Epicentro.Tv

Infosalus.- Neurólogo asevera que la migraña genera pérdidas más allá del dolor de cabeza y destaca el valor de un manejo adecuado

El jefe del Servicio de Neurología de la Fundación Jiménez Díaz y presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Jesús Porta, ha aseverado que "la migraña produce pérdidas en cascada que van mucho más allá del dolor de cabeza", pero ha destacado que un manejo profesional adecuado en colaboración con los pacientes ayuda a que recuperen el control de su vida y logren una normalidad

Última Actualización 10/09/2026 17:15

Foto: PHEELINGS MEDIA/ISTOCK - Archivo

MADRID, 10 (EUROPA PRESS)

El jefe del Servicio de Neurología de la Fundación Jiménez Díaz y presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Jesús Porta, ha aseverado que "la migraña produce pérdidas en cascada que van mucho más allá del dolor de cabeza", pero ha destacado que un manejo profesional adecuado en colaboración con los pacientes ayuda a que recuperen el control de su vida y logren una normalidad.

Porta ha enumerado algunas de las pérdidas que sufren los pacientes de migraña, cinco millones en España, como son los síntomas cognitivos, la niebla mental y las dificultades para concentrarse que pueden persistir después del ataque, así como la ansiedad anticipatoria y el miedo constante a un nuevo ataque de migraña.

Últimas noticias

europa press

11:13 **Infosalus.- Dermatólogo aconseja mantener "cuidados constantes" frente a la dermatitis atópica aunque no haya síntomas**

11:05 **EEUU.- Oracle eleva su beneficio un 60% en su primer trimestre fiscal y repunta un 7% en Bolsa**

10:43 **Infosalus.- Mónica García cree que los médicos tienen "razones legítimas" para protestar y afirma que ha intentado evitar la huelga**

10:28 **PortalTIC.- Google lanza la aplicación de Gemini en Windows con un agente de IA que realiza tareas en segundo plano**

"El verdadero impacto está en lo que nadie ve desde fuera", ha apuntado para destacar que un abordaje colaborativo de la enfermedad permite no solo aliviar el dolor, sino que los pacientes consigan normalidad en los ámbitos familiar, social, laboral y personal. "Eso es lo que realmente es transformador y también lo que nos motiva en nuestro día a día en consulta", ha resaltado.

La presidenta de la Asociación Española de Migraña y Cefalea (AEMICE), Isabel Colomina, ha compartido su experiencia como paciente con migraña resaltando que esta enfermedad lleva a perder confianza, planes con la familia y el sentimiento de tener el control de tu día.

"Cada mes esperas que no te golpee la siguiente crisis. Pero cuando logras manejar la enfermedad con tu médico, empiezas a recuperar cosas que pensabas que habías perdido para siempre: tu autonomía, tu tranquilidad, tu vida", ha destacado.

CAMPAÑA 'LOST&FOUND'

En el marco del Día Internacional de Acción contra la Migraña, que se conmemora este sábado, Pfizer ha lanzado la campaña global 'Lost&Found', con la que busca visibilizar las pérdidas cotidianas y silenciosas que los pacientes sufren a causa de esta enfermedad, al tiempo que destaca como, de la mano de médicos y con apoyo, es posible recuperar el control y el bienestar en sus vidas.

El director médico de Pfizer España, José Chaves, ha afirmado que con iniciativas como esta el objetivo de la compañía es visibilizar el impacto "real y silencioso" de la migraña, reconociendo las pérdidas cotidianas de los pacientes y ayudando a que recuperen el control.

De los cinco millones de españoles con migraña, aproximadamente el 70 por ciento son mujeres. Supone la primera causa de discapacidad en adultos menores de 50 años y la segunda a nivel mundial. A pesar de su elevada prevalencia y de la discapacidad que genera, desde Pfizer han aseverado que la enfermedad continúa rodeada de un estigma que contribuye a invisibilizar sus consecuencias reales.

Cerrar ventana

EL MAPA DEFINITIVO DEL CEREBRO FEMENINO

Por VitaPiena No hay comentarios 10 de septiembre de 2026 14:54



Table of Contents

1. El impacto real de las grandes transiciones hormonales
2. Pubertad y embarazo: la 'poda' de materia gris que prepara al cerebro para la maternidad
3. Menopausia: por qué el cerebro deja de perder volumen durante la transición
4. Limitaciones del estudio: por qué no se puede hablar todavía de 'niebla mental

El impacto real de las grandes transiciones hormonales

Un estudio en 'Nature Communications' con más de 1.000 mujeres revela que la pubertad y el embarazo remodelan la materia gris del cerebro, mientras que la menopausia frena temporalmente su pérdida natural.

La neurociencia ha dado históricamente la espalda a la mitad de la población. Apenas entre el **2% y el 6% de los estudios del cerebro se realizan exclusivamente en muestras de mujeres**. Esta brecha de género ha obviado los procesos biológicos más cruciales del ciclo vital de la mujer. Ahora, un estudio longitudinal publicado en *Nature Communications* ha analizado las tres grandes transiciones hormonales del cerebro femenino: **la pubertad, el embarazo y la menopausia**.

«Durante mucho tiempo parecía que las hormonas no se tomaban en serio en ciencia; **no se tenía noción de su enorme impacto en el cerebro**«, aporta una de las autoras de la investigación, **Elseline Hoekzema** del Pregnancy Brain Lab de la Universidad de Ámsterdam. La coautora **Sophie van 't Hof**, del Centro Médico Universitario de Ámsterdam (AUMC), apunta que este retraso procede de excluir a las mujeres en las investigaciones con la excusa de su fluctuación hormonal «siempre me ha parecido alucinante; como investigadora buscas estudiar sistemas complejos, y **la interacción entre cerebro y hormonas es de lo más fascinante**».

Los resultados de la investigación liderada por Van 't Hof y Hoekzema y basados en resonancias de 1.095 participantes, muestran que la adolescencia (marcada por la llegada de la primera regla) y la gestación provocan una drástica reorganización cerebral con reducciones de materia gris cortical.

Esto responde a un proceso de **especialización del neurodesarrollo** en la primera etapa. Durante el **embarazo**, la disminución se localiza de forma muy precisa en regiones de la corteza de asociación, la red neuronal por defecto y las redes de la teoría de la mente, **áreas que regulan la cognición social, la autorreferencia y la empatía**. Esto supone una remodelación adaptativa destinada a facilitar las conductas de cuidado materno y el **vínculo biológico con el bebé**.

Pubertad y embarazo: la 'poda' de materia gris que prepara al cerebro para la maternidad

Latest Popular Trending


EL MAPA DEFINITIVO DEL CEREBRO FEMENINO
Sep 10, 2026


LÁGRIMAS, «EL LIMPIAPARABRISAS BIOLÓGICO»
Sep 09, 2026


EL IMPACTO DEL USO DEL MÓVIL DE LOS PADRES SOBRE LOS HIJOS
Ago 20, 2026


LOS EJERCICIOS Y EL PASO DE LOS AÑOS
Ago 19, 2026


PARA MIRAR EL ECLIPSE, PROTEGE TUS OJOS
Ago 12, 2026


UNA SONRISA, UN ABRAZO, UNA LLAMADA... PUEDE SALVAR UNA VIDA
Jul 23, 2026

AYÚDANOS PARA SEGUIR AYUDANDO

bizum

BIZUM 08777
(1) Entra en tu cuenta personal
(2) Entra a Bizum
(3) Ubica y entra a "donar a una causa solidaria"
(4) Coloca el código 08777
(5) Coloca el monto y envía (lo puedes hacer de forma regular)

SINO una transferencia a:
Asociación Vida Plena Mente Saludable
ES68 0182 6260 0802 0185 9951



«Conocemos desde hace años que el cerebro cambia en el embarazo o la adolescencia, pero nunca se habían puesto junto a la **menopausia**, la gran **desconocida**«, cuenta a como recoge *Science Media Center (SMC)*, Sandra Doval Moreno, doctora en Psicología por la Universidad Complutense de Madrid y profesora docente investigadora en la Universidad Internacional de La Rioja. «Pubertad y embarazo conllevan una pérdida de sustancia gris en la corteza de asociación, como si el cerebro se estuviera 'podando' de forma parecida».

Los datos revelan que la menarquia conlleva una tasa de reducción mensual de materia gris del -0,16%. En las embarazadas, la disminución mensual es del -0,12%. Aunque este encogimiento alarma, las autoras cambian la narrativa. «**La gente asocia estas reducciones a pérdidas cognitivas**«, aclara Van 't Hof. «Pero al ver que ocurre igual en la pubertad, cambia la perspectiva hacia un proceso de ajuste fino o refinamiento cerebral (*neuro fine-tuning*): un cambio adaptativo y especializado, no dañino». De hecho, **se consolida el concepto de 'matrescencia'**, definido como el nacimiento de una madre, como un espejo biológico de la adolescencia.

En las madres, esta remodelación se concentra en regiones de la **cognición social y la empatía para facilitar el vínculo**. No obstante, este cableado rápido entraña vulnerabilidad emocional. Desde la Sociedad Española de Neurología, Susana Arias advierte de que «esa remodelación masiva y rápida en periodos de **alto estrés neuroendocrino** hace que pueda ser una ventana de alta vulnerabilidad para el comienzo o la recaída de trastornos neuroafectivos».

Menopausia: por qué el cerebro deja de perder volumen durante la transición

La sorpresa científica llega con la madurez. Mientras que las mujeres premenopáusicas y postmenopáusicas estables sufren una pérdida progresiva de materia gris por el envejecimiento natural, aquellas las que están en plena etapa mantuvieron su volumen intacto.

«El estudio muestra **una congelación o atenuación de la pérdida de volumen durante la transición a la menopausia**; una dinámica neurobiológica claramente distinta», señala Arias. Ante la caída de estrógenos y progesterona, el cerebro suspende provisionalmente su habitual atrofia por edad.

Ante esto, Van 't Hof pide cautela: «Vimos una pausa en el descenso de materia gris, pero los efectos estaban distribuidos por todo el cerebro y su tamaño es muchísimo menor que la inmensa remodelación de la pubertad y el embarazo. En la menopausia, los efectos son mucho menores». Para Sandra Doval, este hallazgo «abre **una vía interesante para pensar en la plasticidad cerebral femenina**... como algo que podría ir en ambas direcciones, y no como un simple declive».

Limitaciones del estudio: por qué no se puede hablar todavía de 'niebla mental

La comunidad científica recalca que todavía estamos en una fase preliminar. «El **volumen cerebral es una medida macroscópica** que no permite identificar cambios a nivel celular ni alteraciones funcionales», puntualiza Rafael Romero García (Universidad de Sevilla), como recoge SMC. Además, advierte de que «al **tratarse de un estudio observacional**, no permite establecer una relación causal entre cambios hormonales y cambios cerebrales».

Relacionar estos datos con síntomas como la «**neblina mental**» es un error común. Las autoras son tajantes: «Es de suma importancia no vincular cambios estructurales con el funcionamiento cognitivo; no disponemos de datos de rendimiento», aclara Van 't Hof. A esto, Hoekzema añade que «**existe una queja subjetiva de pérdida de memoria en las madres**, pero aún no sabemos si se refleja en la función cerebral; estamos investigándolo ahora».

«Estamos ante la base fundamental», argumenta Hoekzema, que comenta, además, que «antes de buscar vías clínicas, primero es obligatorio mapear qué sucede en el cerebro como un todo en la población sana». Factores no controlados, como el estrés, el sueño, el uso previo de anticonceptivos o variables socioeconómicas, podrían explicar parte de la variabilidad observada en las participantes.

Fuente: **Pilar Pérez** – El Mundo, España

Share Article

Previous Article

LÁGRIMAS, «EL LIMPIAPARABRISAS BIOLÓGICO»

Sign Up For Daily Newsletter
Manténgase al día con nuestro boletín semanal. ¡Suscríbase ahora para no perderse ninguna actualización!

Name *
Nombre Apellidos
Número móvil *
Email *







Volver

Un estudio nacional busca conocer el impacto de la CIDP a partir de la experiencia de las personas afectadas

10 Septiembre, 2026



Las personas con **polirradiculoneuropatía desmielinizante inflamatoria crónica (PDIC), conocida también como CIDP por sus siglas en inglés, pueden participar hasta el próximo 30 de septiembre en un estudio nacional** destinado a conocer con mayor profundidad la carga de esta enfermedad, así como su impacto en la vida cotidiana.

La iniciativa está promovida por **argenx**, compañía que colabora con Federación ASEM en diferentes proyectos, con el apoyo de la **Asociación de Neuropatías Autoinmunes – GBS|CIDP España**, entidad que forma parte de la Red ASEM. Además, el estudio ha sido diseñado junto a un comité científico de expertos y cuenta con el aval científico de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**.

tratamientos o las necesidades que todavía no encuentran una respuesta adecuada.

La experiencia de las personas con CIDP, en el centro del estudio

El proyecto combina dos líneas de trabajo complementarias. Por una parte, incluye una **encuesta online dirigida a personas diagnosticadas con CIDP**, cuya realización requiere aproximadamente 20 minutos. Por otra, contempla **una fase cualitativa mediante entrevistas a pacientes, personas cuidadoras y profesionales sanitarios**, de modo que sea posible profundizar en las experiencias recogidas y contextualizar los resultados obtenidos.

Según la información facilitada por sus promotores, se trata de la **primera iniciativa realizada en España que aborda la CIDP de manera integral desde esta perspectiva**. Por ello, alcanzar una participación amplia, tanto desde el punto de vista geográfico como por la diversidad de experiencias, permitirá disponer de una imagen más representativa de la realidad de las personas afectadas.

Desde Federación ASEM consideramos especialmente relevante impulsar estudios que incorporen directamente la voz de las personas con enfermedades neuromusculares, puesto que conocer su experiencia permite identificar necesidades no cubiertas, comprender mejor el impacto real de las patologías, además de generar evidencia que contribuya a mejorar la atención y la calidad de vida.

La **encuesta permanecerá abierta hasta el 30 de septiembre de 2026**. Las personas con diagnóstico de CIDP interesadas en participar pueden consultar toda la información sobre el estudio y acceder al cuestionario a través de su página web.

Participa en la Encuesta Nacional sobre CIDP (PDIC): https://www.experienciacidpespana.com/

ANTERIOR

¡Comparte!

