepante). Recientemente se ha comercializado también otro tratamiento para las crisis de migraña denominado lasmiditán.

“Gracias a estos avances, el abanico de tratamientos disponibles ha aumentado considerablemente. Dependiendo de la gravedad de los síntomas, la frecuencia de los ataques y de otros factores, el tratamiento de la migraña deberá ser individualizado y ajustado y/o modificado a lo largo de la evolución de la enfermedad, con el objetivo último de tratar de controlar los síntomas y reducir la

discapacidad asociada. La migraña no tiene cura, pero sí se puede tratar y controlar, y el primer paso para mejorar la calidad de vida de cualquier persona con esta enfermedad es recurrir a los profesionales sanitarios. La migraña tiene un enorme impacto sobre la vida personal, familiar, social y laboral, y la llegada de estos nuevos tratamientos permite que muchas más personas puedan ser tratados de forma eficaz”, concluye el Dr. Pablo Irimia.

Created using FlowPaper Flipbook Maker ↗





---

**JEFA ASOCIADA DEL SERVICIO DE NEUROLOGÍA DEL HOSPITAL UNIVERSITARIO LA LUZ DE MADRID**

## **Dra. Rebeca Fernández: «La cirugía no es la solución definitiva a la migraña»**

- ✓ "La migraña afecta al 12,6% de la población general"
- ✓ Un fármaco detiene la migraña antes de que aparezcan los primeros síntomas



La migraña es más prevalente en mujeres que en hombres.

**RITA MONTAGU**

**12/09/2024 06:40** ACTUALIZADO: 12/09/2024 06:40

✓ Fact Checked

«La **migraña** puede llegar a ser algo realmente limitante. No avisa cuando va a venir, con lo cual no puedes planificarte. Tenías unos planes y de repente tienes que anularlos. Tenías que ir a trabajar y de repente no estás en condiciones para ello. Te ves cambiando turnos, pidiendo bajas de un día o que venga alguien a cuidarte a los niños porque tú sólo puedes estar en el baño vomitando y con un **dolor** insoportable. Al principio esto sucede de vez en cuando, y con el tiempo cada vez es más frecuente. Hasta que llega un punto en que la frecuencia no es compatible con seguir una vida normal. Al menos ése fue mi caso», afirma **Elena**, paciente de la **doctora Rebeca Fernández Rodríguez**, jefe asociada del Servicio de Neurología del Hospital Universitario La Luz de Madrid, del grupo hospitalario **Quirónsalud**.

Actualidad:

[Inicio](#)[Sobre nosotros](#)[Empresas amigas](#)[Contactar](#)

# Revista plural

[Inicio](#)[Conciencia](#)[Cultura](#)[Empresas](#)[Gastronomía](#)[Lugares](#)[Música](#)[Salud](#)[Realidad Oculta](#)[Radio Balear](#)[Salud](#)

## 1 DE CADA 7 PERSONAS, EN TODO EL MUNDO, PADECE MIGRAÑA

Por [Redacción Revista Plural](#)

septiembre 2024

17 0 0



4  
veces compartido  
17  
visualizaciones

### 12 de septiembre: Día Internacional de Acción contra la Migraña

**En España más de 5 millones de personas sufren esta enfermedad.**

**La migraña es la primera causa de discapacidad entre los adultos menores de 50 años.**

**Solo un 56% de las personas con**

Último número  
(114)



Últimos  
artículos  
publicados

septiembre  
2024

[EL  
PODCAST:  
EL  
NUEVO  
FORMATO  
AUDIOVISUA  
CONQUISTAI  
POR LOS  
INFLUENCER](#)

septiembre  
2024

[1 DE  
CADA 7](#)

Para seguir navegando, acepte nuestra política de privacidad

**profesional sanitario.****El retraso en el diagnóstico de la migraña es, en España, superior a los 6 años.**

El 12 de septiembre, es el Día Internacional de la Migraña, la sexta enfermedad más prevalente del mundo que afecta a más 1.100 millones de personas en todo el mundo: 1 de cada 7 personas padecen esta enfermedad. Es, además, la segunda causa de discapacidad y la primera en mujeres jóvenes, en todo el mundo.

En España, y según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), más de 5 millones de personas sufren esta enfermedad y, además, más de 1,5 millones la padecen en su forma crónica, es decir, sufren dolor de cabeza más de 15 días al mes. La migraña es, también, la primera causa de discapacidad entre los adultos menores de 50 años y más del 50% de las personas que la padecen presentan un grado de discapacidad grave o muy grave.

