

# 8 Curiosidades de la migraña

La migraña es una enfermedad relacionada con el cerebro que, generalmente, **produce dolor de cabeza punzante y, a veces, en un solo lado**<sup>1</sup>.

Muchas personas tienen síntomas visuales que avisan sobre la llegada de la migraña. A esto se le conoce como **migraña con aura**<sup>1</sup>. El paciente ve líneas en zigzag, **luces de colores o resplandecientes y destellos de luz**. Estos síntomas pueden durar **hasta 30 minutos**<sup>1</sup>.

La mayoría de las personas experimentan esta enfermedad sin aura. Este tipo de migraña provoca un **dolor palpitante en un lado de la cabeza**. El dolor es de moderado a intenso y empeora con la actividad física normal<sup>2</sup>.

También es posible que tenga **náuseas y vómitos y que se sienta peor alrededor de luz y sonido**. El dolor de cabeza dura **de 4 a 72 horas** si no se trata. Una migraña común no comienza con un aura<sup>2</sup>.

## A continuación, estas son ocho curiosidades sobre esta enfermedad:



1

La migraña es una de las 20 enfermedades **más discapacitantes que existen en el mundo**, según la Organización Mundial de la Salud<sup>3</sup>.



2

Un 25% de los **pacientes que sufre migraña nunca ha consultado su problema con el médico** y un 50% abandona el seguimiento tras las primeras consultas<sup>3</sup>.



3

Los pacientes habitualmente tienen **entre 1 y 4 crisis mensuales con una duración de entre 4 y 72 horas**<sup>3</sup>.



4

Es una enfermedad **muy frecuente** y sin embargo el tiempo de media de identificación desde su inicio hasta el diagnóstico es de **28,7 meses**<sup>3</sup>.



5

El **80% de los pacientes** presenta su primera crisis **antes de los 30 años**<sup>3</sup>.



6

Las migrañas se **vinculan a la genética**. Determinados estudios establecen que lo que se transmite genéticamente es el **déficit de la enzima diamino oxidasa (DAO por sus siglas)**, que es lo que suele desencadenar migraña, aunque no en todos los casos<sup>4</sup>.



7

El dolor mejora con el **reposo**. Más allá de tomar medicamentos, la recomendación es descansar en un cuarto con poca luz. Igual, se debe evitar la actividad física para que el dolor no aumente<sup>4</sup>.



8

La migraña **genera otro tipo de padecimientos**. Esto se debe a que tener migraña genera una pérdida de la calidad de vida y puede derivar en depresión, ansiedad, trastornos respiratorios o riesgo cardiovascular<sup>4</sup>.

Este material es de carácter educativo e informativo únicamente, no sustituye ni reemplaza la consulta médica, y en ningún caso deberá tomarse como consejo, tratamiento o indicación médica. Ante cualquier duda deberá consultar siempre a su médico tratante.

### Referencias:

1. American Academy of Ophthalmology. ¿Qué es la migraña? Disponible en <https://www.aaopt.org/salud-ocular/enfermedades/migraña> Último acceso en enero de 2023.
2. Cigna. Tipos de migraña. Disponible en [https://www.cigna.com/es-us/knowledge-center/hw/tipos-de-migraas-hw115865#:~:text=Migra%C3%B1a%20sin%20aura%20\(migra%C3%B1a%20om%C3%BAn\).&text=Este%20tipo%20de%20migra%C3%B1a%20provoca,alrededor%20de%20luz%20y%20sonido](https://www.cigna.com/es-us/knowledge-center/hw/tipos-de-migraas-hw115865#:~:text=Migra%C3%B1a%20sin%20aura%20(migra%C3%B1a%20om%C3%BAn).&text=Este%20tipo%20de%20migra%C3%B1a%20provoca,alrededor%20de%20luz%20y%20sonido). Último acceso en enero de 2023.
3. Revista Muy Interesante. 10 datos interesantes sobre las migrañas. Disponible en <https://www.muyinteresante.es/salud/articulo/10-datos-interesantes-sobre-las-migrañas-691410453841> Último acceso en enero de 2023.
4. El Español. 8 datos interesantes sobre la migraña. Disponible en [https://www.elespanol.com/curiosidades/cuerpo-humano/datos-interesantes-migraña/520698828\\_0.amp.html](https://www.elespanol.com/curiosidades/cuerpo-humano/datos-interesantes-migraña/520698828_0.amp.html) Último acceso en enero de 2023.