Publicado en *Coordinación General de Comunicación Social* (https://www.comsoc.udg.mx)

Migraña afecta a 15 por ciento de la población mundial

Este padecimiento alcanza principalmente a mujeres y representa una de las 20 causas de discapacidad

La migraña es uno de los más de 100 tipos de dolores de cabeza que existen y que **padece alrededor de 15 por ciento de la población mundial de entre 10 y 50 años; y afecta principalmente a las mujeres.**

Lo anterior lo expresó el Jefe del Servicio de Neurología del **Hospital Civil de Guadalajara Fray Antonio Alcalde,** doctor José Luis Ruiz Sandoval, quien agregó que por cada hombre que presenta este padecimiento hay entre tres o cuatro mujeres que lo sufren, lo que se puede atribuir a cuestiones hormonales.

“Es el elemento hormonal lo que hace que la mujer tenga más migrañas. Es muy pareja la migraña entre niños y niñas, pero a partir de la pubertad es cuando aparece la mayor frecuencia entre las mujeres con los cambios hormonales, eso marca la diferencia”, subrayó.

Otro aspecto importante **es el incremento en la frecuencia de estos episodios en temporadas con altas temperaturas,** que se conjugan con la deshidratación y problemas con el sueño. Entre sus síntomas destacan hipersensibilidad a la luz, al ruido, a ciertos olores; presenta dolor en la mitad de la cabeza o la frente, náuseas, además de que el dolor se incrementa con el esfuerzo.

“Una de las **características de las migrañas es que se disparan por ayuno prolongado, por problemas de sueño, estrés, calor, sofocamiento, bochorno.** Lo que se recomienda a los pacientes es que coman a sus horas, que duerman bien y que se mantengan hidratados en el transcurso del día”, apuntó.

Entre las recomendaciones generales para quienes padecen migraña figuran: **llevar una vida saludable, buen manejo del estrés y realizar actividad física moderada,** de preferencia en horas en que no se registren altas temperaturas.

“**El 90 por ciento de la población tiene dolor de cabeza en algún momento de su vida**; y 50 por

ciento de la población tuvo dolor de cabeza el año pasado. Pero es necesario acudir al médico especialista para que clarifique qué tipo de dolor de cabeza se tiene. Hay pacientes que pueden tener hasta 15 episodios de migraña por mes, por lo que va a depender de la frecuencia y la intensidad de la migraña el tratamiento médico a seguir”, apuntó.

Destacó que la migraña es una de las 20 principales causas de discapacidad en el mundo, puesto que un ataque de migraña muy intenso afecta el día de la persona, la hace más lenta, somnolienta, con menos reacción y propensa a sufrir un accidente.

“**En algunas partes se está regulando para cuestiones de incapacidad. Una migraña puede durar de cuatro hasta 72 horas; por ello, es importante acudir al médico para recibir un tratamiento adecuado**”, concluyó.

Atentamente
“Piensa y Trabaja”
“1925-2025. Un Siglo de Pensar y Trabajar”
Guadalajara, Jalisco, 25 de abril de 2025

Texto: Laura Sepúlveda Velázquez
Fotografía: Cortesía Internet

Etiquetas:
José Luis Ruiz Sandoval [1]

URL Fuente: https://www.comsoc.udg.mx/noticia/migrana-afecta-15-por-ciento-de-la-poblacion-mundial

Links
[1] https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/jose-luis-ruiz-sandoval