También te puede interesar

VET FOR INCLUSION Presenta En Madrid Sus Herramientas Para Avanzar Hacia Una Formación Profesional Más Inclusiva

El próximo 28 de septiembre, Madrid acogerá la jornada de presentación y pilotaje de VET FOR INCLUSION, un proyecto europeo

Leer Más

Federación ASEM Organiza En Burgos El Encuentro «Conectando Realidades» Dirigido A Entidades Y Las Familias

Los días 6 y 7 de octubre de 2026, Federación ASEM celebrará en el Centro de Referencia Estatal de Atención

Leer Más

SIGLO XXI
Diario digital independiente, plural y abierto

Tu look con –20 '

Neurólogo asevera que la migraña genera pérdidas más allá del dolor de cabeza y destaca el valor de un manejo adecuado

Agencias
Jueves, 10 de septiembre de 2026, 17:11 h (CET)

El jefe del Servicio de Neurología de la Fundación Jiménez Díaz y presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Jesús Porta, ha aseverado que "la migraña produce pérdidas en cascada que van mucho más allá del dolor de cabeza", pero ha destacado que un manejo profesional adecuado en colaboración con los pacientes ayuda a que recuperen el control de su vida y logren una normalidad.

Porta ha enumerado algunas de las pérdidas que sufren los pacientes de migraña, cinco millones en España, como son los síntomas cognitivos, la niebla mental y las dificultades para concentrarse que pueden persistir después del ataque, así como la ansiedad anticipatoria y el miedo constante a un nuevo ataque de migraña.

"El verdadero impacto está en lo que nadie ve desde fuera", ha apuntado para destacar que un abordaje colaborativo de la enfermedad permite no solo aliviar el dolor, sino que los pacientes consigan normalidad en los ámbitos familiar, social, laboral y personal. "Eso es lo que realmente es transformador y también lo que nos motiva en nuestro día a día en consulta", ha resaltado.

La presidenta de la Asociación Española de Migraña y Cefalea (AEMICE), Isabel Colomina, ha compartido su experiencia como paciente con migraña resaltando que esta enfermedad lleva a perder confianza, planes con la familia y el sentimiento de tener el control de tu día.

"Cada mes esperas que no te golpee la siguiente crisis. Pero cuando logras manejar la enfermedad con tu médico, empiezas a recuperar cosas que pensabas que habías perdido para siempre: tu autonomía, tu tranquilidad, tu vida", ha destacado.

CAMPAÑA 'LOST&FOUND'

En el marco del Día Internacional de Acción contra la Migraña, que se conmemora este sábado, Pfizer ha lanzado la campaña global 'Lost&Found', con la que busca visibilizar las pérdidas cotidianas y silenciosas que los pacientes sufren a causa de esta enfermedad, al tiempo que destaca como, de la mano de médicos y con apoyo, es posible recuperar el control y el bienestar en sus vidas.

Una tendencia silen
avanza en España
Funsdoc

Lo más leído

1 Empresario venezolano tiene las manos metidas en la guerra entre Rusia y Ucrania

2 Ceuta: la excepción amenaza con convertirse en destino

3 Ceuta renunciada, dejada e insultada

4 La filosofía que encierra la frase "Como es arriba, es abajo"

5 La frontera del silencio: cuando la prudencia de Estado se confunde con debilidad

Un giro discreto sor
a los españoles
Funsdoc

Noticias relacionadas

Donemos una fértil unidad; entre contemplación y acción

El director médico de Pfizer España, José Chaves, ha afirmado que con iniciativas como esta el objetivo de la compañía es visibilizar el impacto "real y silencioso" de la migraña, reconociendo las pérdidas cotidianas de los pacientes y ayudando a que recuperen el control.

De los cinco millones de españoles con migraña, aproximadamente el 70 por ciento son mujeres. Supone la primera causa de discapacidad en adultos menores de 50 años y la segunda a nivel mundial. A pesar de su elevada prevalencia y de la discapacidad que genera, desde Pfizer han aseverado que la enfermedad continúa rodeada de un estigma que contribuye a invisibilizar sus consecuencias reales.

Te recomendamos addoor



Samsung a un superprecio

Este pack de Yoigo, ¡es de otra galaxia! Galaxy S26 Ultra con Fibra y GB infinitos.



Spoticar

Elige entre los mejores eléctricos con hasta 8 años de garantía especial Spoticar Care



El nuevo Alfa urbano

Junior íbrida. Diseño italiano y carácter deportivo en ciudad.



Generar ingresos pasivos con la IA

¿Sabías que puedes triplicar tus ingresos con la IA? Te explicamos como



Los médicos están asombrados: ¡esta verdura quema grasa mientras duermes!

Prueba esta noche



NUEVO JEEP AVENGER 4xe

La mezcla perfecta de estilo y funcionalidad. Con un diseño inteligente pensado para evitar arañazos y abolladuras manteniendo un aspecto fresco con el paso del tiempo.

DISCOVER WITH addoor

Recogerse y acogerse es un níveo concentrado de bondad y pasión que precisamos como jamás, poner en acción, con reposición contemplativa. Sus efectos benignos y sus afectos generosos, es lo que verdaderamente nos alienta como sociedad y nos alimenta como espíritu andante, en este planeta por el que nos movemos y cohabitamos, hasta que la muerte nos abrace.

Un juzgado de Pontevedra condena a UFD del Grupo Naturgy por refacturaciones sobre fraudes falsos

El Juzgado Contencioso-Administrativo de Pontevedra ha anulado una factura de 15.600 € que pretendía cobrar la Distribuidora del grupo Naturgy alegando un “fraude eléctrico” que no ha podido demostrar en el juicio. En sentencia firme, UFD Distribución contra el recurso presentado ante la Resolución de la Xunta de Galicia, que daba la razón al titular del contrato de suministro y consideraba nula la refacturación practicada por alegar un ‘fraude eléctrico’ en el contador de electricidad.

Epístola a un anciano

Sí, me refiero a ti. A ese que de vez en cuando va a recoger a sus nietos al cole. A esos que están sentados en un banco de un jardín e incluso a los que están echando una partidita de dominó, esperando matar al contrario esos seis dobles que están a la expectativa, mirando de reojo al rival para que no le asesinen esa ficha adversa que todos no sabemos dónde meter cuando nos hunde la suerte en el reparto de fichas. A

infosalus / **actualidad**

Neurólogo asevera que la migraña genera pérdidas más allá del dolor de cabeza y destaca el valor de un manejo adecuado



Archivo - Mujer con dolor de cabeza.
- PHEELINGS MEDIA/ISTOCK - Archivo

Infosalus
Publicado: jueves, 10 septiembre 2026 17:11

IA Seguir en

MADRID 10 Sep. (EUROPA PRESS) -

El jefe del Servicio de Neurología de la Fundación Jiménez Díaz y presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Jesús Porta, ha aseverado que "la migraña produce pérdidas en cascada que van mucho más allá del dolor de cabeza", pero ha destacado que un manejo profesional adecuado en colaboración con los pacientes ayuda a que recuperen el control de su vida y logren una normalidad.

Porta ha enumerado algunas de las pérdidas que sufren los pacientes de migraña, cinco millones en España, como son los síntomas cognitivos, la niebla mental y las dificultades para concentrarse que pueden persistir después del ataque, así como la ansiedad anticipatoria y el miedo constante a un nuevo ataque de migraña.

X

"El verdadero impacto está en lo que nadie ve desde fuera", ha apuntado para destacar que un abordaje colaborativo de la enfermedad permite no solo aliviar el dolor, sino que los pacientes consigan normalidad en los ámbitos familiar, social, laboral y personal. "Eso es lo que realmente es transformador y también lo que nos motiva en nuestro día a día en consulta", ha resaltado.

La presidenta de la Asociación Española de Migraña y Cefalea (AEMICE), Isabel Colomina, ha compartido su experiencia como paciente con migraña resaltando que esta enfermedad lleva a perder confianza, planes con la familia y el sentimiento de tener el control de tu día.

"Cada mes esperas que no te golpee la siguiente crisis. Pero cuando logras manejar la enfermedad con tu médico, empiezas a recuperar cosas que pensabas que habías perdido para siempre: tu autonomía, tu tranquilidad, tu vida", ha destacado.

X

CAMPAÑA 'LOST&FOUND'

Te puede gustar

¿Cómo será nuestra vida dentro de 15 años? Un viaje hacia un futuro que ya está en marcha

Europa Press

Las personas con autismo tienen una esperanza de vida 14 años menor en Estados Unidos: un estudio identifica las causas

Europa Press

Septiembre huele a nuevo.

KIA | Patrocinado

Más información

En el marco del Día Internacional de Acción contra la Migraña, que se conmemora este sábado, Pfizer ha lanzado la campaña global 'Lost&Found', con la que busca visibilizar las pérdidas cotidianas y silenciosas que los pacientes sufren a causa de esta enfermedad, al tiempo que destaca como, de la mano de médicos y con apoyo, es posible recuperar el control y el bienestar en sus vidas.

El director médico de Pfizer España, José Chaves, ha afirmado que con iniciativas como esta el objetivo de la compañía es visibilizar el impacto "real y silencioso" de la migraña, reconociendo las pérdidas cotidianas de los pacientes y ayudando a que recuperen el control.

De los cinco millones de españoles con migraña, aproximadamente el 70 por ciento son mujeres. Supone la primera causa de discapacidad en adultos menores de 50 años y la segunda a nivel mundial. A pesar de su elevada prevalencia y de la discapacidad que genera, desde Pfizer han aseverado que la enfermedad continúa rodeada de un estigma que contribuye a invisibilizar sus consecuencias reales.

X

Cantabria Liberal

SANIDAD CANTABRIA 10-09-2026 17:15

Neurólogo asevera que la migraña genera pérdidas más allá del dolor de cabeza y destaca el valor de un manejo adecuado

El jefe del Servicio de Neurología de la Fundación Jiménez Díaz y presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Jesús Porta, ha aseverado que "la migraña produce pérdidas en cascada que van mucho más allá del dolor de cabeza", pero ha destacado que un manejo profesional adecuado en colaboración con los pacientes ayuda a que recuperen el control de su vida y logren una normalidad.



Utilizamos "cookies" propias y de terceros para elaborar información estadística y mostrarte publicidad, contenidos y servicios personalizados a través del análisis de tu navegación. Si continúas navegando aceptas su uso.
SABER MÁS ACEPTAR Y CERRAR

después del ataque, así como la ansiedad anticipatoria y el miedo constante a un nuevo ataque de migraña.

"El verdadero impacto está en lo que nadie ve desde fuera", ha apuntado para destacar que un abordaje colaborativo de la enfermedad permite no solo aliviar el dolor, sino que los pacientes consigan normalidad en los ámbitos familiar, social, laboral y personal. "Eso es lo que realmente es transformador y también lo que nos motiva en nuestro día a día en consulta", ha resaltado.

La presidenta de la Asociación Española de Migraña y Cefalea (AEMICE), Isabel Colomina, ha compartido su experiencia como paciente con migraña resaltando que esta enfermedad lleva a perder confianza, planes con la familia y el sentimiento de tener el control de tu día.

"Cada mes esperas que no te golpee la siguiente crisis. Pero cuando logras manejar la enfermedad con tu médico, empiezas a recuperar cosas que pensabas que habías perdido para siempre: tu autonomía, tu tranquilidad, tu vida", ha destacado.

CAMPAÑA `LOST&FOUND`

En el marco del Día Internacional de Acción contra la Migraña, que se conmemora este sábado, Pfizer ha lanzado la campaña global `Lost&Found`, con la que busca visibilizar las pérdidas cotidianas y silenciosas que los pacientes sufren a causa de esta enfermedad, al tiempo que destaca como, de la mano de médicos y con apoyo, es posible recuperar el control y el bienestar en sus vidas.

Utilizamos "cookies" propias y de terceros para elaborar información estadística y mostrarte publicidad, contenidos y servicios personalizados a través del análisis de tu navegación. Si continúas navegando aceptas su uso.

SABER MÁS ACEPTAR Y CERRAR

pacientes y ayudando a que recuperen el control.

De los cinco millones de españoles con migraña, aproximadamente el 70 por ciento son mujeres. Supone la primera causa de discapacidad en adultos menores de 50 años y la segunda a nivel mundial. A pesar de su elevada prevalencia y de la discapacidad que genera, desde Pfizer han aseverado que la enfermedad continúa rodeada de un estigma que contribuye a invisibilizar sus consecuencias reales.

Sé el primero en comentar

Comentario

Alias

ENVIAR

Noticias que te pueden interesar:

Utilizamos "cookies" propias y de terceros para elaborar información estadística y mostrarte publicidad, contenidos y servicios personalizados a través del análisis de tu navegación. Si continúas navegando aceptas su uso.

SABER MÁS ACEPTAR Y CERRAR

notimérica / vida

Infosalus.- Neurólogo asevera que la migraña genera pérdidas más allá del dolor de cabeza y destaca el valor de un manejo adecuado



Archivo - Mujer con dolor de cabeza.
- PHEELINGS MEDIA/ISTOCK - Archivo

MADRID 10 Sep. (EUROPA PRESS) -

Publicidad

Powered b

El jefe del Servicio de Neurología de la Fundación Jiménez Díaz y presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Jesús Porta, ha aseverado que "la migraña produce pérdidas en cascada que van mucho más allá del dolor de cabeza", pero ha destacado que un manejo

profesional adecuado en colaboración con los pacientes ayuda a que recuperen el control de su vida y logren una normalidad.

Porta ha enumerado algunas de las pérdidas que sufren los pacientes de migraña, cinco millones en España, como son los síntomas cognitivos, la niebla mental y las dificultades para concentrarse que pueden persistir después del ataque, así como la ansiedad anticipatoria y el miedo constante a un nuevo ataque de migraña.

"El verdadero impacto está en lo que nadie ve desde fuera", ha apuntado para destacar que un abordaje colaborativo de la enfermedad permite no solo aliviar el dolor, sino que los pacientes consigan normalidad en los ámbitos familiar, social, laboral y personal. "Eso es lo que realmente es transformador y también lo que nos motiva en nuestro día a día en consulta", ha resaltado.

La presidenta de la Asociación Española de Migraña y Cefalea (AEMICE), Isabel Colomina, ha compartido su experiencia como paciente con migraña resaltando que esta enfermedad lleva a perder confianza, planes con la familia y el sentimiento de tener el control de tu día.

"Cada mes esperas que no te golpee la siguiente crisis. Pero cuando logras manejar la enfermedad con tu médico, empiezas a recuperar cosas que pensabas que habías perdido para siempre: tu autonomía, tu tranquilidad, tu vida", ha destacado.

CAMPAÑA 'LOST&FOUND'

Te puede gustar

¿Cómo será nuestra vida dentro de 15 años? Un viaje hacia un futuro que ya está en marcha

Europa Press

Aliados del PSOE ven "extravagante" y "obscena" la iniciativa del PSOE para que Feijóo declare como paga su piso

Europa Press

Hay investigaciones que buscan respuestas

maxima investigación | Patrocinado

En el marco del Día Internacional de Acción contra la Migraña, que se conmemora este sábado, Pfizer ha lanzado la campaña global 'Lost&Found', con la que busca visibilizar las pérdidas cotidianas y silenciosas que los pacientes sufren a causa de esta enfermedad, al tiempo que destaca como, de la mano de médicos y con apoyo, es posible recuperar el control y el bienestar en sus vidas.

