

La migraña crónica aumenta las cifras de absentismo y bajas laborales

Así lo explica la doctora Sonia Santos, jefa de sección de Neurología del Hospital Clínico Universitario Lozano Blesa de Zaragoza. El paciente que sufre migraña crónica necesita una media de 14,6 días de baja al año, lo que implica un coste de 12.900€

La migraña crónica aumenta las cifras de absentismo y bajas laborales y reduce la productividad de los trabajadores que la sufren. Así lo explica la doctora Sonia Santos, jefa de sección de Neurología del Hospital Clínico Universitario Lozano Blesa de Zaragoza, y ponente invitada en un ciclo de conferencias formativas dirigidas a neurólogos organizado por Allergan, an AbbVie Company. Concretamente, los pacientes que sufren migraña crónica necesitan una media de 14,6 días de baja al año, según la Sociedad Española de Neurología (SEN). Un dato que contrasta con la media de 2,6 días de baja al año que requieren las personas que sufren migraña episódica, de menor intensidad y frecuencia. A estas cifras se suman las conclusiones de un estudio internacional que confirman la relación lineal entre el número de días de migraña al mes y el número de días de absentismo o reducción de productividad.

En palabras de la doctora Santos, “la mayor o menor interferencia de la migraña crónica en el trabajo viene determinada por factores como los turnos laborales, y si esta condiciona una mala higiene del sueño, o el nivel de estrés. Además, también influyen las características del entorno laboral, como si hay una luz excesiva, un ambiente ruidoso o determinados olores.” El fuerte impacto de la migraña crónica en el ámbito laboral se debe a que se trata de una patología discapacitante que provoca dolor de cabeza más de 15 días al mes, asociado con otros síntomas como náuseas, vómitos y sensibilidad a la luz y al sonido. Más de 1,5 millones de españoles sufren migraña crónica.

Acorde con la experiencia de esta neuróloga, la migraña crónica genera además un sentimiento de culpabilidad constante en los pacientes, que consideran que su entorno laboral no les comprende. A este respecto, declara que “tenemos que educar y concienciar a la sociedad en el impacto que genera esta enfermedad. Disponemos de datos concretos a nivel nacional que reflejan el consumo de recursos sanitarios y no sanitarios que genera la patología, pero es muy difícil concienciar.” La información recopilada hasta el momento revela que los costes directos, indirectos y asociados con la pérdida de productividad que genera la migraña crónica superan los 12.900€ por paciente y año.

La preocupación de los pacientes se refleja también en las redes sociales. Según un estudio de la conversación en Twitter sobre migraña elaborado por AbbVie, el 72% de los usuarios que hablan sobre esta patología ponen de manifiesto su impacto en el ámbito laboral, más aún en el caso de la migraña crónica. Como argumenta Belén López, directora de comunicación y pacientes de AbbVie, “analizamos la conversación sobre migraña y vimos que las personas con migraña reclaman una mayor concienciación sobre esta patología y se muestran preocupados por la falta de comprensión. A pesar de ello, neurólogos, sociedades médicas y asociaciones de pacientes se esfuerzan por mejorar el conocimiento de los usuarios sobre la migraña y dar repuesta a sus dudas e inquietudes.”

El impacto que supone la migraña crónica en el ámbito laboral y en general en la calidad de vida de los pacientes es evaluado por los neurólogos a través de diferentes herramientas. Como apunta la doctora Ane Mínguez-Olaondo, neuróloga del Hospital Universitario Donostia de San Sebastián, también presente en las jornadas formativas, “el primer medio para cuantificar esa carga es preguntar al propio paciente en qué ha cambiado su rutina o qué cosas ha tenido que dejar de hacer por culpa de la migraña. En según lugar, y de forma más estandarizada, podemos medir este aspecto utilizando escalas validadas y avaladas.”

Los cambios en el entorno y un mejor control de las crisis de migraña reducen su impacto en la rutina laboral

Para reducir el nivel de absentismo y bajas laborales, la doctora Santos recomienda a los pacientes “mejorar su entorno, por ejemplo, ajustando la luminosidad de la pantalla del ordenador o cuidando la higiene postura; y para mejorar el tratamiento de sus crisis: disponer de la medicación pautada y tomarla en la forma y tiempo adecuados. En caso necesario podrían solicitar ayuda para modificar los horarios de trabajo.”

De forma paralela “es fundamental conseguir una buena adherencia al tratamiento para reducir el dolor e implicarse en el seguimiento de la enfermedad. Para ello pedimos a los pacientes que rellenen un calendario que nos permite conocer cuántos días de dolor sufren al mes y comparar su situación actual con momentos previos”, apunta la doctora Santos.

En este sentido, la doctora Mínguez-Olaondo añade que a través de estas herramientas de aplicación en consulta es posible obtener información objetiva sobre la enfermedad. “Son muy útiles para el médico, pero también para el paciente, quien puede valorar tanto su evolución como su grado de discapacidad. Esto se debe a que suelen ser conscientes de que la migraña crónica les genera discapacidad, pero es en consulta cuando se dan cuenta de hasta qué punto han tenido que restringir su día a día a causa de la enfermedad”, aclara.

Datos de contacto:

Abigail Rodríguez Rodríguez
665 61 38 34

Nota de prensa publicada en: [Coslada](#)

Categorías: [Medicina](#) [Sociedad](#) [Medicina alternativa](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>