*“La migraña es una cefalea primaria frecuente, severa e incapacitante que reduce significativamente la calidad de vida de los pacientes, aumenta el riesgo de padecer otras muchas enfermedades -como ictus, infarto de miocardio, ansiedad, depresión, insomnio, etc.- y tiene un enorme impacto económico en la sociedad por el absentismo y la pérdida de productividad que genera”,* señala el Dr. Pablo Irimia, Coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología. *“Pero a pesar del enorme impacto que tiene esta enfermedad, en la SEN estimamos que más de un 40% de las personas que padecen migraña en España están aún sin diagnosticar y que cerca de un 25% de los pacientes con migraña no ha consultado nunca su enfermedad con un médico”.*

Como consecuencia de esta falta de diagnóstico son muchos los pacientes los que o se automedican o no están accediendo a los tratamientos adecuados. Más del 50% de las personas que padecen migraña se automedica con analgésicos sin receta a pesar de que tanto la automedicación como el uso excesivo de medicación para la sintomatología de la migraña son las principales causas de la cronificación de esta enfermedad. Cada año, cerca de un 3% de las personas con migraña pasan de tener una migraña episódica a una crónica, mientras que un 6% pasa de una migraña de baja frecuencia a otra de alta frecuencia.

*“Aunque la migraña es una enfermedad que no tiene cura, con un correcto tratamiento y seguimiento de la enfermedad, la gran mayoría de los pacientes pueden lograr importantes mejorías en su calidad de vida”,* destaca el Dr. Pablo Irimia. *“Pero lo más importante es que, con un correcto diagnóstico y tratamiento precoz de la enfermedad podremos evitar que la enfermedad se cronifique, algo de especial relevancia ya que la migraña crónica*

[TODO](#)  
[EL](#)  
[MUNDO,](#)  
[PADECE](#)  
[MIGRAÑA](#)

septiembre  
2024

[UN 47%](#)

[DE LOS](#)

[ALUMNOS](#)

[NO](#)

[ACTÚA](#)

[CUANDO](#)

[UN](#)

[COMPAÑERO](#)

[ES](#)

[VÍCTIMA](#)

[DE](#)

[ACOSO](#)

[ESCOLAR](#)

septiembre  
2024

[VUELTA](#)

[AL](#)

[COLE](#)

[2024-](#)

[2025](#)

septiembre  
2024

[LOS](#)

[GATOS](#)

[AYUDAN](#)

[A LOS](#)

[NIÑOS A](#)

[MEJORAR](#)

[SU](#)

[EMPATÍA,](#)

[CLAVE](#)

[PARA LA](#)

[PRÓXIMA](#)

[VUELTA](#)

[AL](#)

[COLE](#)

septiembre  
2024

[VUELTA](#)

[AL](#)

Para seguir navegando, acepte nuestra política de privacidad

Acepto

Política de privacidad

*peor respuesta ante los distintos tratamientos”.*

Uno de los últimos estudios realizados al respecto, presentado en la Reunión Anual de la SEN, ha estimado que sólo un 56% de las personas con migraña en España ha recibido un diagnóstico adecuado de la enfermedad y que menos del 20% de las personas con migraña que necesitan de tratamientos preventivo (todas aquellas personas que sufran cuatro o más episodios de migrañas más cada mes) están accediendo a ellos. Otros estudios apuntan a que el retraso en el diagnóstico de la migraña es, en España, superior a los 6 años.

*“Sin duda, la falta de un diagnóstico adecuado de los pacientes con migraña es el principal problema al que nos enfrentamos actualmente. Es necesario que tanto médicos como pacientes se conciencien sobre la importancia de buscar y obtener ayuda médica para tratar de reducir las tasas de infradiagnóstico y de infratratamiento de la migraña en nuestro país”, comenta el Dr. Pablo Irimia. “Todos debemos entender que la migraña es mucho más que un simple dolor de cabeza. Es una enfermedad que produce episodios recurrentes de dolor intenso, que es muy discapacitante y que además, es una enfermedad que puede ser de difícil manejo y que tiende a empeorar si no se trata adecuadamente. Por lo que en ningún momento se debe de banalizar esta enfermedad”.*

Cada año, en España, unas 180.000 personas comienzan a desarrollar esta enfermedad. Además, en España, la migraña es tres veces más frecuente en mujeres que en hombres. La SEN estima que afecta al 18% de las mujeres y al 9% de los hombres, así como al 9% de las niñas frente al 5% de los niños. Y su forma crónica también la padecen mayoritariamente las mujeres (el 6% de ellas, frente a algo menos del 3% de los hombres).

En los últimos años se han producido importantes avances en el conocimiento de la fisiopatología de la migraña que han permitido el desarrollo de anticuerpos monoclonales frente al péptido regulador del gen de la calcitonina (CGRP) o su receptor. Son fármacos que se administran mediante una inyección subcutánea o intravenosa con una periodicidad mensual y trimestral que son muy eficaces y bien tolerados. Además también se han mejorado los tratamientos orales utilizados hasta ahora con la llegada de los denominados gepantes, fármacos que bloquean el receptor de CGRP. Los gepantes son útiles para la prevención de la migraña (atogepante y rimegepante) y para tratar las crisis de migraña (rimegepante). Recientemente se ha comercializado también otro tratamiento para las crisis de migraña denominado lasmiditán.