El director médico de Pfizer España, José Chaves, ha afirmado que con iniciativas como esta el objetivo de la compañía es visibilizar el impacto "real y silencioso" de la migraña, reconociendo las pérdidas cotidianas de los pacientes y ayudando a que recuperen el control.

De los cinco millones de españoles con migraña, aproximadamente el 70 por ciento son mujeres. Supone la primera causa de discapacidad en adultos menores de 50 años y la segunda a nivel mundial. A pesar de su elevada prevalencia y de la discapacidad que genera, desde Pfizer han aseverado que la enfermedad continúa rodeada de un estigma que contribuye a invisibilizar sus consecuencias reales.

Contenido patrocinado

DESCUBRE LA GAMA DE

viernes, 11 de septiembre de 2026

1891 2026 135 Diario de Burgos

Diario de Burgos 135

SOCIEDAD

Las familias piden usar los fármacos contra el alzhéimer

Angélica González / Burgos - lunes, 7 de septiembre de 2026

La asociación que atiende a personas con esta enfermedad y sus familias se muestra muy crítica con la decisión tomada de no autorizar su financiación pública. Eduardo Tomé cuida a su esposa Socorro, que podría ser acreedora de esos tratamientos



ardescosmetic

En directo: el escándalo que podría acabar con su carrera

Eduardo Tomé es el cuidador principal de Socorro, su mujer. - Foto: Alberto Rodrigo

Añadir a fuentes preferidas

Desde el pasado mes de julio el movimiento asociativo que componen las personas con alzhéimer y otras demencias y sus familias y la sociedad científica que agrupa a los neurólogos de España están soliviantadas. También varias farmacéuticas. La decisión de la Comisión Interministerial de Precios de los Medicamentos de no incluir en la financiación pública dos fármacos que modifican el curso de la enfermedad si se usan cuando esta apenas da sus primeros síntomas, algo que no había ocurrido en las últimas décadas, se ha convertido en el centro de la campaña anual con motivo del día internacional, que se celebra el próximo 21. Con el lema 'El no ya no es la respuesta' la Confederación Española de Alzhéimer y otras demencias (Ceafa) ha hecho pública la denuncia «de la situación de abandono que viven muchas personas diagnosticadas de alzhéimer ante la negativa de las administraciones a facilitar el acceso a los tratamientos innovadores desarrollados tras décadas de investigación». Afabur, la asociación local, se ha sumado también a esta crítica.

La psicóloga Olga Ortega, directora del centro de día de la calle San Julián, explica que tanto Leqembi (nombre con el que se comercializa el principio activo lecanemab) como Kisunla (correspondiente al donanemab) suponen el primer cambio de paradigma en muchísimos años para el abordaje de una patología ante la cual durante mucho tiempo los investigadores se encontraron sin salida. « A diferencia de los fármacos tradicionales, que solo alivian de forma temporal



algunos síntomas como la pérdida de memoria o la desorientación, estos ralentizan el empeoramiento porque atacan directamente la causa biológica, son anticuerpos monoclonales diseñados para unirse a las placas de proteína beta-amiloide que se acumulan en el cerebro de los enfermos y eliminarlas. Hacen como una especie de limpieza».


Diario de Burgos

LA CAJA FUERTE DE CLUNIA

El Supremo rechaza dar a Nuclenor una ayuda millonaria para despidos

La venta de activos en India devuelve a Antolín a los beneficios

Ayala trasvasa a las peñas la decisión sobre la celebración del Parral

EL BURGOS CF BUSCA LA SEGUNDA VICTORIA ANTE UN COLISTA SIN ESTRENAR

EDELMIRO, EL ETERNO HÉROE BURGALÉS DEL 11-S

Explica, por otro lado, que no todos los pacientes reúnen las condiciones para poder utilizarlos sino alrededor de entre un cinco y un siete por ciento de personas con unas características muy determinadas. Añade que tienen efectos secundarios graves y que se administran en el hospital después de haber realizado al enfermo varias pruebas de neuroimagen, es decir, que se es consciente de que son necesarios muchos más recursos, por no hablar del coste por cada paciente, que se ha cifrado entre 25.000 y 30.000 euros. Pero hace una reflexión que tiene que ver con la vulnerabilidad de estas personas y su entorno familiar ante una patología tan devastadora.

«Sabemos perfectamente que no cura la enfermedad, las familias también lo saben, pero no hay que olvidar que hay personas que van a poder preservar su calidad de vida durante, por ejemplo, cinco meses más en comparación con el avance natural de la enfermedad y otras que igual lo mantienen un año, y esto supone que van a ser más tiempo autónomas, algo que también se puede cuantificar en términos económicos porque el alzhéimer conlleva muchos cuidados, muchas ayudas técnicas y es una enfermedad de larga duración en la que se utilizan medicamentos que tampoco son baratos», añade la psicóloga.

A su juicio, la negativa de la Comisión Interministerial de Precios de los Medicamentos, en la que participan los ministerios de Sanidad, Hacienda, Economía e Industria y las comunidades autónomas, va a establecer una discriminación entre los pacientes que van a poder pagar de forma privada el precio de los tratamientos y los que no. «Va a haber enfermos de primera y de segunda, eso está claro».

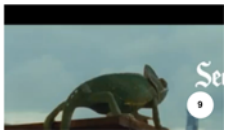
Hace referencia la psicóloga también a cómo la Sociedad Española de Neurología ha participado en este debate expresando «su profundo pesar» por la decisión del Estado limitando el acceso a estos dos fármacos al ámbito privado a pesar de que han sido aprobados por la Agencia Europea del Medicamento. Así se expresaba la entidad científica al conocer la noticia: «La incorporación ordenada de estos fármacos, supondría la mejora de circuitos diagnósticos y redes asistenciales especializadas que no sólo beneficiarían a los pacientes que reciben estos fármacos, sino a todos los pacientes con sospecha o afectados por algún tipo de deterioro cognitivo, como hemos presenciado los neurólogos en las últimas décadas con la introducción de novedades terapéuticas en ictus, esclerosis múltiple o migraña. Excluir estas terapias del Sistema Nacional de Salud frena ese impulso y retrasa la modernización de la atención pública a la enfermedad de alzhéimer y otras demencias, así como la formación de nuestros profesionales, que fundamentalmente, se forman en centros públicos y la investigación en el campo».

Y las farmacéuticas comercializadoras de ambos productos sanitarios también han hecho públicas sus críticas. El rechazo de la Comisión a la financiación de los tratamientos se debe a la negativa de las empresas a aceptar la cláusula de techo de gasto, un mecanismo de control financiero mediante el cual se fija un límite máximo de dinero público que pagará a una farmacéutica al año por un medicamento. Si las necesidades hacen que se supere esa cifra máxima acordada, el laboratorio está obligado a seguir suministrando el fármaco a la sanidad pública sin coste adicional. Para Sanidad, esta medida era indispensable dada la gran cantidad de potenciales beneficiarios con alzhéimer, evitando así que el gasto se desbordara y pusiera en riesgo la sostenibilidad global del sistema sanitario.

Sigue el canal de Diario de Burgos en WhatsApp y entérate de todo lo que ocurre

ARCHIVADO EN: Enfermedades, Farmacia, Alzheimer, España, Calle San Julián, Burgos

Contenido patrocinado





Muchas personas con migraña saben con antelación que se va a producir un cambio climático. / Freepik

Escucha este artículo

0:00 / 2:12

SALUD NOTICIA 10 sep 2026 - 17:33

R.R.V.

Añádenos en Google

Varios expertos identifican los problemas secundarios que provocan estos intensos dolores.

Síntomas leves que nunca deberías ignorar porque tu cuerpo te está avisando

Vivir con migraña no significa únicamente enfrentarse a episodios de intenso dolor de cabeza. La enfermedad puede alterar la vida cotidiana de quienes la padecen y provocar pérdidas menos visibles, desde la dificultad para concentrarse hasta la imposibilidad de mantener con normalidad planes familiares, sociales o laborales.

Los síntomas cognitivos, **la llamada niebla mental y el cansancio pueden prolongarse incluso después de que desaparezca una crisis.** A esto se añade la ansiedad ante la posibilidad de sufrir un nuevo episodio, una incertidumbre que lleva a muchos pacientes a vivir pendientes de cuándo llegará el siguiente

ataque.

Para **Jesús Porta, jefe del Servicio de Neurología de la Fundación Jiménez Díaz y presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN)**, el impacto de la migraña se encuentra precisamente en todo aquello que no se percibe desde fuera. Un tratamiento adecuado y una relación estrecha entre profesionales y pacientes pueden ayudar a recuperar el control y volver a una vida más normal.



0:00 / 0:20

Esa pérdida de autonomía también forma parte de la experiencia de Isabel Colomina, presidenta de la Asociación Española de Migraña y Cefalea (AEMICE). Como paciente, explica que "**la enfermedad puede hacer que se pierda confianza, que se cancelen planes con la familia** y que incluso resulte difícil sentir que se tiene el control sobre el propio día".

NOTICIA RELACIONADA



Un pastor demanda a Chat GPT por disuadirle de ir al médico por unos síntomas que casi le cuestan la vida

Recuperar esa sensación de normalidad es posible cuando la enfermedad se aborda de manera adecuada. El seguimiento médico y el manejo de las crisis permiten que muchos pacientes vuelvan a disfrutar de su autonomía y tranquilidad, dejando atrás parte de las limitaciones que la migraña había impuesto a sus vidas.



Newsletter 20Bien

Consejos semanales de expertos en salud, hábitos y calidad de vida. ¡Bienestar para la vida real!

Introduce tu email APUNTARME GRATIS

Para recibir la newsletter debes estar registrado en 20minutos. Al facilitar tus datos, aceptas el Aviso Legal, las Condiciones del Servicio y el tratamiento de datos conforme a la Política de Privacidad. Puedes gestionar la cuenta y permisos dentro de tu área de usuario.

Campaña de visibilización

Con el objetivo de poner el foco en estas consecuencias silenciosas, Pfizer ha lanzado la campaña global 'Lost&Found' coincidiendo con el Día Internacional de Acción contra la Migraña. La iniciativa pretende visibilizar **aquellas cosas que los pacientes sienten que pierden a causa de la enfermedad** y destacar la posibilidad de recuperarlas con el apoyo de profesionales sanitarios.

Te puede interesar

- El 'ruido rosa' puede ayudar al cerebro a limpiarse mientras duermes
- Infecciones, lesiones, dolor... Estas son las zonas que debes evitar si deseas tatuarte
- Esta es la frecuencia con la que deberías limpiar tu inodoro, según los expertos: "Los productos son muy importantes"



Persona con migraña, una enfermedad discapacitante

Convivir con migraña crónica desde los dos años: "Es una enfermedad discapacitante y sigue siendo la gran desconocida"

- Alberto Leandro cuenta a *Redacción Médica* en la víspera del Día Internacional de Acción contra la Migraña cómo es vivir durante 64 años con esta enfermedad y el estigma y la incompresión que la rodea
- La prevención de la migraña cambia en 2026: ya no es necesario esperar a que sea crónica

Daniel Borrego

0 + Seguir

Desc
Web Compa

La migraña puede estar detrás de tus dolores de cabeza: cuándo consultar para recibir el tratamiento adecuado

La migraña afecta a más de 5 millones de adultos en España, pero más de 2 millones de personas que la padecen siguen sin diagnóstico. Los expertos recuerdan que existen tratamientos capaces de mejorar de forma notable la calidad de vida.

Fact Checked

Este artículo ha sido realizado y revisado para garantizar que la información sea lo más rigurosa posible y cumpla los estándares de calidad. Parte de estudios científicos que tienen su propio proceso de validación por parte de revistas especializadas en salud, fuentes confiables que son líderes de opinión de Sociedades Científicas, Colegios Profesionales, Universidades y Hospitales de prestigio, entre otros. La información que encontrará a continuación está acreditada en la bibliografía y en otras fuentes enlazadas en el texto. Más información

Actualizado a: Viernes, 11 Septiembre, 2026 12:14:04 CEST



El 48,9% de los pacientes presenta algún grado de discapacidad asociado a la migraña. (Foto: Magnific)

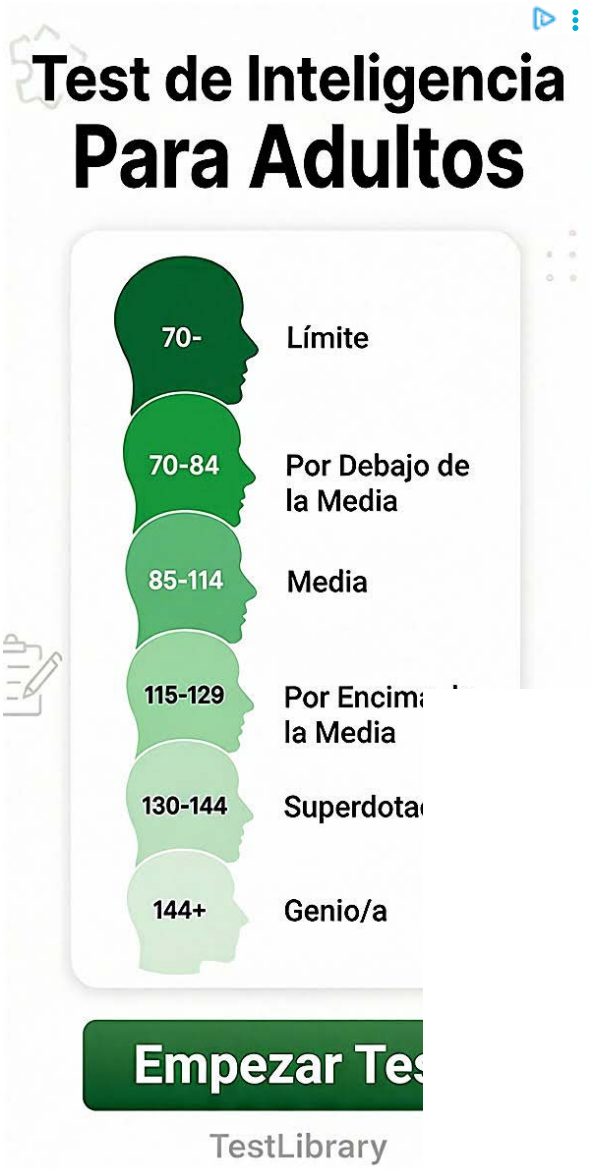


Alicia Cruz Acal

Compartir en

No, no es simplemente un dolor de cabeza fuerte, sino una enfermedad neurológica que puede llegar a condicionar el trabajo, las relaciones personales y las actividades cotidianas de quienes la padecen. En España, la migraña afecta al 13,1% de la población adulta, es decir, a más de 5 millones de personas, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN). Además, continúa siendo una patología especialmente frecuente entre las mujeres: afecta al 17,7% de ellas frente al 8,2% de los hombres, es decir, 2,2 veces más.

