

## MIGRAÑA

---

### ¿Qué es?

La migraña es una de las consultas neurológicas más habituales en Atención Primaria al ser relativamente frecuente y muy invalidante durante los episodios de crisis, pudiendo incapacitar a la persona afectada para realizar tanto las actividades básicas del día y como las relacionadas con su actividad laboral.

Se trata de un tipo de cefalea (dolor de cabeza) que puede presentarse de forma aislada o en crisis repetidas, y puede variar en cuanto a su intensidad y a los síntomas acompañantes. Es más predominante en el sexo femenino.

Las crisis migrañosas suelen tener lugar en personas con predisposición genética y están ocasionadas por la exposición a algún estímulo externo que produce una activación neuronal anómala de alguna parte del cerebro. Esto conlleva cambios en la circulación sanguínea en las meninges (unas membranas localizadas en nuestro cerebro) que produce las crisis de dolor. En ocasiones, esta activación anómala de algunas partes de nuestro cerebro pueden afectar a la corteza cerebral del mismo, pudiendo dar lugar a síntomas, habitualmente visuales (tales como centelleos luminosos, visión nublada...), lo cual se conoce como aura migrañosa y que suele preceder a la crisis de dolor de cabeza (cefalea).

### ¿Qué síntomas produce?

Existen diferentes tipos de migrañas. Actualmente se tiende a simplificar la clasificación de las migrañas dividiendo entre migrañas con aura y migrañas sin aura. Pero... ¿qué entendemos por aura?

El aura es un fenómeno sensitivo generalmente visual por el que previamente al episodio de migraña se comienzan a ver destellos lumínicos, alteraciones en el campo visual, visión borrosa... Esto suele ser debido a una reducción del flujo sanguíneo en localizaciones de nuestro cerebro, como es la corteza cerebral. En otras ocasiones, en lugar de ocurrir como un fenómeno visual puede manifestarse como hormigueos o adormecimiento de alguna parte del cuerpo, sensación de olfato desagradable, alteraciones del lenguaje...

Por tanto, teniendo en cuenta que puede haber episodios de migraña con presencia de aura o sin ella, podemos encontrar diferentes síntomas una vez se ha iniciado la crisis aguda de migraña. Estos pueden ser:

- Cefalea (dolor de cabeza): Pudiendo ser holocraneal (afecta a toda la cabeza), hemicraneal (afecta a media cabeza), pulsátil (dolor a pulsos). El dolor suele ser muy intenso y afectar a la cara, al transmitirse por el nervio trigémino (que recoge la sensibilidad de la misma).
- Náuseas y o vómitos.
- Fobia a los sonidos (sonofobia) y/o las luces (fotofobia). En muchas ocasiones, la persona que padece estos síntomas requiere permanecer en un lugar aislado y alejada de estímulos lumínicos y sonoros, dada la limitación que le llega a producir para poder realizar cualquier actividad.
- Sensaciones olfatorias desagradables.

### Diagnóstico

El diagnóstico de una crisis de migraña se puede realizar simplemente con una adecuada exploración neurológica y por los síntomas que aparecen ante la crisis, sin necesidad de solicitar otros estudios o pruebas complementarias, ya que no aportan información para su diagnóstico. Habitualmente, si se solicitan pruebas de imagen, suele ser para descartar otros procesos diferentes que pueden acompañarse del mismo modo de cefalea intensa.

## Tratamiento

No tiene una cura específica. El tratamiento busca disminuir o paliar los síntomas cuando la crisis aparece. Éste está basado, por un lado, en diversos fármacos, y por otro, en la prevención de nuevos episodios.

### Fármacos:

- Antiinflamatorios: tratamiento de primera elección.
- Otros analgésicos como paracetamol, metamizol...
- Triptanes (frecuentemente utilizados por su efectividad para combatir las crisis migrañosas). Consiguen disminuir la dilatación de los vasos sanguíneos que provocan la intensa cefalea. Deben evitarse en pacientes con problemas cardíacos.
- Otros tratamientos: ergotamina, cafeína...

### Prevención:

- Fármacos betabloquantes.
- Fármacos antidepresivos y antiepilépticos.
- Toxina botulínica inyectada.
- Evitar la exposición a estímulos que puedan desencadenar los brotes migrañosos: algunos tipos de alimentos, olores, estrés, consumo de alcohol u otros tóxicos, cambios en los patrones del sueño, consumo de chocolate, exposición a estímulos lumínicos o auditivos intensos...