*“Gracias a estos avances, el abanico de tratamientos disponibles ha aumentado considerablemente. Dependiendo de la gravedad de los síntomas, la frecuencia de los ataques y de otros factores, el tratamiento de la migraña deberá ser individualizado y ajustado y/*

[ASIGNATURA](#)  
[QUE](#)  
[LOS](#)  
[CENTROS](#)  
[EDUCATIVOS](#)  
[DEBEN](#)  
[APROBAR](#)

Para seguir navegando, acepte nuestra política de privacidad

Acepto

Política de privacidad



MIGRAÑA. - EP

## ANDALUCÍA

# La migraña se diagnostica tarde y cronificada es la principal causa de discapacidad

Más de 5 millones de personas sufren migraña en España, solo la mitad ha recibido un diagnóstico, mientras que 1,5 millones la padecen de forma crónica

---

Más de 5 millones de personas sufren migraña en España, de los cuales solo la mitad ha recibido un diagnóstico, mientras que 1,5 millones la padecen de forma crónica y deriva en que sea la primera causa de discapacidad entre adultos menores de 50 años, principalmente mujeres.

Hoy se celebra el Día Internacional de Acción contra la Migraña, una enfermedad sin cura -pero con avances en tratamientos- que en España se diagnostica con hasta 6 años de retraso y que en el mundo afecta a 1.100 millones de personas, es decir a 1 de cada 7, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Pero no solo la SEN, los médicos de Atención Primaria estiman que 4,5 millones de españoles la sufren de forma ocasional y cerca 1 millón de forma crónica, pero un 40 % de pacientes nunca acude a consulta médica y un 70 % de los que están tratamiento lo abandonan de forma precoz.

Afecta al 18 % de las mujeres y al 9% de los hombres -9% de las niñas frente al 5% de los niños- y en su forma crónica también afecta mayoritariamente a mujeres: el 6 % frente a algo menos del 3% de los hombres.

Se considera padecer la enfermedad de forma crónica cuando la cefalea que produce la migraña se padece más de 15 días al mes y en los peores casos más del 50% de las personas que la sufren presentan un grado de discapacidad grave o muy grave.

## **Aparece más en niveles socioeconómicos desfavorecidos**

La alta relación entre el estrés -relacionado con condiciones laborales, económicas y sociales- y el desarrollo de migrañas y otras cefaleas ha hecho que en las últimas décadas su prevalencia sea mayor entre las personas más desfavorecidas.

Según la SEN, son muchos los estudios que afirman que la migraña crónica -la más invalidante- es más frecuente en

personas que viven en entornos con un nivel socioeconómico más bajo.

Estrés, obesidad, estilos de vida o falta de sueño, también influyen en la discapacidad que provoca la migraña.

“La migraña es una cefalea primaria frecuente, severa e incapacitante que reduce significativamente la calidad de vida de los pacientes, aumenta el riesgo de padecer otras muchas enfermedades como ictus, infarto de miocardio, ansiedad, depresión, o insomnio y tiene un enorme impacto económico en la sociedad por el absentismo y la pérdida de productividad que genera”, ha explicado Pablo Irimia, coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología.

También existen migrañas de tipo ocular, un tipo de cefalea que, por lo general, se localiza en un lado de la cabeza o alrededor del ojo, y que aparecen por hábitos como una incorrecta higiene del sueño, el consumo excesivo de cafeína, estrés muy intenso o esfuerzos de visión cercana.

## **Más del 50 % se automedica**

Debido a la falta de diagnóstico, más del 50% de las personas que padecen migraña se automedican con analgésicos sin receta pese a que el uso excesivo de esta medicación para la sintomatología es una de las principales causas de la cronificación de la enfermedad.

"Cada año, cerca de un 3% de las personas con migraña pasan de tener una migraña episódica a una crónica, mientras que un 6% pasa de una migraña de baja frecuencia a otra de alta frecuencia", según la SEN.

## Tratamientos mensuales o trimestrales

En los últimos años se han producido importantes avances en el conocimiento de la fisiopatología de la migraña, con fármacos que se administran mediante una inyección subcutánea o intravenosa y que cuentan con una periodicidad mensual o trimestral.

Si bien la migraña no tiene cura, los expertos recuerdan que con un correcto tratamiento y seguimiento de la enfermedad la gran mayoría de los pacientes pueden lograr importantes mejorías en su calidad de vida.

### TE RECOMENDAMOS

#### ÚNETE A NUESTRO BOLETÍN

Acepto los términos de uso y la política de privacidad

INSCRIBIRME

+

[Úlcera de estómago](#) [Cáncer de endometrio](#) [Dieta insomnio](#)

Menu

**SABERVIVIR**<sub>tve</sub>

Buscar



[Iniciar Sesión](#)

- [Actualidad](#)
- [Avances médicos](#)
- [Salud Activa](#)
- [Bienestar](#)
- [Nutrición](#)
- [Dieta](#)
- [En forma](#)
- [Maternidad](#)