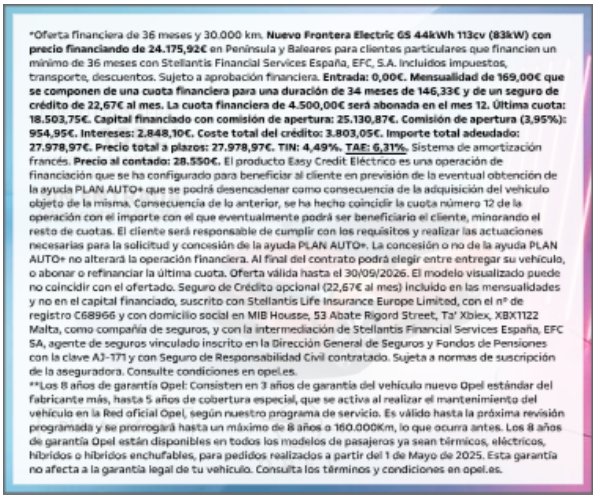
Las crisis se caracterizan por episodios recurrentes de dolor intenso que pueden acompañarse de náuseas, sensibilidad a la luz y al ruido y una importante limitación para realizar actividades habituales. Los datos de la SEN ponen cifras a ese impacto: el 48,9% de los pacientes presenta algún grado de discapacidad asociado a la enfermedad y uno de cada cinco sufre una discapacidad grave. También existe una relación con la salud mental: casi cuatro de cada diez pacientes presentan síntomas depresivos de moderados a graves.



Pese a su elevada frecuencia, la migraña continúa estando infradiagnosticada. Según la sociedad científica, más del 40% de las personas que la padecen en España no tiene diagnóstico y cerca de una cuarta parte nunca ha consultado su problema con un médico. El resultado son más de 2 millones de personas sin diagnosticar y un retraso que puede superar los seis años. Por ello, "ante un dolor de cabeza frecuente o incapacitante que condiciona la vida diaria, es fundamental acudir al neurólogo y no recurrir a la automedicación ni resignarse pensando que no hay nada que hacer", señala Roberto Belvís, coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la SEN.

Precisamente, la automedicación es otro de los problemas que preocupan a los especialistas. Alrededor de la mitad de las personas con migraña utiliza analgésicos sin receta ni supervisión médica y un 12,7% recurre a opioides. El abuso de medicación puede provocar más dolor de cabeza y favorecer la cronificación de la enfermedad.

El infratratamiento es otro de los grandes problemas que rodean a esta enfermedad. El 24,7% de las personas con migraña tiene más de cuatro días de dolor al mes y podría beneficiarse de un tratamiento preventivo. Sin embargo, solo el 9,5% lo está recibiendo.



En los últimos años se han incorporado tratamientos específicos contra la migraña, aunque su utilización sigue siendo muy reducida: apenas alcanza al 1,2% de las personas con migraña. “Actualmente disponemos de tratamientos capaces de cambiar radicalmente la vida de los pacientes con migraña”, afirma Belvís. Sin embargo, el acceso a estos fármacos continúa condicionado por criterios de financiación más restrictivos en España que los establecidos por la Agencia Europea del Medicamento.

El estilo de vida también importa

Aunque existe una predisposición genética, las crisis pueden activarse por distintos factores y no todos afectan por igual a cada paciente. El estrés, la falta de sueño, la deshidratación, el alcohol, la cafeína y los cambios bruscos de rutina están entre los desencadenantes más frecuentes.



(Foto: Cordon Press)

Por eso, Ana Jimeno, neuróloga de Vithas Granada y del Instituto de Neurociencias Vithas, considera fundamental combinar el tratamiento médico con unos hábitos de vida adecuados. "Mantener horarios regulares de sueño, realizar ejercicio físico de forma habitual y seguir unos hábitos de alimentación saludables son medidas que pueden ayudar a reducir la frecuencia e intensidad de las crisis", declara la especialista, quien apuesta, como punto de partida, "por un patrón de alimentación de estilo mediterráneo, basado en alimentos vegetales, legumbres, frutos secos y pescado azul".

En las mujeres, además, las fluctuaciones hormonales pueden desempeñar un papel importante. La menstruación, el embarazo, el posparto y la menopausia pueden modificar la frecuencia o intensidad de las crisis. Por ello, identificar si existe una relación entre los episodios y el ciclo menstrual u otros cambios hormonales puede ayudar a individualizar el tratamiento.



Esto dicen los expertos en Psicología sobre las declaraciones de Fran Rivera: “Un guantazo a tiempo a un niño le viene divinamente”



Los expertos coinciden: Esto es lo que pasa en tu cuerpo después de pasar una mala noche



Suicidio: qué decir y qué no si alguien te confiesa que quiere quitarse la vida



Sara del Pie, psicóloga: "Es un error convertir el duelo en una carrera con una meta y un cronómetro"



Aser Donado, fisioterapeuta, sobre el síndrome de ‘text neck’: “Mirar hacia abajo para usar el móvil no causa por sí mismo dolor cervical”

Suscríbete hoy **y accede a todo el contenido**

PUBLICIDAD

Día internacional de la enfermedad

Marta Recio, neuróloga, sobre el auge de migrañas en el Reina Sofía de Córdoba: "Ahora mismo no hay cura, los tratamientos solo logran controlar los síntomas"

Los especialistas insisten en la importancia de mantener hábitos de vida saludables para controlar esta dolencia, que afecta a unas 80.000 personas en la provincia de Córdoba

Marta Recio. Neuróloga del hospital Reina Sofía.

00:00 / 00:30

A. J. GONZÁLEZ

ESTUDIO

La migraña puede producir algún grado de discapacidad asociado a la patología

La migraña "continúa teniendo un enorme impacto en la vida de quienes la sufren", por lo que cuatro de cada 10 pacientes presenta síntomas de depresión



Mujer con migraña. **Europa Press**

Por **Julián Varela**
10 de septiembre de 2026 - 10:53

El coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología (SEN), el doctor Roberto Belvís, aseguró que casi la mitad de los pacientes de migraña, "un 48,9 por ciento, presenta algún grado de discapacidad asociado a su enfermedad" y que "uno de cada cinco sufre **una discapacidad grave", según un estudio propio.**



El trabajo, presentado en coincidencia con la celebración, el 12 de septiembre, del Día Internacional de Acción contra la

discapacitantes que condicionan la vida de más de 1.200 millones de ciudadanos en el mundo.

LEE ADEMÁS



JUSTICIA. Cilia Flores pide a juez de EEUU detención domiciliaria en Nueva York; Fiscalía se opone



SALUD PÚBLICA. Shane Strum queda al frente de los dos grandes sistemas hospitalarios de Broward

La migraña "continúa teniendo un enorme impacto en la vida de quienes la sufren", ha explicado Belvís, quien ha añadido que "se asocia a un peor estado de salud mental", y es qu**e "casi cuatro de cada 10 pacientes presentan síntomas depresivos de moderados a graves, y su calidad de vida, medida con escalas validadas, se sitúa muy por debajo de la de la población general".**

EEUU en alerta

Según los Institutos Nacionales de Salud de EEUU, el 12 % de las personas en los Estados Unidos (alrededor de 37 millones de personas) padecen migrañas. Este dolor de cabeza incapacitante que afecta a niños y adultos. Además, las mujeres son tres veces más propensas a desarrollar migrañas que los hombres (alrededor del 18 % de las mujeres tienen migrañas).

Aproximadamente un tercio de las personas con migrañas experimenta aura y molestias visuales – como puntos, luces intermitentes o un punto ciego– que indican el comienzo de un dolor de cabeza.

Según la **FDA**, las personas que padecen migraña son propensas a desarrollar dolor de cabeza por consumo excesivo de medicamentos (MOH, por sus siglas en inglés). El MOH es un dolor de cabeza diario similar a la migraña o un aumento marcado en la frecuencia de ataques de migraña.

Estudios demostraron que el consumo excesivo de analgésicos durante 10 días o más al mes puede generar dolor de cabeza.

El especialista español insite en que actualmente se dispone "de tratamientos capaces de cambiar radicalmente la vida de los pacientes con migraña". Por ello, lamenta el "infradiagnóstico que sigue arrastrando esta enfermedad", así como "las barreras administrativas que limitan el acceso a los tratamientos más innovadores, incluso cuando la evidencia científica respalda claramente su uso".

A raíz de ello, ha recordado que "aunque en España están disponibles seis fármacos anti-CGRP desde 2019, su prescripción está sujeta a criterios de financiación mucho más estrictos que los establecidos por la Agencia Europea del Medicamento (EMA, por sus siglas en inglés)". Mientras el organismo regulatorio comunitario autoriza su uso desde los cuatro días de migraña al mes, "el Sistema Nacional de Salud (SNS) exige que el paciente sufra al menos ocho días de migraña mensuales y haya fracasado previamente con tres tratamientos preventivos distintos", ha asegurado.

Debido a lo anterior, la SEN, junto con la Asociación Española de Migraña y Cefaleas (AEMICE) y la Fundación Española de Cefaleas (FECEF), remitió hace unos meses una carta al Ministerio de Sanidad solicitando la eliminación de estas restricciones, petición que no ha sido atendida, de momento.

No obstante, "de poco sirven los tratamientos si el paciente no cuenta con un diagnóstico correcto", ha aseverado Belvís, quien ha afirmado que "más de un 40 por ciento de las personas que padecen migraña en España están aún sin diagnosticar, y a esto se suma que cerca de un 25 por ciento de los pacientes con migraña no ha consultado nunca su dolencia con un médico".

"Es decir, hay más de dos millones de personas en España sin diagnosticar y, además, algunos estudios apuntan a que el retraso en el diagnóstico de la migraña es, en España, superior a los seis años", ha continuado, al tiempo que ha apuntado que es necesario "un abordaje individualizado de la migraña", así como "un diagnóstico precoz y preciso".

Por último, y tras exponer que "alrededor del 50 por ciento de las personas con migraña se automedica con analgésicos sin receta ni supervisión médica", y que "un 12,7 por ciento utiliza opioides",

resignarse pensando que no hay nada que hacer".

FUENTE: Con información de Europa Press

Compartir la nota:

TEMAS salud discapacidad

Te puede interesar

Salud sexual para todos: expertos piden fortalecer educación, pruebas y prevención

Michelle Salas habla sobre la salud de Luis Miguel

Una mujer griega da a luz a una niña con un embrión congelado hace 22 años

¡Recibe las últimas noticias en tus propias manos!

DESCARGA LA APP

Download on the App Store GET IT ON Google Play

Deja tu comentario

URGENTE Asesinan a una estudia
AVANCE Cortadas nueve estaci

Inicia sesión en 20 Minutos con Google
Continuar

CAPACES

ido por moeve

Casi la mitad de los pacientes con migraña presenta algún grado de discapacidad, y en uno de cada cinco la discapacidad es grave



Casi la mitad de pacientes de migraña presenta algún grado de discapacidad asociado a la patología, según estudio de SEN / Archivo

Escucha este artículo

0:00 / 4:41

CAPACES NOTICIA 12 sep 2026 - 08:07

EP

Añádenos en Google

Según la Sociedad Española de Neurología, más de seis millones de personas tienen migraña en España, 1.200 millones alrededor del mundo.

Más allá del dolor: las pérdidas silenciosas que provoca la migraña

La mitad de los pacientes de migraña -un 48,9 por ciento-, presenta algún grado de discapacidad asociado a su enfermedad y uno de cada cinco sufre una discapacidad grave, según un estudio realizado por el coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología (SEN), el doctor **Roberto Belvís**.

El trabajo, presentado en coincidencia con la celebración, el **12 de septiembre, del Día Internacional de Acción contra la migraña**, ha cifrado en más de seis millones las personas que padecen en España esta enfermedad neurológica caracterizada por provocar episodios recurrentes de dolor de cabeza intensos y

caracterizada por provocar episodios recurrentes de dolor de cabeza intensos y discapacitantes que condicionan la vida de más de 1.200 millones de ciudadanos en el mundo.

La migraña "continúa teniendo un enorme impacto en la vida de quienes la sufren", ha explicado Belvís, quien ha añadido que "se asocia a un peor estado de salud mental", y es que "casi **cuatro de cada 10 pacientes presentan síntomas depresivos** de moderados a graves, y su calidad de vida, medida con escalas validadas, se sitúa muy por debajo de la de la población general".

Tras concretar que la prevalencia de la patología se sitúa en el 13,1 por ciento de la población adulta española, ha mostrado también la estimación de que la padecen entre el 9 y el 10 por ciento de los menores de 18 años. Además, ha constatado que "continúa siendo **mucho más frecuente entre las mujeres**, a las que afecta 2,2 veces más que a los hombres (17,7% frente a 8,2%)", mientras que incide más entre los mayores de edad y hasta los 29 años (17,2%).

NOTICIA RELACIONADA



Las enfermedades neurológicas son responsables de casi la mitad de la discapacidad crónica en España

En cuanto al consumo de recursos que provoca, ha indicado que en los últimos seis meses, un 68,4 por ciento de pacientes ha acudido a Atención Primaria; un 14,2 por ciento, a un neurólogo; un 45,6 por ciento, a Urgencias, y un 11,8 por ciento ha sido hospitalizado. "Asimismo, **afecta seriamente a la actividad laboral**, con una pérdida media de productividad del 35,8 por ciento entre los pacientes que trabajan; y genera un coste anual estimado de **6.704 euros por paciente**, del cual el 90 por ciento corresponde a costes indirectos derivados

del absentismo y, sobre todo, del presentismo laboral", ha explicado.

Newsletter Capaces



Testimonios, entrevistas a expertos, investigaciones, contenido práctico... Capaces informa por y para las personas con discapacidad, sus familias y los profesionales que trabajan por ellos.

Introduce tu email

APUNTARME GRATIS

Para recibir la newsletter debes estar registrado en 20minutos. Al facilitar tus datos, aceptas el Aviso Legal, las Condiciones del Servicio y el tratamiento de datos conforme a la Política de Privacidad. Puedes gestionar la cuenta y permisos dentro de tu área de usuario.

"El 24,7 por ciento de las personas con migraña sufre **más de cuatro días de dolor al mes** y podría beneficiarse de los tratamientos preventivos", ha sostenido, por otro lado, para añadir que, "sin embargo, solo el 9,5 por ciento de los pacientes lo está recibiendo". "El uso de los **anticuerpos monoclonales anti-CGRP**, considerados el tratamiento preventivo más eficaz y seguro disponible en la actualidad, apenas alcanza al 1,2 por ciento de las personas con migraña", ha abundado.

