

## **Mañana #RespetaLaMigraña: casi seis millones de españoles viven con migraña y no es una excusa**

**La Campaña de concienciación #RespetaLaMigraña, puesta en marcha por Aemice y Lilly, con motivo mañana del Día Internacional, se ha vuelto ya viral en redes sociales gracias a la colaboración de la influencer Moderna de Pueblo y su viñeta "5 formas de menospreciar una enfermedad", consiguiendo miles de comentarios de mujeres compartiendo sus experiencias. La migraña es tres veces más común en mujeres que en hombres, afecta a seis millones de españoles y se da principalmente entre los 25 y los 55 años**

La Asociación Española de Migraña y Cefalea (Aemice) y Lilly ha presentado por el Día Internacional de Acción contra la Migraña (12 de septiembre), la campaña #RespetaLaMigraña, para sensibilizar sobre esta enfermedad neurológica y los efectos que tiene en los ámbitos personal, familiar, laboral y social de las personas que la padecen.

La campaña ya se ha vuelto viral en RRSS gracias a la colaboración de la influencer Moderna de Pueblo, con una viñeta en la que se refleja "5 formas de menospreciar una enfermedad" y que ha logrado ya más de 100.000 likes con miles de comentarios entre las mujeres con migraña compartiendo sus vivencias en primera persona.

Esta iniciativa surge en respuesta a la encuesta 'Conocimiento y percepción de la Migraña entre la población española'. Entre las conclusiones, destaca que más de una cuarta parte de los pacientes con migraña percibe que su entorno considera su enfermedad como una excusa para no cumplir con sus obligaciones.

Igualmente remarcable es que la principal preocupación de los pacientes es la imprevisibilidad de las crisis (70%), lo que genera la preocupación de no poder rendir suficientemente en el trabajo (47%) y no poder atender a su familia (41%).

En cuanto a la percepción de la población, destaca el nivel de estrés (78%), el dormir poco (64%) y la vida desordenada (39%) como los principales factores desencadenantes. Los pacientes destacan, además, el uso de dispositivos electrónicos (45%) y consideran el lunes el peor día, por la vuelta al estrés laboral diario.

Según la encuesta, los periodos de estrés asociados al trabajo (85%) o al estudio (78%) son las situaciones más vinculadas a los episodios de migraña. Así, la población general considera que el entorno laboral puede ser contraproducente para los pacientes por el ruido ambiental, restando importancia a aspectos como la falta de descansos, la mala iluminación o el uso continuado de pantallas.

Isabel Colomina, paciente y presidenta AEMICE recalca que “la migraña puede ser una enfermedad que no solo llegue a incapacitar, sino también a aislar al paciente, lo que puede convertirse en una preocupación, en una carga y una peor calidad de vida. Por esta razón es tan importante la comprensión, no solo de amigos y familiares, sino de compañeros de trabajo y de la población general. Que la sociedad entienda lo que significa vivir con migraña nos ayuda a lidiar con ella a diario”.

La Dra Sonia Santos, neuróloga y coordinadora del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología, ha señalado que “por primera vez disponemos de fármacos específicamente diseñados para el tratamiento preventivo de la migraña y se dirigen contra el verdadero protagonista en la fisiopatología del dolor, que es el péptido relacionado con el gen de la calcitonina. Todos han demostrado ser eficaces en la prevención de la migraña tanto episódica como crónica y ofrecen un inicio de respuesta temprano, que se mantiene en el tiempo. Han demostrado, además, ser seguros, por lo que, previsiblemente, mejorarán aspectos relacionados con la adherencia terapéutica”.

**Datos de contacto:**

Laura Mayoral García  
685992198

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

Categorías: [Medicina](#) [Sociedad](#) [Recursos humanos](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>