**SABERVIVIR**  
tve sabervivirtv.com

**NUEVO PLAN  
QUEMA GRASA**  
DESPIERTA TU  
METABOLISMO  
PARA QUE GASTE  
MÁS CALORÍAS

**LOS DIEZ  
EJERCICIOS  
DE FUERZA**  
QUE REJUVENECEN  
TODO EL CUERPO

**Dr. Francisco Kovacs**

**ALIVIA LAS  
CERVICALES**  
POSTURAS Y EJERCICIOS  
MUY EFECTIVOS

**Dr. Enrique Rojas**

**CONSIGUE TUS  
PROPOSITOS**  
CLAVES PARA  
NO RENDIRTE

**CÓMO  
DETECTAR A  
TIEMPO UNA  
DEPRESIÓN**

**CUIDAR LA  
MICROBIOTA**

LAS BACTERIAS INTESTINALES SON  
EL SECRETO DE UNA BUENA SALUD



[SUSCRÍBETE A TU REVISTA](#)

Comienza a cuidarte con la revista número 1 en salud. ¡Por solo 2€/mes!

[Suscríbete](#)

- [Newsletter](#)
- [Facebook](#)
- [Twitter](#)
- [Instagram](#)
- [TikTok](#)
- [Youtube](#)
- [Pinterest](#)

[SUSCRÍBETE](#)

[Salud Activa](#)

**Dra. Patricia Pozo Rosich, neuróloga: "El manual de instrucciones de un cerebro migrañoso es diferente, si no averiguas cómo funciona controlarás peor el problema"**

**La migraña es una enfermedad neurovascular crónica que provoca intensos e incapacitantes dolores de cabeza y que suele clasificarse según el la duración de los ataques.**



[Soledad López](#)

Periodista especializada en salud y nutrición

Actualizado a 12 de septiembre de 2024, 07:57



La migraña puede llegar a ser muy incapacitante.

iStock

**La migraña de una de las principales causas de discapacidad** en todo el mundo. Según datos de la Sociedad Española de Neurología, afecta a cerca de un 14% de la población de Europa. Las mujeres son las más afectadas, con un 80% de los casos, en especial las de mediana edad (entre 20 y 50 años).

**La migraña se caracteriza por la aparición de dolores de cabeza intensos** que pueden ir acompañados de síntomas como náuseas, vómitos, sensibilidad a la luz, al sonido o dificultad para la concentración.

Hay diferentes tipos de migraña y la que recibe el nombre de **"migraña crónica"** es la más habitual. De acuerdo con la clasificación internacional de la migraña, se considera crónica cuando la **cefalea se produce 15 o más días al mes**, de los que como mínimo 8 cumplen los criterios de migraña sin aura durante al menos tres meses. Sin embargo, esta denominación puede crear confusión.

Falsas creencias

[Jesús Porta-Etessam, neurólogo, aclara los mitos sobre la migraña y la menopausia](#)

Eva Mimbreno

## La migraña siempre es crónica

"La migraña como enfermedad es crónica, una persona nace y muere siendo migrañosa", explicó a Saber Vivir la [Dra. Patricia Pozo Rosich](#), neuróloga y responsable de la Unidad de Cefalea del Hospital Universitario Vall d'Hebron en Barcelona.

La migraña es una enfermedad en la que ocurren ataques episódicos (es decir, que empiezan y acaban) impredecibles y recurrentes, que pueden durar entre 4 y 72 horas. El dolor de cabeza que genera es intenso y pulsátil y resulta incapacitante. Además, empeora con el movimiento o si hay estímulos externos de luz o ruido. Por otro lado, puede ir acompañado de auras sensitivas (por ejemplo, ver destellos de luz) o de lenguaje, que pueden ocurrir antes o durante los ataques.

El término migraña crónica para referirse a un solo tipo de migraña sería, de acuerdo con especialista, es "un término técnico mal elegido que induce a error". "Cuando los médicos utilizamos el término de migraña crónica, simplemente lo hacemos para diferenciarlo del término migraña episódica", aclaró.

Así, la diferencia entre migraña crónica y migraña episódica tiene que ver únicamente con el número de días que dura la migraña.

- La migraña crónica es aquella en la que los ataques aparecen 15 o más días al mes.
- En la migraña episódica, los ataques de migraña se suceden hasta 14 días al mes.

## Diferentes tipos de migraña según la incapacidad

Una clasificación de la migraña en función de la incapacidad que genera en quien la sufre es más útil de acuerdo con la Dra. Pozo Rosich. "El grado de discapacidad que provoca es lo que nos da pistas para recurrir a un tratamiento u otro", nos explicó.

- **Discapacidad baja:** cuando hay entre 0 y 4 días al mes de migraña (aunque, evidentemente, si ocurre un día a la semana es muy molesto).
- **Discapacidad moderada:** cuando ocurre entre 5 y 9 días al mes.
- **Discapacidad severa o muy severa: 9 o 10 días al mes o más** (sin llegar a los 15 días que se establece en la clasificación de migraña crónica).