Infradiagnóstico y barreras administrativas

En este sentido, el especialista ha insistido en que actualmente se dispone "de **tratamientos capaces de cambiar radicalmente la vida de los pacientes con migraña**". Por ello, lamenta el "infradiagnóstico que sigue arrastrando esta enfermedad", así como "las barreras administrativas que limitan el acceso a los tratamientos más innovadores, incluso cuando la evidencia científica respalda claramente su uso".

A raíz de ello, ha recordado que "aunque en España están disponibles seis fármacos anti-CGRP desde 2019, su prescripción está sujeta a criterios de financiación mucho más estrictos que los establecidos por la Agencia Europea del Medicamento (EMA, por sus siglas en inglés)". Mientras el organismo regulatorio comunitario autoriza su uso desde los cuatro días de migraña al mes, "el Sistema Nacional de Salud (SNS) **exige que el paciente sufra al menos ocho días de migraña mensuales** y haya fracasado previamente con tres tratamientos preventivos distintos", ha asegurado.

NOTICIA RELACIONADA



José Miguel Láinez, neurólogo, sobre las migrañas: "Es la enfermedad más discapacitante en mujeres"

Debido a lo anterior, la SEN, junto con la Asociación Española de Migraña y Cefaleas (AEMICE) y la **Fundación Española de Cefaleas** (FECEF), remitió hace unos meses una carta al Ministerio de Sanidad solicitando la eliminación de estas restricciones, petición que no ha sido atendida, de momento.

No obstante, "de poco sirven los tratamientos si el paciente no cuenta con un diagnóstico correcto", ha aseverado Belvís, quien ha afirmado que "más de un **40 por ciento de las personas que padecen migraña en España están aún sin diagnosticar**, y a esto se suma que cerca de un 25 por ciento de los pacientes con migraña no ha consultado nunca su dolencia con un médico".

"Es decir, hay más de dos millones de personas en España sin diagnosticar y, además, algunos estudios apuntan a que el retraso en el diagnóstico de la migraña es, en España, superior a los seis años", ha continuado, al tiempo que ha apuntado que es necesario "un abordaje individualizado de la migraña", así como "un **diagnóstico precoz y preciso**".

Te puede interesar

- Un nuevo videojuego pretende ayudar a revelar cómo las personas con autismo perciben el mundo
- Irina Shayk rescata en el Festival de Venecia el vestido que Gisele Bündchen llevó hace 23 años (y sigue siendo un escándalo)
- Lo que medimos define lo que valoramos

Por último, y tras exponer que "alrededor del 50 por ciento de las personas con migraña **se automedica con analgésicos sin receta** ni supervisión médica", y que "un 12,7 por ciento utiliza opioides", ha señalado que "ante un dolor de cabeza frecuente o incapacitante que condiciona la vida diaria, es fundamental acudir al neurólogo y no recurrir a la automedicación ni resignarse pensando que no hay nada que hacer".

Conforme a los criterios de

The Trust Project

¿Por qué confiar en nosotros?

MÁS INFORMACIÓN SOBRE:

Discapacidad | Migraña | Enfermedades neurológicas

PACIENTES (HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/PACIENTES/) DÍA INTERNACIONAL

La migraña afecta a más de 6 millones de personas en España, pero solo 1 de cada 10 recibe tratamiento preventivo

Un nuevo estudio nacional sitúa la prevalencia en el 13,1% de la población adulta y la SEN estima que también la padecen entre el 9% y el 10% de los niños y adolescentes de 0 a 18 años / Es 2,2 veces más frecuente en mujeres (17,7%) que en hombres (8,2%), y 1 de cada 5 pacientes presenta una discapacidad grave

SALUD A DIARIO (HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/AUTOR/SALUD-A-DIARIO/) 12 DE SEPTIEMBRE DE 2026 0 (HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/PACIENTES/LA-MIGRANA-AFECTA-A-MAS-DE-6-MILLONES-DE-PERSONAS-EN-ESPANA-PERO-SOLO-1-DE-CADA-10-RECIBE-TRATAMIENTO-PREVENTIVO/#RESPOND)



(http://www.facebook.com/sharer.php?u=https%3A%2F%2Fwww.saludadiario.es%2Fpacientes%2Fla-migrana-afecta-a-mas-de-6-millones-de-personas-en-espana-pero-solo-1-de-cada-10-recibe-tratamiento-preventivo%2F&t=La+migra%C3%B1a+afecta+a+m%C3%A1s+de+6+millones+de+personas+en+Espa%C3%B1a%2C+pero+solo+1+de+cada+10+recibe+tratamiento+preventivo/) (https://www.linkedin.com/shareArticle?mini=true&url=https%3A%2F%2Fwww.saludadiario.es%2Fpacientes%2Fla-migrana-afecta-a-mas-de-6-millones-de-personas-en-espana-pero-solo-1-de-cada-10-recibe-tratamiento-preventivo%2F&title=La+migra%C3%B1a+afecta+a+m%C3%A1s+de+6+millones+de+personas+en+Espa%C3%B1a%2C+pero+solo+1+de+cada+10+recibe+tratamiento+preventivo/) (https://www.linkedin.com/shareArticle?mini=true&url=https%3A%2F%2Fwww.saludadiario.es%2Fpacientes%2Fla-migrana-afecta-a-mas-de-6-millones-de-personas-en-espana-pero-solo-1-de-cada-10-recibe-tratamiento-preventivo%2F&title=La+migra%C3%B1a+afecta+a+m%C3%A1s+de+6+millones+de+personas+en+Espa%C3%B1a%2C+pero+solo+1+de+cada+10+recibe+tratamiento+preventivo/) (whatsapp://send?text=La+migra%C3%B1a+afecta+a+m%C3%A1s+de+6+millones+de+personas+en+Espa%C3%B1a%2C+pero+solo+1+de+cada+10+recibe+tratamiento+preventivo/ https://www.saludadiario.es/pacientes/la-migrana-afecta-a-mas-de-6-millones-de-personas-en-espana-pero-solo-1-de-cada-10-recibe-tratamiento-preventivo/)

Este sábado, 12 de septiembre, se conmemora el Día Internacional de Acción contra la Migraña, una enfermedad neurológica caracterizada por provocar episodios recurrentes de dolor de cabeza intensos y discapacitantes que condicionan la vida de más de 1.200 millones de personas en el mundo.

En España, el último estudio epidemiológico nacional (https://us.list-manage.com/j9z_FVE3kgO?e=796d050a49&c2id=eccad659eddf67803f3cbd439ef80600), elaborado por miembros del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología (SEN), muestra que la prevalencia de la migraña se sitúa en el 13,1% de la población adulta, lo que equivale a más de 5 millones de personas, una cifra que confirma que la enfermedad sigue tan presente como hace dos décadas, cuando la prevalencia estimada en la población adulta era del 12,6%. Sin embargo, la migraña no es una enfermedad exclusiva de los adultos: la SEN estima que también la padecen entre el 9% y el 10% de los niños y adolescentes de 0 a 18 años.

Este nuevo estudio epidemiológico de la migraña en España también muestra que esta enfermedad continúa siendo mucho más frecuente entre las mujeres, a las que afecta 2,2 veces más que a los hombres (17,7% frente a 8,2%), y que su prevalencia es más alta entre los adultos jóvenes, de 18 a 29 años (17,2%), descendiendo progresivamente con la edad.

«La migraña es una enfermedad que continúa teniendo un enorme impacto en la vida de

quienes la sufren. Los nuevos datos confirman que casi la mitad de los pacientes, un 48,9%, presenta algún grado de discapacidad asociado a su enfermedad, y que 1 de cada 5 sufre una discapacidad grave», explica el Dr. Roberto Belvís, coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología (SEN). «Además, la migraña se asocia a un peor estado de salud mental: casi 4 de cada 10 pacientes presentan síntomas depresivos de moderados a graves, y su calidad de vida, medida con escalas validadas, se sitúa muy por debajo de la de la población general».

Elevado consumo de recursos sanitarios

El impacto de la migraña también se traduce en un elevado consumo de recursos sanitarios: en los últimos seis meses, un 68,4% de los pacientes ha visitado a su médico de atención primaria, un 14,2% a un neurólogo, un 45,6% ha acudido a urgencias y un 11,8% ha llegado a ser hospitalizado por esta causa. Asimismo, la enfermedad afecta seriamente a la actividad laboral, con una pérdida media de productividad del 35,8% entre los pacientes que trabajan, y genera un coste anual estimado de 6.704 euros por paciente, del cual el 90% corresponde a costes indirectos derivados del absentismo y, sobre todo, del presentismo laboral.

Pero uno de los datos más preocupantes del nuevo estudio es el relativo al infratratamiento: el 24,7% de las personas con migraña sufre más de cuatro días de dolor al mes y podría beneficiarse de los tratamientos preventivos. Sin embargo, solo el 9,5% de los pacientes lo está recibiendo, y el uso de los anticuerpos monoclonales anti-CGRP, considerados el tratamiento preventivo más eficaz y seguro disponible en la actualidad, apenas alcanza al 1,2% de las personas con migraña.

Fármacos

«Actualmente disponemos de tratamientos capaces de cambiar radicalmente la vida de los pacientes con migraña, y sin embargo la inmensa mayoría de quienes podrían beneficiarse de ellos no está accediendo a estos fármacos», señala el Dr. Roberto Belvís. «Esto se debe, en parte, al infradiagnóstico que sigue arrastrando esta enfermedad, pero también a las barreras administrativas que limitan el acceso a los tratamientos más innovadores, incluso cuando la evidencia científica respalda claramente su uso».

En este sentido, la SEN recuerda que, aunque en España están disponibles seis fármacos anti-CGRP desde 2019, su prescripción está sujeta a criterios de financiación mucho más estrictos que los establecidos por la Agencia Europea del Medicamento ^

(EMA). Mientras la EMA autoriza su uso desde los cuatro días de migraña al mes, el Sistema Nacional de Salud exige que el paciente sufra al menos ocho días de migraña mensuales y haya fracasado previamente con tres tratamientos preventivos distintos.

La SEN, junto con la Asociación Española de Migraña y Cefaleas (AEMICE) y la Fundación Española de Cefaleas (FECEF), remitió hace unos meses una carta conjunta al Ministerio de Sanidad solicitando la eliminación de estas restricciones, petición que el Ministerio ha rechazado atender, al menos a corto plazo.

Infradiagnóstico

«Pero de poco sirven los tratamientos si el paciente no cuenta con un diagnóstico correcto. Según los datos que manejamos en la SEN, más de un 40% de las personas que padecen migraña en España están aún sin diagnosticar, y a esto se suma que cerca de un 25% de los pacientes con migraña no ha consultado nunca su dolencia con un médico. Es decir, hay más de 2 millones de personas en España sin diagnosticar, y además, algunos estudios apuntan a que el retraso en el diagnóstico de la migraña es, en España, superior a los 6 años», comenta el Dr. Roberto Belvís.

Por esa razón, la SEN insiste en la importancia de un abordaje individualizado de la migraña pero también en un diagnóstico precoz y preciso. Según datos de la SEN, alrededor del 50% de las personas con migraña se automedica con analgésicos sin receta ni supervisión médica y los datos del nuevo estudio muestran que un 12,7% utiliza opioides: dos prácticas altamente desaconsejadas por el riesgo de generar dolor de cabeza por abuso de medicación y favorecer la cronificación de la enfermedad.

Nivel educativo

Del mismo modo, los datos del nuevo estudio muestran que las personas con menor nivel educativo, con bajo nivel de ingresos o con otras enfermedades crónicas asociadas presentan una mayor prevalencia de migraña, lo que evidencia la necesidad de prestar especial atención a estos colectivos.

«Ante un dolor de cabeza frecuente o incapacitante que condiciona la vida diaria, es fundamental acudir al neurólogo y no recurrir a la automedicación ni resignarse pensando que no hay nada que hacer», concluye el Dr. Roberto Belvís. «La migraña no tiene cura, pero sí se puede tratar y controlar. Con un diagnóstico y un tratamiento adecuados, una gran mayoría de los pacientes puede mejorar de forma notable su calidad de vida. Contamos con un arsenal terapéutico cada vez más amplio y eficaz, y nuestra obligación como sociedad científica es seguir trabajando para que llegue a

todos los pacientes que lo necesitan, sin barreras ni desigualdades

TAGS DOLOR DE CABEZA (HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/TAG/DOLOR-DE-CABEZA/) MIGRAÑA (HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/TAG/MIGRANA/) NEUROLOGÍA (HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/TAG/NEUROLOGIA/) SEN (HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/TAG/SEN/)

ANTERIOR NOTICIA

Hora de estudiar: ¿qué método educativo es mejor, según la ciencia? (https://www.saludadiario.es/servicios-sociales/hora-de-estudiar-que-metodo-educativo-es-mejor-segun-la-ciencia/)

SIGUIENTE NOTICIA

Nueva estrategia contra el cáncer de próstata metastásico (https://www.saludadiario.es/hospital/nueva-estrategia-contra-el-cancer-de-prostata-metastasico/)

Contenidos relacionados

Asocian la contaminación atmosférica con el aumento de crisis de migraña (https://www.saludadiario.es/salud-publica/asocian-la-contaminacion-atmosferica-con-el-aumento-de-crisis-de-migrana/)

La espera media para acceder a Neurología en España es de 109 días, la segunda mayor demora del sistema sanitario (https://www.saludadiario.es/hospital/la-espera-media-para-acceder-a-neurologia-en-espana-es-de-109-dias-la-segunda-mayor-demora-del-sistema-sanitario/)

Comentarios (0)

Recordamos que SALUD A DIARIO es un medio de comunicación que difunde información de carácter general relacionada con distintos ámbitos sociosanitarios, por lo que NO RESPONDEMOS a consultas concretas sobre casos médicos o asistenciales particulares. Las noticias que publicamos no sustituyen a la información, el diagnóstico y/o tratamiento o a las recomendaciones QUE DEBE FACILITAR UN PROFESIONAL SANITARIO ante una situación asistencial determinada.

SALUD A DIARIO se reserva el derecho de no publicar o de suprimir todos aquellos comentarios contrarios a las leyes españolas o que resulten injuriantes, así como los que vulneren el respeto a la dignidad de la persona o sean discriminatorios. No se publicarán datos de contacto privados ni serán aprobados comentarios que contengan 'spam', mensajes publicitarios o enlaces incluidos por el autor con intención comercial.

En cualquier caso, SALUD A DIARIO no se hace responsable de las opiniones vertidas por los usuarios a través de los canales de participación establecidos, y se reserva el derecho de eliminar sin previo aviso cualquier contenido generado en los espacios de participación que considere fuera de tema o inapropiados para su publicación.

