



Consejo General de Colegios Oficiales  
de Enfermería de España

Te cuidamos toda la vida



## NOTA DE PRENSA



Consejo General de Colegios Oficiales  
de Enfermería de España



[Descarga todos los materiales](#)

### Las enfermeras lanzan una campaña para informar sobre la migraña, una dolencia que afecta al 20% de la población

- Una de cada cinco personas ha sufrido o sufre problemas de migraña a lo largo de su vida, según los datos que maneja la Sociedad Española de Enfermería Neurológica (SEDENE).
- El Consejo General de Enfermería y SEDENE han lanzado una infografía y un [vídeo animado](#) de uso público con todos los detalles sobre la enfermedad y recomendaciones para tratarla.
- “Las administraciones deben conocer esta situación y apostar por los cuidados enfermeros con estos pacientes. Hay que potenciar la educación para la salud y estandarizar estos cuidados; fomentar hábitos de vida saludables y realizar planes específicos para personas con migraña”, apunta Florentino Pérez Raya, presidente del CGE.

**Madrid, 24 de junio de 2022.-** Un 20% de la población (una de cada cinco personas) ha sufrido o sufre problemas de migraña a lo largo de su vida, según los datos que maneja la Sociedad Española de Enfermería Neurológica (SEDENE). Además, se estima que más de cinco millones de personas padecen esta enfermedad en la actualidad en España. Con el objetivo de explicar a la población esta dolencia, cómo detectarla, afrontarla y prevenirla, el Consejo General de Enfermería y la SEDENE han preparado una infografía y un [vídeo animado](#) de uso público con todos los detalles sobre la enfermedad y recomendaciones para tratarla. Además, también se ha lanzado un



Consejo General de Colegios Oficiales  
de Enfermería de España



programa referente a la migraña de ["Cuidate con tu enfermera"](#), el espacio de Canal Enfermero en el que se dan las claves sobre determinados asuntos de salud.

La migraña es una enfermedad neurológica crónica, infradiagnosticada, infrapriorizada, e infratratada. Las mujeres tienen tres veces más probabilidades de padecerla que los hombres y provoca una elevada discapacidad. De hecho, es la primera causa de enfermedad discapacitante a nivel mundial en menores de 50 años. "Nos enfrentamos a una enfermedad que limita muchísimo la vida de quien la padece y se calcula que los afectados pierden, aproximadamente, siete días al año de trabajo o actividades por culpa de la migraña. Las enfermeras, como profesionales más cercanos a los pacientes, tenemos que apoyar y ayudar en todo lo que podemos durante el proceso de enfermedad. Dar educación para la salud a la población es fundamental y con estos materiales queremos que sepan los posibles síntomas o signos de alerta para que acudan a sus centros sanitarios de referencia en el caso de que sea necesario", explica Guadalupe Fontán, coordinadora del Instituto de Investigación Enfermera del Consejo General de Enfermería.

Desde la SEDENE, Lali Giné, coordinadora del grupo de estudio de cefalea de la sociedad científica recuerda que "las enfermeras podemos tener un papel importante en la prevención primaria, secundaria y terciaria y en diferentes ámbitos". "Como prevención primaria, principalmente divulgando conocimientos y aumentando la concienciación social. Como prevención secundaria, podemos ayudar a los pacientes diagnosticados en el manejo de la enfermedad y educación sanitaria en hábitos de vida saludables. En la prevención terciaria, desarrollamos con el paciente un plan de cuidados específico e individualizado para el manejo de la enfermedad", explica Giné.

### **Factores desencadenantes**

A través de estos materiales, se dan a conocer los principales factores desencadenantes de la migraña. Tal y como apuntan las enfermeras, estos pueden ser modificables como la falta de sueño, el estrés, la ansiedad o el consumo de alcohol; o no modificables, como los cambios meteorológicos u hormonales.

Otro de los puntos clave de la infografía son los síntomas que pueden estar relacionados con la migraña. Sensibilidad cutánea, aura (aproximadamente en el 30% de los casos), náuseas, vómitos... son algunos de estos síntomas que se dan con más frecuencia.

"Las administraciones deben conocer esta situación y apostar por los cuidados enfermeros con estos pacientes. Hay que potenciar la educación para la salud y



**Consejo General de Colegios Oficiales  
de Enfermería de España**



estandarizar estos cuidados; fomentar hábitos de vida saludables y realizar planes específicos para gente con migraña”, apunta Florentino Pérez Raya, presidente del CGE, que ha recordado el compromiso de la organización con la población general y ha puesto en valor los materiales que desde la institución llevan ya dos años creando por y para ayudar a los ciudadanos.

De igual modo se expresa Giné, que subraya que es importante “realizar campañas de visibilización y concienciación de la enfermedad porque, a menudo, la población desconoce que es una enfermedad neurológica y que se pueden recibir tratamientos (farmacológicos y no farmacológicos) para ayudar a manejar la enfermedad y evitar la cronificación de la misma”.