Migrañas

[Soluciones eficaces para aliviar las migrañas en verano](#)

Dr. Francisco Marín

## Qué hacer en caso de migraña

Lo más importante a la hora de tratar la migraña, de acuerdo con la neuróloga, es entender cómo funciona el cerebro de las personas que la sufren. "El manual de instrucciones de un cerebro migrañoso es diferente. Si no averiguas cómo funciona controlarás peor el problema y el número de crisis será mayor", nos aseguró.

Y es que la migraña es una enfermedad neurovascular en la que el cerebro tiene problemas para adaptarse a los cambios bruscos. Esto implica que no es capaz de bloquear los sobreestímulos, lo que acaba provocando el dolor de cabeza.

La doctora nos hizo un símil que muestra muy bien lo que sucede en el cerebro migrañoso: "piensa en el cerebro como si fuera un ordenador con muchos programas abiertos en función de los estímulos que recibe. Llega un momento en que el cerebro se cansa, necesita reponer energía y para ello, volviendo al símil del ordenador, necesita resetearse". Este reset es el ataque de migraña.

"Un cerebro no migrañoso no lo puede aguantar todo, pero no necesita resetearse de forma tan agresiva como un cerebro migrañoso", comentó.

El 80% de las personas que sufren migrañas son mujeres.

iStock

Cefalea

[Los tipos de dolor de cabeza según la zona que te duele](#)

Soledad López, Dr. A. Miguel Martín Almendros

## Causas de la migraña

La mayoría de personas que tienen migraña tienen antecedentes familiares de esta enfermedad, ya sean padres, abuelos, hermanos o tíos. Y es que la migraña tiene un **origen genético**.

"Puede que no te percares de tu **predisposición genética a sufrir migrañas hasta que en algún momento de tu vida empiezas a tener las primeras crisis**", nos explicó la doctora. De hecho, se considera que una persona tiene **predisposición genética** a tener migraña cuando ha tenido al menos **5 ataques en la vida de migraña**.

Más allá de la predisposición genética, hay otros factores que aumentan el riesgo de sufrir ataques de migraña y uno de ellos es la propia frecuencia de los ataques. Tal y como nos explicó la doctora, "*el cerebro es un órgano que aprende muy bien, por eso cuantos más ataques tienes más riesgo hay de seguir sufriendolos. Es como si el cerebro cogiera carrerilla*".

Otros factores relacionados con la aparición de ataques de migraña incluyen:

- El uso excesivo de medicamentos analgésicos
- La obesidad
- Los problemas de sueño
- La fibromialgia y el dolor crónico
- Ser mujer

Aunque pasen unos años sin que aparezcan ataques de migraña, no significa que la enfermedad se haya "curado". "*Las personas entienden que son o no son migrañosas en función de los ataques que sufren*", nos comentó. "*Si empiezan a sufrir crisis en la adolescencia y luego están 10-15 años sin tener ninguna piensan que la enfermedad se ha superado en ese tiempo, pero no es así. Su cerebro sigue siendo migrañoso, aunque no sean conscientes de ello*".

Medicina de precisión

[Investigadores españoles dan un gran paso en el tratamiento de la acromegalia](#)

Eva Camero

## Tratamientos para la migraña

"A partir de **5 días de migraña al mes se aconseja hacer un tratamiento para prevenir los ataques**", nos comentó la neuróloga. Existen diversos tratamientos diferentes para la migraña, como:

- **Medicamentos neuromoduladores.** Suelen ser la primera opción y hay diversos tipos: antagonistas del calcio, antihipertensivos/betabloqueantes, algunos antidepresivos... El neurólogo es el que recetará el más indicado en cada caso.
- **Toxina botulínica.** Se aconseja en caso de migraña crónica.
- **Fármacos biológicos con anticuerpos monoclonales contra el péptido CGRP.** Se trata de los fármacos más nuevos para abordar esta enfermedad. Aunque hace unos 30 años que se sabe que el péptido CGRP está relacionado con la migraña, no ha sido hasta hace unos años que se ha hallado la manera de bloquearlo. Se usan cuando hay más de 8 días de migraña al mes y no han funcionado tres tratamientos preventivos previos.

De acuerdo con la Dra. Pozo Rosich, los ataques deben tratarse y no esperar a que desaparezcan solos. "*Las crisis son discapacitantes y es una obligación tratarlas, no es algo opcional. Los médicos deberían recomendar que se traten los ataques*", nos aseguró.

## Cómo prevenir los ataques de migraña

Para evitar los ataques de migraña o reducir el riesgo de que sucedan, hay que evitar la sobreestimulación del cerebro. Algunas claves para ello incluyen:

- **Hacer ejercicio de forma moderada.**
- **Seguir unas rutinas.**
- **Evitar el abuso de los medicamentos analgésicos.** "*No pasa nada por tomar un analgésico, pero si las crisis no mejoran hay que ir al médico y no seguir tomando analgésicos cuando ya hemos visto que no nos funciona*", afirma.

Además, llevar un diario del dolor, anotando los días, la intensidad y la duración, puede ayudar al médico a recetar el tratamiento más adecuado para tu caso concreto.