* Campos obligatorios

DEJA UN COMENTARIO

Tu dirección de correo electrónico no será publicada. Los campos obligatorios están marcados con *

Comentario *

He leído y acepto la política de privacidad (https://www.saludadiario.es/politica-de-privacidad/) de salud a diario

Nombre *

Email *

Guarda mi nombre, correo electrónico y web en este navegador para la próxima vez que comente.

ENVIAR

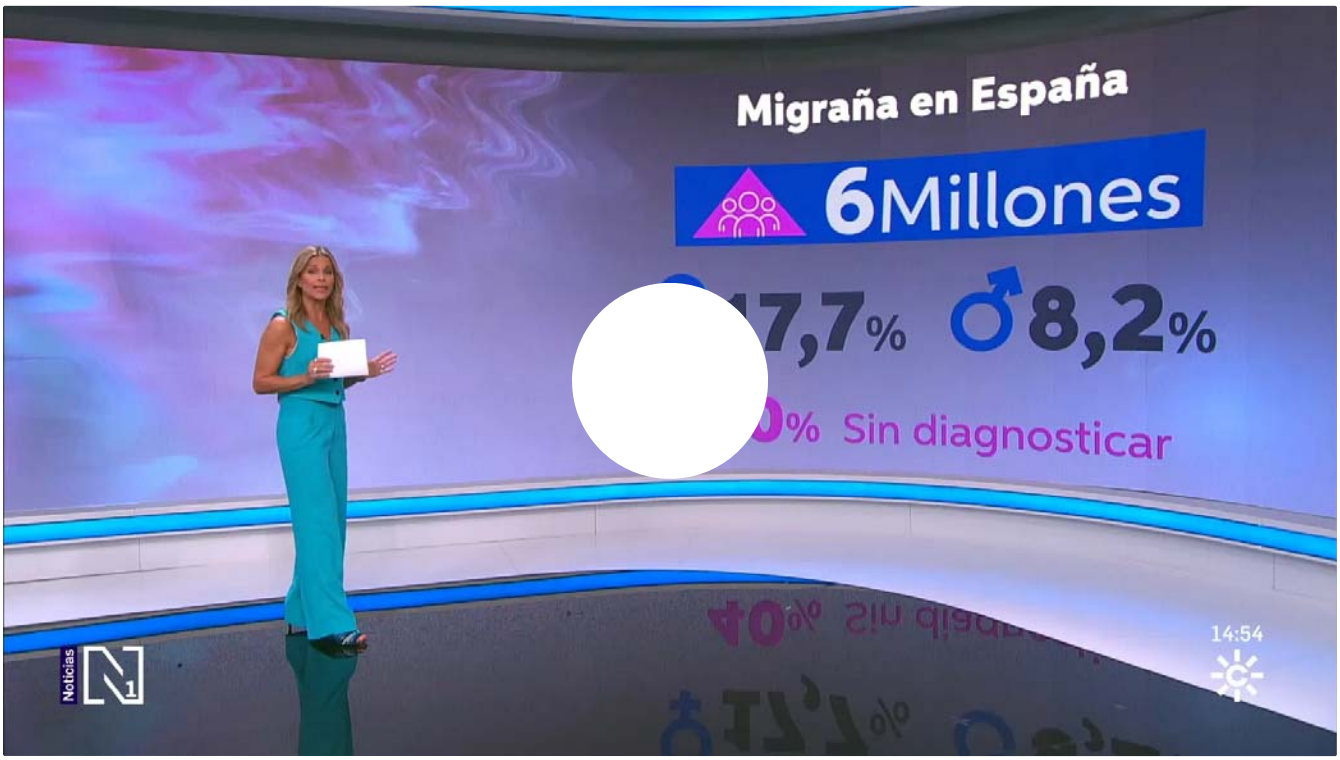
(HTTP://WWW.FACEBOOK.COM/SHARER.PHP?U=HTTPS%3A%2F%2FWWW.SALUDADIARIO.COM%2FPACIENTES%2FLA-MIGRANA-AFECTA-A-MAS-DE-6-MILLONES-DE-PERSONAS-EN-ESPANA-PERO-SOLO-1-DE-CADA-10-RECIBE-TRATAMIENTO-PREVENTIVO%2F) (HTTPS://TWITTER.COM/INTENT/TWEET?URL=HTTPS%3A%2F%2FWWW.SALUDADIARIO.COM%2FPACIENTES%2FLA-MIGRANA-AFECTA-A-MAS-DE-6-MILLONES-DE-PERSONAS-EN-ESPANA-PERO-SOLO-1-DE-CADA-10-RECIBE-TRATAMIENTO-PREVENTIVO%2F&VIA=SALUDADIARIO) (HTTPS://WWW.LINKEDIN.COM/CWS/SHARE?URL=HTTPS%3A%2F%2FWWW.SALUDADIARIO.COM%2FPACIENTES%2FLA-MIGRANA-AFECTA-A-MAS-DE-6-MILLONES-DE-PERSONAS-EN-ESPANA-PERO-SOLO-1-DE-CADA-10-RECIBE-TRATAMIENTO-PREVENTIVO%2F) (WHATSAPP://SEND?TEXT=LA+MIGRANA+AFECTA+A+MAS+DE+6+MILLONES+DE+PERSONAS+EN+ESPANA+PERO+SOLO+1+DE+CADA+10+RECIBE+TRATAMIENTO+PREVENTIVO+HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/PACIENTES/LA-MIGRANA-AFECTA-A-MAS-DE-6-MILLONES-DE-PERSONAS-EN-ESPANA-PERO-SOLO-1-DE-CADA-10-RECIBE-TRATAMIENTO-PREVENTIVO/)

Síguenos

(https://twitter.com/SaDiario) Twitter (Https://Twitter.Com/Sadiario) (https://www.facebook.com/saludadiarionoticias/) Facebook (Https://Www.Facebook.Com/Saludadiarionoticias/)

Opinión

España - Mundo



DÍA INTERNACIONAL

La migraña, una enfermedad que afecta a unos 6 millones de españoles

En el Día Internacional de Acción contra la Migraña se ha puesto de manifiesto que ha crecido la concienciación, pero aún queda camino por recorrer en cuanto a los tratamientos.

12 Sep 2026 - 15:13

Este 12 de septiembr se celebra el D**ía Internacional de Acción contra la Migraña.** Hablamos de una enfermedad neurológica que provoca episodios recurrentes de dolor de cabeza intensos y discapacitantes. Cerca de la mitad de los seis millones de españoles afectados no lo saben o no están siendo tratados porque vienen de una tradición de enfermedad no tenida muy en cuenta.

Es **más frecuente en mujeres** que en hombre, pero no es una enfermedad exclusiva de los adultos: la Sociedad Española de Neurología estima que también **la padecen entre el 9% y el 10% de los niños y adolescentes de 0 a 18 años.**

Hoy en día existen **tratamientos preventivos específicos sobre todo cuando son casos de más de cuatro días de dolor.** Los profesionales y pacientes esperan que España cambie determinados criterios restrictivos con los tratamientos en la línea de países europeos como Alemania o Portugal.

También te puede interesar

EFE/EPA/ALESSANDRO DI MEO

Las personas con migraña se sienten incomprendidas: su entorno no percibe que tienen una enfermedad

Berta Pinillos(https://efesalud.com/autor/bpinillos/) | 12 de septiembre, 2026

(/#x) (/#facebook) (/#whatsapp)
(https://www.addtoany.com/share#url=https%3A%2F%2Fefesalud.com%2Fpersonas-migrana-enfermedad-incomprension%2F&title=Las%20personas%20con%20migra%C3%B1a%20se%20sienten%20incomprendidas%3A%20su%20e

Las personas que sufren migraña se sienten incomprendidas. Saben que tienen una enfermedad pero consideran que su entorno no lo ve de la misma manera, de hecho, solo el 12,3 % de quienes padecen esta dolencia dice sentirse comprendido por quienes le rodean. Por eso, quieren destacar en una campaña «que las palabras importan».

Son datos de una encuesta de **la Asociación Española de Migraña y Cefalea (Aemice)**, sobre la percepción e impacto de esta dolencia, de la que hoy se celebra el **Día Internacional** y que en España tiene una prevalencia del 13,1 % entre la población adulta, y contando los menores suman más de seis millones de personas.

Es una enfermedad más frecuente en mujeres que en hombres, **según la Sociedad Española de Neurología (SEN)**, de hecho a ellas las afecta 2,2 veces más (el 17,7 % frente al 8,2 %).

El impacto de la migraña

La encuesta de Aemice muestra que aún existe una «importante distancia» entre cómo viven y reconocen las personas con migraña su enfermedad (https://efesalud.com/datos-migrana-dolor-cabeza-enfermedad-neurologia/) y cómo sienten que es percibida por su entorno.

El 89,2 % de los participantes en la encuesta se reconoce como una persona con una enfermedad neurológica, pero el 51,5 % siente que su entorno percibe poco o nada la migraña como una verdadera patología y solo el 12,3 % considera que la percibe claramente como tal.

Además, 6 de cada 10 sienten que su entorno comprende poco o nada el impacto real que la migraña tiene en sus vidas.

Un impacto que es grande porque más de la mitad, el 57,9 %, asegura que durante las últimas cuatro semanas, la migraña «ha limitado o impedido» sus actividades habituales «muy frecuentemente o siempre».

Y ese impacto se extiende a todos los ámbitos de su vida, desde el ocio, a las relaciones sociales, el trabajo, los estudios, las responsabilidades domésticas y la vida familiar.

Cómo limita la enfermedad

La encuesta pone de manifiesto que a medida que aumenta la frecuencia de los días con dolor, también lo hace el impacto de la enfermedad.

Entre las personas que declararon dolor de cabeza diario (https://efesalud.com/controlar-migrana-crisis-consejos/)durante el último mes, nueve de cada diez afirman que la migraña ha limitado sus actividades «muy frecuentemente o siempre».

No obstante, tener menos días de dolor no quiere decir que la enfermedad tenga poco impacto en el paciente: entre quienes declararon entre 0 y 3 días con dolor de cabeza durante el último mes, más de la mitad señala una afectación alta en todos los ámbitos de la vida analizados.

Aemice asegura que la incomprensión que sienten las personas con migraña no depende del tipo de enfermedad que tengan (episódica o crónica).

Si bien el impacto de la enfermedad aumenta «claramente» con su frecuencia, la percepción de falta de reconocimiento y comprensión por parte del entorno se mantiene en niveles similares entre las personas con migraña episódica y crónica.

La presidenta de la asocación, Isabel Colomina, opina que los resultados de la encuesta ponen de manifiesto que quienes sufren migraña «saben hasta qué punto» puede condicionar su vida.

«Sin embargo, todavía nos encontramos con personas que la ven simplemente como un dolor de cabeza o que no entienden por qué un ataque de migraña puede obligarnos a cancelar un plan, faltar al trabajo o dejar de hacer algo tan cotidiano como cuidar de nuestra familia", sostiene.

Las palabras importan

Con el fin de sensibilizar a la población sobre esta dolencia, Aemice ha lanzado una campaña bajo el lema «Las palabras importan».



La asociación abunda en que aún es habitual utilizar "migraña" como sinónimo de cualquier dolor de cabeza o hablar de "migrañas" para referirse a los ataques.

Sin embargo, recuerda, la migraña es una enfermedad neurológica y lo que se producen son ataques de migraña.

«Durante demasiado tiempo hemos normalizado frases como 'tengo migraña' para referirnos a cualquier dolor de cabeza o 'tengo migrañas' para hablar de los ataques. Puede parecer una cuestión menor, pero las palabras ayudan a construir la forma en que entendemos una enfermedad», destaca la presidenta de Aemice (https://www.dolordecabeza.net/) .

ETIQUETAS

- CABEZA (HTTPS://EFESALUD.COM/CABEZA/)
- DOLOR (HTTPS://EFESALUD.COM/DOLOR/)
- PACIENTES (HTTPS://EFESALUD.COM/PACIENTES/)

Artículos relacionados

Cookies

RM PREMI



En España unos cinco millones de personas sufren migrañas.

La migraña en la mujer, una enfermedad invisible: "Aparentemente no es mortal, aunque te mata la calidad de vida"

- Con motivo del Día Internacional de Acción contra la Migraña, *Redacción Médica* se ha puesto en contacto con Patricia Pozo-Rosich, jefa de Neurología del Hospital Vall d'Hebron, y con Rocío Blein, paciente con migraña crónica, para dar a conocer cómo afecta la enfermedad y la incomprensión con la que viven quienes la sufren, en especial las mujeres
- Convivir con migraña crónica desde los dos años: "Es una enfermedad discapacitante y sigue siendo la gran desconocida"

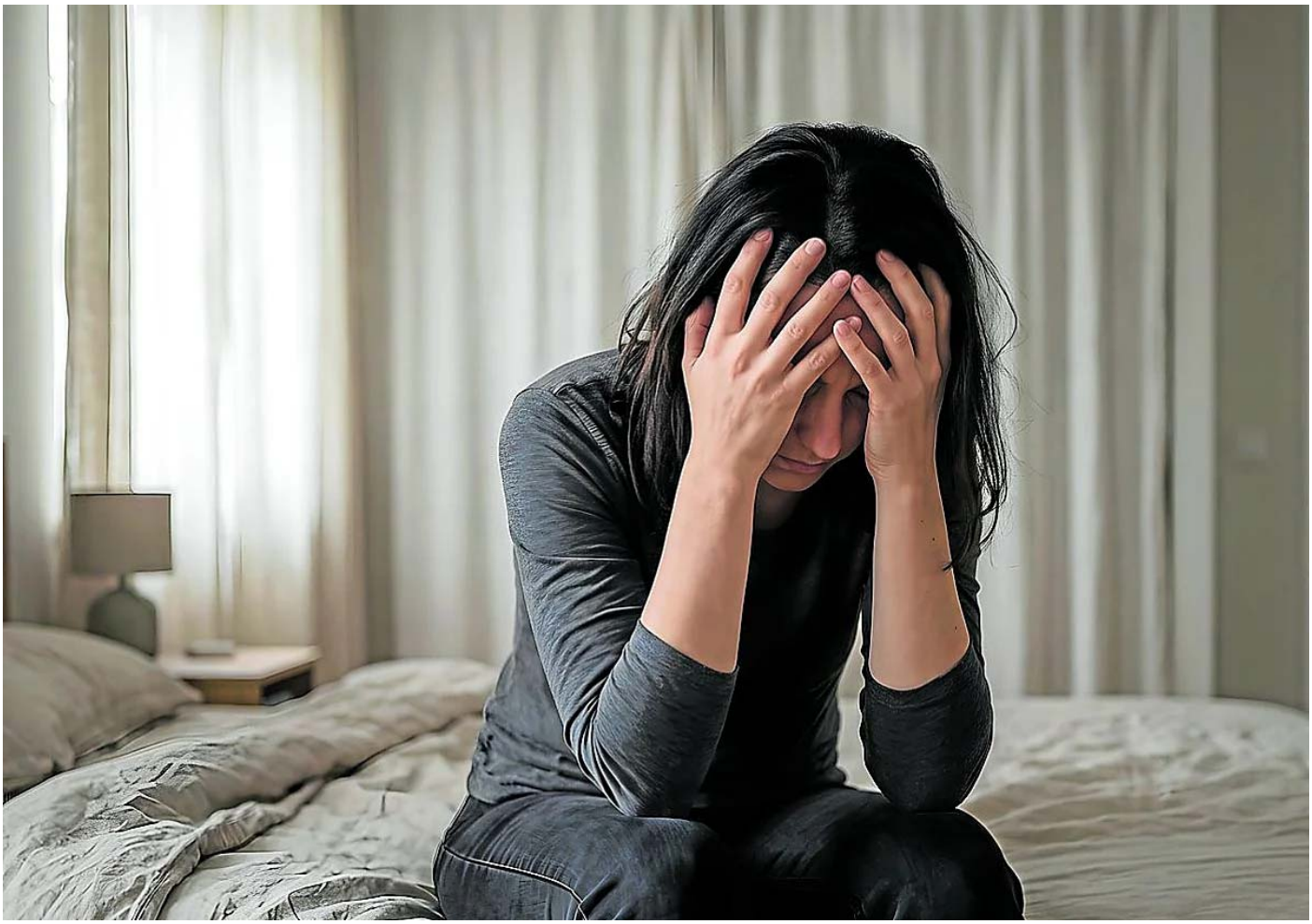
0

+ Seguir

«A veces paso 3 días a oscuras en la cama, esperando que cese la migraña»

