

DOLOR DE CABEZA

El mal universal

Las cefaleas son la dolencia humana más común y conlleva repercusiones físicas, psicológicas y sociales

A sus 42 años, Victoria habla de su cefalea, enfermedad con la que ha convivido desde que era niña, con el tono respetuoso con el que los soldados de antaño rememoraban a sus viejos enemigos, éstos a los que a fuerza de combatirlos se convertían en parte de uno aun cuando algunas de sus heridas seguían sangrando. En el rostro de Victoria hay alojado perennemente un rictus de dolor contenido, amordazado, en el que se pueden leer algunas de esas heridas.

Afectada por la llamada "cefalea en racimos", un trastorno que afecta a menos de 1 por cada 1.000 adultos, todos los rincones de su vida están marcados por los estragos de la enfermedad. "El principal síntoma de esta cefalea es un dolor agudo, intenso y persistente en el ojo que siempre aparece a la misma hora, con precisión cronométrica", explica Esteban García-Albea, jefe de Neurología del Hospital Universitario Príncipe de Asturias de Alcalá de Henares, quien matiza que "se trata de una tortura que, de no abortarla la medicación, y no siempre lo logra, sume al paciente en una desesperación absoluta".

Victoria conoce bien ese suplicio: "Las crisis, tres cada mes, aparecen a las dos de la madrugada con la insoportable sensación de que el ojo me va a estallar, además de problemas para respirar y vómitos". Pero su sufrimiento no acaba en la cefalea en racimo, ya que tras años de automedicarse y abusar de los analgésicos el resultado ha sido la cronificación de una migraña que se manifiesta unos siete días al mes. Eso supone que esta ama de casa de Barcelona

Miles de jornadas laborales perdidas, un gasto sanitario y farmacéutico enorme y, sobre todo, graves estragos en la calidad de vida de los pacientes. Éstos son algunos de los argumentos que han impulsado a la OMS a luchar decididamente contra un problema que clínicamente suele estar subestimado.

por David Revelles

vive más de diez días de cada mes bajo el signo del dolor, el malestar físico y anímico ocasionado por la cefalea, además de una limitación notable para realizar las actividades cotidianas. "Vives al revés del mundo, como un ermitaño, porque le tienes tanto miedo al dolor que acabas por borrar de tu vida las actividades que en alguna ocasión te han causado una crisis, lo que reduce tu vida social y familiar a niveles increíbles", explica Victoria, para quien "ir al cine a última hora de la noche o salir a cenar es una utopía".

Una enfermedad compleja

¿Un caso demasiado extremo como para ejemplificar el vivir diario de los afectados por las cefaleas, sobre todo teniendo en cuenta que se trata de la más frecuente de las dolencias humanas, de la que existen 150 tipos y que el 95% de la población ha sufrido alguna vez en su vida? Sería un error extrapolar las vivencias de Victoria a las de todos los afectados, pero de lo que no hay duda es de que en buena medida retratan hasta qué punto el afirmar que las cefaleas son mucho más que un simple dolor de cabeza no es exagerado. Sólo hay que evaluar a qué niveles las variedades más frecuentes de cefaleas primarias –tensional, en racimos, migraña y crónica diaria– merman la calidad de vida de los afectados, además de sus enormes repercusiones económicas y sanitarias, para confirmar esta realidad.

Por ejemplo, en España, la cefalea tensional (el dolor de cabeza más común y menos grave, ocasionada por el estrés o la fatiga diaria) afecta al 70% de la población, mientras

El 5% de los españoles padece cefalea crónica diaria por abuso de analgésicos, una evidencia de los perjuicios de automedicarse.