## Newsletter

Únete a nuestra comunidad y practica un estilo de vida saludable

[Apúntate](#)

[Suscríbete a tu revista favorita](#)

[Cuidar la microbiota](#)

## Edición papel

Recíbela en tu casa, cada mes y al mejor precio.

[suscríbete](#)

[Cuidar la microbiota](#)

## Edición digital

La revista siempre disponible en tu dispositivo favorito

[suscríbete](#)



Portada (https://www.saludadiario.es/) »

El 70% de las personas con migraña tienen que poner en pausa su actividad diaria cuando sufren una crisis

PACIENTES (HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/PACIENTES/) CAMPAÑA DE AEMICE EN EL DÍA INTERNACIONAL

# El 70% de las personas con migraña tienen que poner en pausa su actividad diaria cuando sufren una crisis

Pierden más de 13 días y 400 horas al mes y más del 40% de los afectados reconoce que no ha podido atender a sus hijos como desearía

S.A.D (HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/AUTOR/S-A-D/)

12 DE SEPTIEMBRE DE 2024

0 (HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/PACIENTES/EL-70-DE-LAS-PERSONAS-

CON-MIGRANA-TIENEN-QUE-PONER-EN-PAUSA-SU-ACTIVIDAD-DIARIA-CUANDO-SUFREN-UNA-CRISIS/#RESPONDA)

**AEMICE** ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE MIGRAÑA Y CEFALÉA

**12 SEPT 2024** / DÍA INTERNACIONAL DE ACCIÓN CONTRA LA MIGRAÑA

Gestionar el consentimiento de las cookies

**Vidas en pausa por la migraña**

Aceptar

#VidasEnPausa

abbvie Dr.Reddy's GRÜNENTHAL Lilly ORGANON Lundbeck Pfizer teva

# tienen que parar su actividad diaria cuando sufren un ataque, según se desprende de una encuesta elaborada por la Asociación Española de Migraña y Cefalea (AEMICE).

Esta iniciativa se desarrolla con motivo de la campaña Vidas en pausa por la migraña (<http://www.dolordecabeza.net/vidasenpaua>) puesta en marcha por la

colaboración Abbvie, Dr. Reddy's, Grünenthal, Lilly-Organon, Lundbeck, Pfizer y Teva, por el Día Internacional de la Acción contra la enfermedad, que se celebra hoy 12 de

septiembre.

“A través de esta iniciativa queremos concienciar al conjunto de la sociedad sobre el impacto que tiene esta enfermedad neurológica en la vida de quienes la sufrimos.

Cuando tienes un ataque de migraña, la intensidad del dolor y los síntomas que acompañan te obligan a retirarte en una habitación a oscuras sin ruidos esperando que

el tratamiento haga efecto. No tiene contemplaciones, cuando aparece, pones en pausa tu vida, por muy importante que sea lo que estabas haciendo. Que la sociedad

comprenda esto es clave para acabar con la banalización de la enfermedad”, enfatiza Isabel Colomina, presidenta de AEMICE.

Se calcula que en España hay cinco millones de personas afectadas por esta enfermedad neurológica, (<https://www.saludadiario.es/salud-publica/la-migrana-una-cefalea-discapacitante-con-mas-de-180-000-nuevos-casos-al-ano-en-espana/>) siendo la

inmensa mayoría mujeres (8 de cada 10 casos). Se caracteriza por episodios de dolor que pueden durar hasta tres días y que suelen ir acompañados de otros síntomas como,

por ejemplo, hipersensibilidad a la luz, al ruido, a los olores, náuseas o aura, entre otros muchos. Casi 1,5 millones de personas con migraña sufren más de 15 días de migraña al mes (lo que se conoce como migraña crónica).

## Entrevistas a los pacientes

Una situación que, tal y como se evidencia en la encuesta en la que se han entrevistado a más de 1.100 pacientes con una edad media de 49 años, impacta de manera muy

importante en la vida diaria de los afectados. Y es que, de media estas personas suelen padecer una crisis durante 401 horas al mes, lo que supone unos 13 días perdidos, un

hecho que cobra aún más importancia si se tiene en cuenta que el 70% de los encuestados estaba trabajando.

Asimismo, el trabajo llevado a cabo por AEMICE evidencia el impacto social, personal, familiar y laboral de la enfermedad, ya que el 92% de los encuestados ha tenido que anular planes con amigos; el 42% no ha podido atender a sus hijos de la manera que

hubiera deseado: el 56% ha anulado un viaje previsto o alterado el plan; el 78% no ha

podido practicar un deporte; el 68% no ha podido asistir a eventos culturales o deportivos; el 26% no ha acudido a exámenes; el 48% no ha asistido a reuniones importantes de trabajo; y el 55% no ha acudido a un evento familiar importante como, por ejemplo, una graduación o cuidar de un padre hospitalizado.