Más de 6 millones de personas en España sufre estos intensos dolores de cabeza. Tres mujeres relatan su vida con «ese martilleo»

3 Añádenos en Google





Yolanda Veiga ›

+ Seguir

12/09/2026 **Actualizado a las 08:10h.**

«De cría, los viernes después del colegio iba con mis primos a jugar donde la abuela. Eran tardes muy divertidas pero aquel barullo me

rtpa

Asturias / Sanidad

Escuchar

Fuente: RTPA, 13 de septiembre 2026 10:13

La migraña afecta a 120.000 personas en Asturias y para casi la mitad es incapacitante

N'asturianu



0:00 / 0:15

Los neurólogos estiman que más del 40% de las personas con migraña están sin diagnosticar

Hoy es el Día Internacional de Acción contra la Migraña. En Asturias la padecen 120.000 personas y a casi la mitad de ellos, según datos de la Sociedad Española de Neurología, les incapacita en su día a día.

Cuando es crónica, conviven con el dolor más de la mitad del mes. Esa discapacidad es grave en uno de cada cinco, y casi cuatro de cada 10 se sumen en la depresión.

Los neurólogos estiman que más del 40% de las personas con migraña están sin diagnosticar. Por lo que reclaman que ante dolores de cabeza y otros síntomas se consulte, porque el diagnóstico precoz y un tratamiento preventivo

puede evitar que la enfermedad se vuelva incapacitante.

Televisión

Portada
En directo TPA
Programación TPA
Programas TPA
A la carta

Radio

Portada
En directo RPA
Programación RPA
Programas RPA
A la carta

Noticias

Portada
Asturias
Ciencia y tecnología
Deportes
Economía
España
Internacional
Sociedad
Sucesos

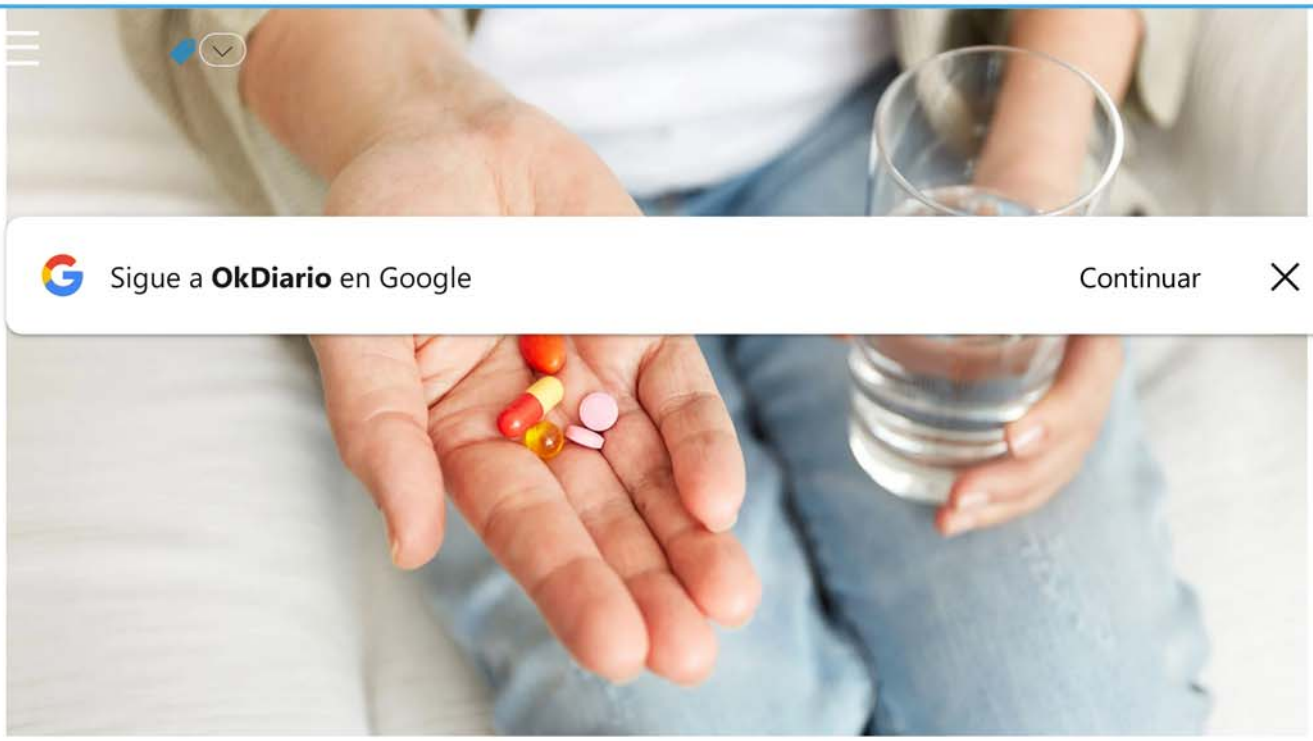
Servicios

El tiempo
El estado del tráfico
Accesibilidad

Sobre RTPA

Corporativo

Gabinete de prensa



Sigue a **OkDiario** en Google Continuar

Una persona con fármacos contra la migraña.



DIEGO BUENOSVINOS

Especialista en periodismo de salud, política sanitaria y análisis de opinión en OKDIARIO.

12/09/2026 05:40 ACTUALIZADO: 12/09/2026 05:40

✔ Fact Checked

Cada 12 de septiembre se conmemora el **Día Internacional de Acción contra la Migraña** con el objetivo de dar visibilidad a esta enfermedad y sus consecuencias para todas aquellas personas que la sufren, así como concienciar a toda la sociedad del impacto real que tiene. La migraña es una de las cefaleas más frecuentes: según datos de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)** afecta al 13% de la población adulta y al 9-10% de los menores de 18 años.

La Fundación Española de Cefaleas (FECEF) tiene entre sus valores principales la divulgación por lo que, a través de campañas como ***La migraña a simple vista***, buscan sensibilizar a la población sobre muchos de

Suscríbete gratis a nuestras Newsletters

PUBLICIDAD

ÚLTIMA HORA Asesinada en México una universitaria española que estaba de intercambio

DÍA MUNDIAL

Isabel, madrileña con migraña crónica: "Es un dolor de cabeza tan incapacitante que te obliga a parar la vida"

Los expertos alertan de que el 75% de los pacientes tarda más de dos años en obtener un diagnóstico médico, lo que agrava la cronificación de esta dolencia altamente incapacitante



+



ACCEDE A TU REVISTA

Comienza a cuidarte con la revista número 1 en salud.

Suscríbete por 1€/mes

- Newsletter

- Facebook
- Twitter
- Instagram
- TikTok
- Youtube
- Pinterest

SUSCRÍBETE

Actualidad

Día Mundial de la Migraña

Dr. José Miguel Ramos-Fernández: "La migraña no es un simple dolor de cabeza. Actualmente hasta un 10% de los niños y de los adolescentes pueden padecerla"

La Sociedad Española de Neurología Pediátrica advierte de que hasta un diez por ciento de los menores convive con esta enfermedad neurológica. El diagnóstico precoz y la identificación de los desencadenantes cotidianos resultan determinantes para evitar que el trastorno interfiera en su rendimiento escolar y en

AD

MEDICINE

El 50% de las personas con migraña se ven obligados a parar su día durante un ataque

Madrid 11 septiembre 2026

Pfizer pone el foco en el impacto de la migraña, una patología con la que conviven más de 5 millones de personas en España, enfrentándose en muchos casos al estigma social que la acompaña, al tratarse de una enfermedad neurológica grave y discapacitante, que va mucho más allá de un dolor de cabeza. Neurólogos y pacientes destacan la importancia de promover un diagnóstico temprano y un manejo adecuado, para ayudar a reducir su impacto y recuperar el control sobre el bienestar y la vida cotidiana



Migraña

Migraña

Cada ataque de migraña roba tiempo, productividad, seguridad y calidad de vida a los pacientes y su entorno. El carácter incapacitante de esta enfermedad puede llegar a interrumpir por completo la actividad cotidiana: en más del 50% de las ocasiones, esta condición obliga a los pacientes a frenar en seco su actividad diaria y hasta en un 30% se ve abocado al reposo en cama.1

Vivir con migraña puede suponer, para la mayoría de las personas que la sufren, una alteración de su capacidad para realizar actividades diarias, desempeñar un trabajo, formarse, disfrutar del ocio, acceder a la cultura o, simplemente, llevar una vida como la de cualquier otra persona.2

En España, la migraña afecta a 5 millones de personas,3 de las cuales aproximadamente el 70% son mujeres.3 Constituye la primera causa de discapacidad en adultos menores de 50 años4 y la segunda a nivel mundial.5 A pesar de su elevada prevalencia y de la discapacidad que genera, la enfermedad continúa rodeada de un estigma que contribuye a invisibilizar sus consecuencias reales.

Para el Dr. Jesús Porta, jefe del Servicio de Neurología de la Fundación Jiménez Díaz y presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), "la migraña produce pérdidas en cascada que van mucho más allá del dolor de cabeza". Entre ellas, destaca los síntomas cognitivos, la niebla mental y las dificultades para concentrarse que pueden persistir después del ataque, así como la ansiedad anticipatoria y el miedo constante a un nuevo ataque de migraña. En este sentido, señala que "el verdadero impacto está en lo que nadie ve desde fuera. Un manejo adecuado de la enfermedad, en colaboración con los pacientes, permite no solo aliviar el dolor, sino que también es fundamental para contribuir a que las personas con migraña puedan recuperar un control de su vida y lograr una normalidad en todos los planos cotidianos: familiar, social, laboral y, por supuesto, persona. Eso es lo que realmente es transformador y también lo que nos motiva en nuestro día a día en consulta."

Recuperar la vida más allá del dolor

Las consecuencias de la migraña, además, no se limitan a las horas de dolor intenso durante los ataques. Entre un ataque y otro, los pacientes conviven con una carga invisible que incluye ansiedad, dificultades de concentración y el temor constante a un nuevo ataque, que afecta a su bienestar y a su día a día.6

De hecho, se ha visto que los pacientes que conocen o están informados sobre su enfermedad y participan de manera activa en su manejo, logran reducir significativamente el impacto del dolor, recuperando el control de su bienestar y de su vida cotidiana.7

Isabel Colomina, presidenta de AEMICE (Asociación Española de Migraña y Cefalea) y paciente con migraña, ha compartido: "Cuando tienes migraña, pierdes mucho más que un día: pierdes tu confianza, pierdes planes con tu familia, pierdes el sentimiento de tener las riendas de tu día. Cada mes esperas que no te golpee la siguiente crisis. Pero cuando logras manejar la enfermedad con tu médico, empiezas a recuperar cosas que pensabas que habías perdido para siempre: tu autonomía, tu tranquilidad, tu vida."

diseñada para visibilizar las pérdidas cotidianas y silenciosas que los pacientes sufren a causa de esta enfermedad, al tiempo que destaca como, de la mano de profesionales médicos y con apoyo, es posible recuperar el control y el bienestar en sus vidas.

"En Pfizer entendemos que nuestro propósito va mucho más allá del desarrollo de tratamientos innovadores; nuestra verdadera meta es devolver el bienestar y la calidad de vida a los pacientes. Por eso apostamos firmemente por iniciativas como esta que visibilizan el impacto real y silencioso de la migraña, reconociendo abiertamente las pérdidas cotidianas que sufren quienes conviven con esta patología y ayudándoles a recuperar el control de su día a día," ha compartido **José Chaves, director Médico de Pfizer España.**

Referencias:

1. Lipton RB, Bigal ME, Diamond M, Freitag F, Reed ML, Stewart WF, et al. Migraine prevalence, disease burden, and the need for preventive therapy. Neurology [Internet]. 2011;77(21):1905-1905.

2. Migraña Aquí y ahora. https://www.dolordecabeza.net/wp-content/uploads/2025/04/HN-MIGRANA.pdf. Accessed September 2026.

3. Sanchez-Del-Rio M, García-Azorín D, Peral C, Armada B, Irimia-Sieira P, Porta-Etessam J. Prevalence, disability, and economic impact of migraine in Spain: a nationwide population-based study. J Headache Pain. 2025 May 15;26(1):117.

4. Steiner TJ, Stovner LJ, Vos T, Jensen R, Katsarava Z. Migraine is first cause of disability in under 50s: will health politicians now take notice? J Headache Pain. 2018 Feb 21;19(1):17.

5. Steiner, T.J., Stovner, L.J., Jensen, R. et al. Migraine remains second among the world's causes of disability, and first among young women: findings from GBD2019. J Headache Pain 21, 137 (2020).

6. Lampl C, Thomas H, Stovner LJ, Tassorelli C, Katsarava Z, Laínez JM, et al. Interictal burden attributable to episodic headache: findings from the Eurolight project. J Headache Pain [Internet]. 2016; 17(1).