“Es una enfermedad altamente discapacitante; de hecho, es la primera causa de discapacidad en las mujeres menores de 50 años, pero a pesar de ello a día de hoy todavía existe una alta incomprensión social sobre su impacto. Afecta a todas las esferas de la vida y, por lo tanto, va a limitar a estas personas en su crecimiento personal, profesional y familiar. Además, es algo muy triste ver como muchas mujeres que padecen migraña incluso se plantean o no la maternidad por padecer esta patología”, asegura el Dr. Jesús Porta, neurólogo y presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

## Jornada conmemorativa del Día Internacional de Acción contra la Migraña

AEMICE celebra hoy en Madrid la Jornada conmemorativa del Día Internacional de Acción contra la Migraña, en la que se presentará el vídeo documental de la campaña ‘idas en paus’, con testimonios de cuatro pacientes, y en la que se van a analizar las últimas novedades en el abordaje de la migraña.

Además, se va a celebrar una mesa debate en la que profesionales sanitarios, representantes de los principales partidos políticos y pacientes hablarán sobre la importancia que tiene alinear las políticas sanitarias a las necesidades reales de los pacientes.

Todos ellos, analizarán el presente y futuro del abordaje de la enfermedad, las principales líneas de investigación que hay en marcha, así como las claves que hay que tener para lograr la excelencia en el manejo de la patología. Estas jornadas son muy importantes para pacientes y familiares dado que nos ayudan a conocer un poco más nuestra enfermedad y a estar al día de todas las novedades que puedan ayudarnos a mejorar nuestra calidad de vida”, explica Colomina.

**TAGS** [AEMICE \(HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/TAG/AEMICE/\)](https://www.saludadiario.es/TAG/AEMICE/) [MIGRAÑA \(HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/TAG/MIGRANA/\)](https://www.saludadiario.es/TAG/MIGRANA/)

**Ver preferencias**  
[Descubren un mecanismo que acelera la evolución de bacterias resistentes a los antibióticos \(https://www.saludadiario.es/investigacion/descubren-un-](https://www.saludadiario.es/investigacion/descubren-un-de-bacterias-resistentes-a-los-antibioticos/)  
[los secretos de la longevidad humana: la psiconeuroinmunología aplicada a la vida \(https://www.saludadiario.es/vademecum/los-secretos-](https://www.saludadiario.es/vademecum/los-secretos-de-psiconeuroinmunologia-aplicada-a-la-vida/)

HOY Amenaza Venezuela IPC Caso Begoña Gómez Polaris Dawn Bruce Willis Últimas noticias  
Última hora Hugo Mallo, culpable de abuso sexual a la mujer que era la mascota del Espanyol