7. Smith TR, Nicholson RA, Banks JW. Migraine education improves quality of life in a primary care setting. Headache [Internet]. 2010; 50(4):600-12.

Medicine, Society, Wellness

Share

Argentina Estados Unidos Colombia España REGISTRARME INICIAR SESION

Trends Franco Colapinto Sofi Martínez Irán Gobierno Alimentos

SALUD >

Agregar Infobae en

Más allá del dolor de cabeza: cómo se relaciona la migraña con la depresión y la ansiedad

Expertos destacan la importancia de considerar su impacto en la salud mental. Claves para detectarla a tiempo y mejorar la calidad de vida



Por **Silvia Pardo**

Seguir

Escuchar Puntos clave Resumen



La migraña afecta al 14% de la población mundial y en la Argentina alcanza una prevalencia del 7,3%, según el estudio AMIGOS. (Imagen Ilustrativa Infobae)

12 Sep 2 a. m. ESP

La



puede afectar de manera marcada la vida cotidiana y que, además, suele coexistir con síntomas de depresión y ansiedad. Se manifiesta con un dolor pulsátil, generalmente en un lado de la cabeza, de intensidad moderada a grave, que puede acompañarse de sensibilidad a la luz, los sonidos y los olores, además de náuseas y vómitos. Sin un tratamiento adecuado, **los episodios pueden extenderse entre 4 y 72 horas**.

Te puede interesar:
Por qué una infusión de jengibre después de cenar favorece la salud de los riñones

El diagnóstico es clínico y resulta importante consultar cuando los dolores son recurrentes, se prolongan o no ceden con analgésicos habituales, según el **Hospital Británico de Buenos Aires**.

PUBLICIDAD

La dimensión del problema también alcanza a la **salud mental**: datos difundidos por la **Sociedad Española de Neurología (SEN)** indican que el 48,9% de las personas con migraña presenta algún grado de discapacidad vinculada con la enfermedad y que una de cada cinco tiene una discapacidad grave. Además, **casi cuatro de cada diez pacientes registran síntomas depresivos de moderados a graves.**

Te puede interesar:
Cuándo un ganglio inflamado en el cuello puede ser una señal de cáncer



La migraña puede afectar la vida familiar, social, laboral y personal, incluso fuera de los episodios de dolor (Imagen Ilustrativa Infobae)

La doctora **María Teresa Goicochea**, jefa de la Clínica de Cefaleas de **Fleni**, explicó a **Infobae** que **el impacto de la migraña en la calidad de vida y en la salud mental es muy alto:** "Se la considera una enfermedad **discapacitante**, sobre todo durante los ataques, aunque sus consecuencias no se limitan a esos episodio

PUBLICIDAD

Según detalló, afecta múltiples dimensiones de la vida del paciente y la **dinámica familiar y social**: "Una crisis de migraña puede dificultar que una madre atienda a sus hijos u obligar a un padre a cancelar un plan con ellos. También puede limitar la vida social, ya que muchas personas temen que los ataques aparezcan en determinadas situaciones".

Te puede interesar:
Las 15 verduras más nutritivas: qué aporta cada una y cuál es la mejor forma de cocinarlas

Estas situaciones suelen estar atravesadas por la incomprensión del entorno, describió la experta: "Muchas veces **reduce la migraña a un dolor de cabeza**, sin contemplar la **complejidad** de los síntomas ni la **intensidad** de los ataques".

PUBLICIDAD





La migraña es un dolor pulsátil que suele afectar una mitad de la cabeza, puede durar entre 4 y 72 horas y acompañarse de sensibilidad a la luz, los ruidos, los olores y vómitos. (Imagen Ilustrativa Infobae)

Por su parte, la doctora **Lourdes Molina**, médica neuróloga especialista en cefaleas del Hospital Británico (M.N. 127.959), explicó que **la migraña no equivale a cualquier cefale**a, que "es el término general para cualquier dolor de cabeza, mientras que este cuadro presenta rasgos clínicos definidos y una capacidad de interferir con las actividades habituales". Además, destacó que a nivel mundial el **14%** de la población sufre migraña. En la Argentina, la prevalencia alcanza el **7,3%**, según el *estudio AMIGOS*.

La doctora **Goicochea** añadió que un estudio realizado en 2019, a nivel mundial, mostró que en las **mujeres jóvenes de entre 15 y 49 años**, la migraña sigue siendo una de las principales causas de **discapacidad**. "Los cambios hormonales, especialmente de estrógenos, influyen en la frecuencia y severidad de los ataques de migraña", resaltó.

PUBLICIDAD

El ayuno y la deshidratación figuran entre los desencadenantes

Los factores que pueden **desencadenar una crisis de migraña** pueden variar según las personas, afirmó la especialista, pero usualm asocian con:

- Ayuno prolongado

Deshidratación

Alteraciones del sueño

Estrés

Consumo de alimentos como condimentos o alcohol

Cambios hormonales: principalmente durante el periodo menstrual y con el descenso de los estrógenos

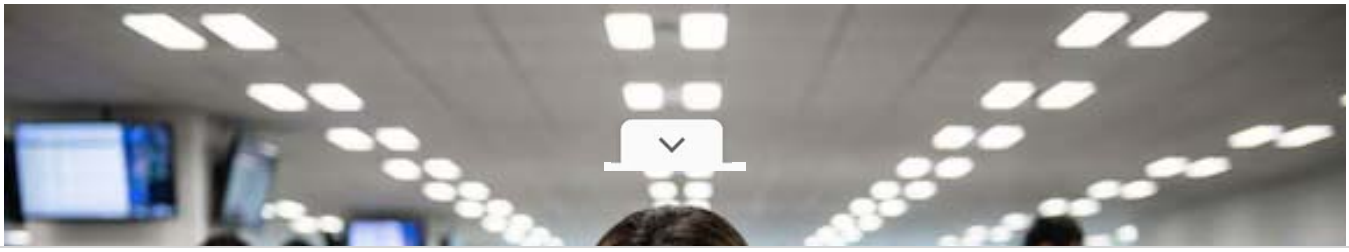
Estímulos sensoriales: luz intensa o intermitente, ruidos fuertes, determinados olores

Calor intenso o cambios meteorológicos

No obstante, la persona puede realizar algunos **cambios de hábitos que contribuyen a disminuir la frecuencia o intensidad** de las crisis como evitar el ayuno prolongado, mantenerse siempre hidratado, realizar actividad física aeróbica de forma diaria y mantener una buena higiene de sueño.

Cómo impacta en la calidad de vida

La migraña también afecta la **actividad laboral y la productividad**. “Durante un ataque, el paciente puede no concurrir al trabajo o tener que retirarse. Existe, además, el presentismo: la persona está en su puesto, pero no cuenta con la misma capacidad de rendimiento que tendría fuera de un episodio”, indicó la doctora **Goicochea**.





Durante un ataque de migraña una persona puede faltar al trabajo o reducir su rendimiento aun cuando permanece en su puesto (Imagen Ilustrativa Infobae)

Los ataques frecuentes pueden **alterar el proyecto de vida y la planificación personal**. “Algunos jóvenes temen comenzar una carrera por la posibilidad de no poder terminarla. Algunas mujeres pueden postergar la búsqueda de un embarazo ante la necesidad de suspender o modificar tratamientos. Los **cambios laborales, las mudanzas o las alteraciones** abruptas del ritmo de vida también pueden generar temor por la posibilidad de que desencadenen crisis”, señaló la experta.

La especialista dijo que todo esto incide de forma directa en la **calidad de vida,** tanto en el **plano social y familiar como en el personal y laboral.** “En el ámbito del trabajo, además, existe un impacto económico por la pérdida de productividad y por el costo de los tratamientos que requieren los pacientes con mayor discapacidad”.

Otro aspecto central es el **estigma**. “La migraña es una enfermedad neurológica que no siempre se refleja en estudios por imágenes y para la que aún no existe un análisis de sangre que permita evidenciar qué ocurre durante una crisis. La escasez **de señales visibles** puede favorecer la **falta de comprensión** en los ámbitos laboral, familiar, social e incluso dentro del sistema de salud”, dijo Goicochea.



Casi cuatro de cada 10 pacientes con migraña presentan síntomas depresivos de moderados a graves
Crédito: Infobae / Gemini / Imagen ilustrativa

Y completó: “El estigma puede hacer que los pacientes **demoren la consulta médica.** Algunas personas sienten que su sintomatología es **minimizada** o que no se las toma con seriedad. Este punto es crítico al evaluar el impacto de la migraña. Este no aparece únicamente durante los ataques: también puede persistir entre crisis por el temor al siguiente episodio”.

Cómo se relacionan la migraña, la depresión y la ansiedad

Según la *Association of Migraine Disorders*, la relación entre migraña y depresión es **multifactorial**. “Los *estudios* han encontrado cambios en las estructuras cerebrales, la genética, los neurotransmisores, las hormonas sexuales y el estrés como posibles conexiones entre ambas enfermedades”.



La relación entre migraña, depresión y ansiedad es bidireccional, estas condiciones pueden aumentar la frecuencia de los ataques (Imagen Ilustrativa Infobae)

La doctora Goicochea señaló que **la relación de la migraña con la depresión y la ansiedad es bidireccional:** "Una persona con migraña que también tiene **depresión o ansiedad** presenta un mayor **riesgo de aumentar la frecuencia de los ataques.** Por eso, el tratamiento debe contemplar la identificación, el diagnóstico y el abordaje adecuado de ambas condiciones".

"En los casos de **migraña episódica**, definida por menos de 15 días al mes con cefaleas, muchas de ellas con características de migraña, se estima que entre el **20% y el 30% de los pacientes presenta ansiedad.** En la **migraña crónica**, que implica 15 o más días mensuales con dolor de cabeza y al menos la mitad con características de migraña, **la ansiedad alcanza a cerca del 50% de las personas.** Los estudios también indican que la depresión puede ser hasta **dos veces más frecuente entre las personas con migraña"**, agregó la especialista.

Cómo es el tratamiento de la migraña

El **diagnóstico** de la migraña es clínico. Para ello es fundamental que la persona realice la consulta médica cuando tiene **dolores recurrentes, prolongados que no ceden con los analgésicos habituales.** O cuando necesita tomar mayor cantidad de analgésicos -**más de 6 comprimidos de analgésicos al mes-,** cuando el dolor es invalidante o cuando se nota cambios en las características del habituales de ese d o la doctora Molina.



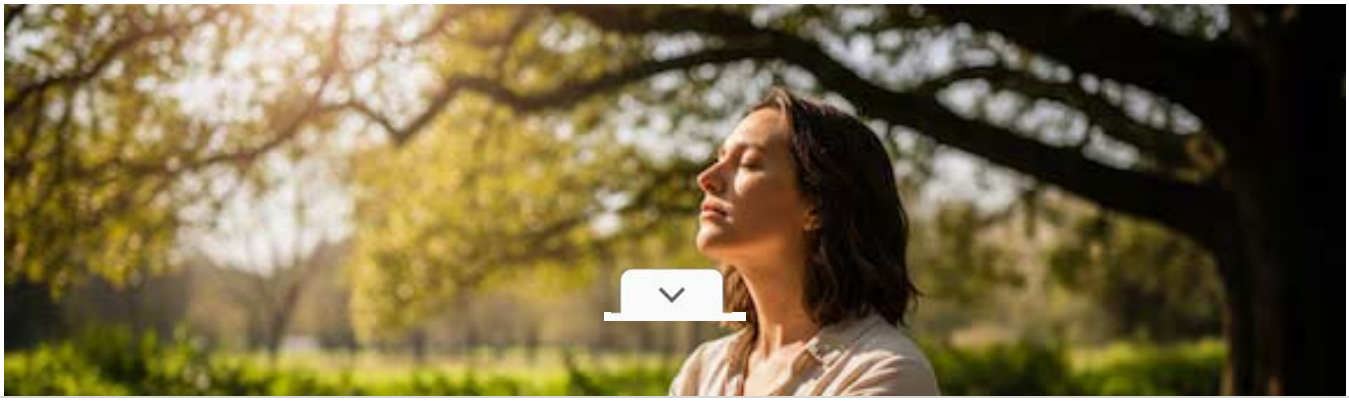


Los tratamientos para la migraña incluyen hábitos de prevención y terapias específicas como anticuerpos monoclonales, Gepantes y toxina botulínica. (Imagen Ilustrativa Infobae)

La especialista afirmó que en la actualidad existen terapias específicas para migraña, entre ellas, los **anticuerpos monoclonales**, que se aplican una vez por mes de manera subcutánea. También están los **Gepantes**, que son tratamientos orales usados para el momento agudo, es decir, cuando se produce el ataque de migraña como también de forma preventiva. Además, está disponible desde hace más de diez años, la aplicación **de toxina botulínica**.

En cuanto a la migraña en su relación con la depresión y la ansiedad, la doctora Goicochea señaló que la incorporación de **hábitos que protegen la salud mental** también puede ayudar a **disminuir la frecuencia de las migrañas.** Entre ellos se encuentran una alimentación saludable y regular, la actividad física frecuente, el mantenimiento de vínculos sociales y la realización de actividades placenteras.

“También es importante contar con **herramientas para manejar situaciones de estrés,** como **técnicas de relajación**, y mantener un **sueño reparador y regular.** Estos factores de la vida cotidiana favorecen la salud mental y pueden reducir la frecuencia de los episodios de migraña”, describió la médica.





Las técnicas de relajación y un sueño regular pueden ayudar a reducir la frecuencia de los episodios de migraña y favorecer la salud mental (Imagen Ilustrativa Infobae)

A esto se suma la necesidad de que el tratamiento de cada ataque sea efectivo. “Cuando comienza el dolor, la persona debe contar con una **medicación** que le permita controlar los síntomas y, dentro de lo posible, continuar con las actividades que había planificado o estaba realizando ese día. Si el paciente requiere un **tratamiento preventivo** para reducir la frecuencia y la intensidad de los ataques, este debe adaptarse a sus antecedentes y necesidades particulares”, indicó la doctora Goicochea.

La *Association of Migraine Disorders* añadió que **la terapia cognitivo-conductual** también puede ayudar a los pacientes con depresión y migraña. “Aunque los medicamentos pueden ser útiles para mejorar el estado de ánimo, también es importante que la persona aprenda las habilidades y estrategias necesarias para afrontar los factores estresantes, incluido el **estrés de la migraña”**, recomendó.

“Algunos tratamientos también pueden contribuir al abordaje de la ansiedad o la depresión”, apuntó Goicochea. Y concluyó: “En esos casos, el trabajo conjunto con **psiquiatría** puede ser parte del tratamiento integral y ayudar a **prevenir nuevos episodios de migraña**”.

Sigue todas las noticias de Infobae.com en Google News

Sigue todas las noticias de Infobae.com en WhatsApp

PUBLICIDAD