ÚLTIMAS NOTICIAS

EN DIRECTO

PORTADA SALUD

# "¿Cómo sé si es dolor de cabeza o migraña?": las señales que deben ponerte en alerta

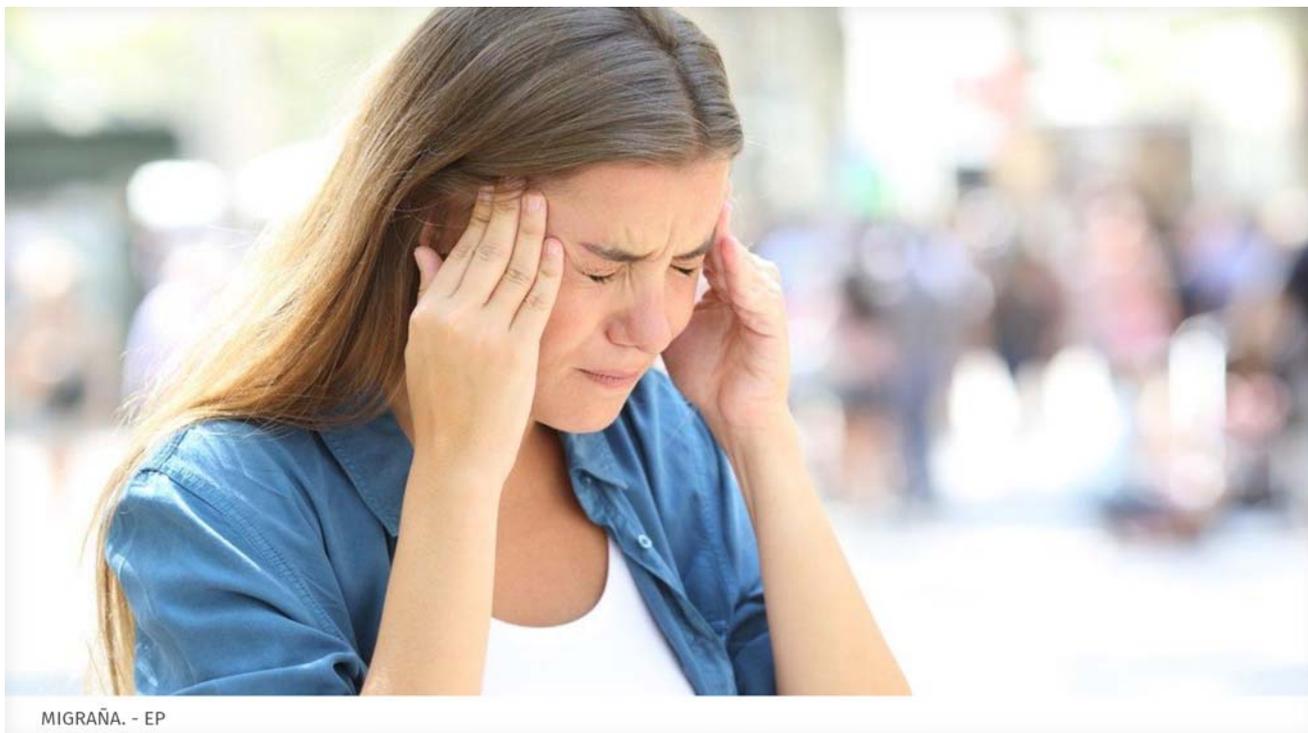


Candela Hornero

12/09/2024 08:05h.



Cómo saber si un dolor de cabeza es una migraña o una simple dolor de cabeza - EUROPA PRESS



MIGRAÑA. - EP

## ANDALUCÍA

# La migraña se diagnostica tarde y cronificada es la principal causa de discapacidad

Más de 5 millones de personas sufren migraña en España, solo la mitad ha recibido un diagnóstico, mientras que 1,5 millones la padecen de forma crónica

---

Más de 5 millones de personas sufren migraña en España, de los cuales solo la mitad ha recibido un diagnóstico, mientras que 1,5 millones la padecen de forma crónica y deriva en que sea la primera causa de discapacidad entre adultos menores de 50 años, principalmente mujeres.

Hoy se celebra el Día Internacional de Acción contra la Migraña, una enfermedad sin cura -pero con avances en tratamientos- que en

España se diagnostica con hasta 6 años de retraso y que en el mundo afecta a 1.100 millones de personas, es decir a 1 de cada 7, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Pero no solo la SEN, los médicos de Atención Primaria estiman que 4,5 millones de españoles la sufren de forma ocasional y cerca 1 millón de forma crónica, pero un 40 % de pacientes nunca acude a consulta médica y un 70 % de los que están tratamiento lo abandonan de forma precoz.

Afecta al 18 % de las mujeres y al 9% de los hombres -9% de las niñas frente al 5% de los niños- y en su forma crónica también afecta mayoritariamente a mujeres: el 6 % frente a algo menos del 3% de los hombres.

Se considera padecer la enfermedad de forma crónica cuando la cefalea que produce la migraña se padece más de 15 días al mes y en los peores casos más del 50% de las personas que la sufren presentan un grado de discapacidad grave o muy grave.

## **Aparece más en niveles socioeconómicos desfavorecidos**

La alta relación entre el estrés -relacionado con condiciones laborales, económicas y sociales- y el desarrollo de migrañas y otras cefaleas ha hecho que en las últimas décadas su prevalencia sea mayor entre las personas más desfavorecidas.

Según la SEN, son muchos los estudios que afirman que la migraña crónica -la más invalidante- es más frecuente en personas que viven en entornos con un nivel socioeconómico más bajo.

Estrés, obesidad, estilos de vida o falta de sueño, también influyen en la discapacidad que provoca la migraña.

“La migraña es una cefalea primaria frecuente, severa e incapacitante que reduce significativamente la calidad de vida de los pacientes, aumenta el riesgo de padecer otras muchas enfermedades como ictus, infarto de miocardio, ansiedad, depresión, o insomnio y tiene un enorme impacto económico en la sociedad por el absentismo y la pérdida de productividad que genera”, ha explicado Pablo Irimia, coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología.

También existen migrañas de tipo ocular, un tipo de cefalea que, por lo general, se localiza en un lado de la cabeza o alrededor del ojo, y que aparecen por hábitos como una incorrecta higiene del sueño, el consumo excesivo de cafeína, estrés muy intenso o esfuerzos de visión cercana.

## Más del 50 % se automedica

Debido a la falta de diagnóstico, más del 50% de las personas que padecen migraña se automedican con analgésicos sin receta pese a que el uso excesivo de esta medicación para la sintomatología es una de las principales causas de la cronificación de la enfermedad.

"Cada año, cerca de un 3% de las personas con migraña pasan de tener una migraña episódica a una crónica, mientras que un 6% pasa de una migraña de baja frecuencia a otra de alta frecuencia", según la SEN.

## Tratamientos mensuales o trimestrales

En los últimos años se han producido importantes avances en el

conocimiento de la fisiopatología de la migraña, con fármacos que se administran mediante una inyección subcutánea o intravenosa y que cuentan con una periodicidad mensual o trimestral.

Si bien la migraña no tiene cura, los expertos recuerdan que con un correcto tratamiento y seguimiento de la enfermedad la gran mayoría de los pacientes pueden lograr importantes mejorías en su calidad de vida.

### TE RECOMENDAMOS

#### ÚNETE A NUESTRO BOLETÍN

Acepto los [términos de uso](#) y la [política de privacidad](#)