
Fecha: 9 de septiembre de 2021

Nota de prensa

Con motivo del Día Internacional de Acción contra la Migraña, el 12 de septiembre

#RespetaLaMigraña, una iniciativa para difundir y sensibilizar sobre el impacto de la enfermedad en el entorno laboral de los pacientes

- AEMICE y Lilly impulsan esta campaña mediante una **colaboración con 'Moderna de Pueblo'** en la que se da a conocer la realidad de las personas con migraña en el ambiente de trabajo, a través de seis situaciones cotidianas.
- El estrés asociado al trabajo o al estudio se posiciona como la situación más vinculada a los episodios de migraña, siendo el lunes el peor día por el cambio de rutina y comienzo de una nueva semana, según la encuesta '**Conocimiento y percepción de la Migraña entre la población española**'.
- En este contexto, Lilly estrena los canales de **@respetalamigrana** en [Facebook](#) e [Instagram](#), con el objetivo de informar, apoyar a los pacientes y brindar un espacio para crear comunidad.

Madrid, 9 de septiembre de 2021.– Basados en estudios realizados en España, se estima que casi seis millones de personas (el 12,6% de la población)¹ padecerían migraña, una enfermedad neurológica crónica que suele presentarse durante los años más productivos de la vida, entre los 25 y 55 años de edad¹, lo que repercute negativamente en la vida profesional de las personas. Este impacto se agudizaría con la vuelta al trabajo tras las vacaciones, debido al posible aumento del estrés en los pacientes. Por ello, la Asociación Española de Migraña y Cefalea (AEMICE) y Lilly impulsan la campaña de sensibilización **#RespetaLaMigraña** mediante una colaboración con 'Moderna de Pueblo', enmarcada en el Día Internacional de Acción contra la Migraña, que se celebra cada 12 de septiembre.

#RespetaLaMigraña busca mejorar el conocimiento de cómo el entorno laboral puede afectar a la migraña de los pacientes, así como fomentar en la sociedad la comprensión y la flexibilidad hacia la situación con la que viven estas personas durante sus horas de trabajo.

La paciente y presidenta de la Asociación Española de Migraña y Cefalea (AEMICE), Isabel Colomina, recalca la importancia de visibilizar esta enfermedad que afecta con más frecuencia a las mujeres que a los hombres¹. *"Muchas de las personas que sufren migraña*

se sienten estigmatizadas y algunas discriminadas en su trabajo a causa de la enfermedad. El dolor es invisible y facilita que compañeros y empleadores banalicen la migraña a pesar de ser una enfermedad neurológica altamente discapacitante. Por eso, hay que generar todo tipo de iniciativas que visibilicen el impacto de la migraña en las vidas de quienes la sufren”.

En este sentido, la colaboración con la ilustradora e *influencer* de Instagram, Raquel Córcoles, responsable de dar vida al personaje ‘Moderna de Pueblo’, consiste en la difusión de una viñeta cuyo propósito es derribar la falsa creencia de que la migraña “es solo de un dolor de cabeza”, también en el trabajo. Para lograrlo, se ha realizado una tira cómica sobre [“Migraña en el trabajo”](#), en la que se muestran seis escenarios que ponen de manifiesto los múltiples desencadenantes de la migraña a los que se enfrentan cada día los pacientes en su entorno laboral, como son, entre otros, la hipersensibilidad a la luz, al sonido o a los olores. Además, pone de manifiesto el miedo a mostrar su enfermedad, al tiempo que señala la importancia de visibilizarla y reclamar comprensión y flexibilidad.

La migraña en el entorno laboral

Según la encuesta, ‘Conocimiento y percepción de la Migraña entre la población española’, impulsada por Lilly con el objetivo de determinar el grado de conocimiento que tiene la sociedad sobre esta patología, los pacientes piensan que **las situaciones que más se vinculan a los episodios de migraña tienen que ver con los periodos de estrés asociados al trabajo (85%) o al estudio (78%)**, siendo el lunes el día más difícil debido al estrés laboral diario que supone el cambio de rutina y comienzo de una nueva semana.

Además, los pacientes **se muestran preocupados por no saber cuándo va a aparecer una nueva crisis (70%), seguido de no poder rendir suficientemente en el trabajo (47%)**.

Desde la perspectiva de la población general, el 80% de los encuestados considera que la migraña repercute negativamente en la calidad de vida del paciente y que las esferas que más se ven afectadas son la laboral (85%), familiar (75%), social (75%) personal (73%).

Estos datos ponen de manifiesto la **preocupación de los pacientes por demostrar su rendimiento laboral para que no se les estigmatice**, aunque para ello sacrifique tiempo y dedicación a la familia y los amigos.

Los encuestados también han intentado identificar los **factores desencadenantes de la migraña en el entorno laboral**. Así, para la población general, **el estrés, el ruido ambiente, la voz elevada y el sonido de teléfonos** pueden ser detonantes; mientras que los pacientes señalan como desencadenantes el **uso continuado de pantallas y factores como la falta de descansos o una mala iluminación**.

Según esta encuesta, el 86% de la población general manifiesta que no le importaría trabajar con una persona con migraña y aproximadamente 9 de cada 10 entrevistados considera que las empresas deben tener en cuenta las necesidades especiales de las personas con migraña para diseñar el espacio de trabajo.

#RespetalaMigraña

Esta iniciativa surgió hace un año como respuesta a la encuesta **‘Conocimiento y percepción de la Migraña entre la población española’**, en la que participaron 1.000 personas vía on line. Entre las conclusiones más llamativas destaca que el entorno laboral es un factor que tendría un impacto relevante sobre la migraña, incluso por encima del personal y social.

La migraña es una patología neurológica crónica que puede llegar a ser altamente incapacitante, con un importante impacto en la vida del paciente.³⁻⁴ Consiste en la aparición de episodios recurrentes de dolor de cabeza con intensidad de moderada a grave y una duración que, sin tratamiento, varía entre 4 y 72 horas,²⁻⁵ y que se asocia a hipersensibilidad a la luz y al sonido y con frecuencia está acompañada de síntomas como náuseas, vómitos.⁶⁻⁷

Para reforzar la difusión de esta colaboración, nacen nuevos canales de la iniciativa **@respetalamigrana** en [Facebook](#) e [Instagram](#), con el objetivo de ofrecer información sobre la enfermedad al público general, dar apoyo a los pacientes y brindar un espacio para crear comunidad. Además, la campaña también tendrá visibilidad en las redes sociales de Lilly y AEMICE.

“Para nuestra Asociación este tipo de iniciativas son muy positivas porque a través de Moderna de Pueblo podemos sensibilizar a cientos de miles de personas, muchas de las cuales no conseguiríamos llegar por otros canales.” expresa Isabel Colomina.

El año pasado, la viñeta realizada junto a Moderna de Pueblo reflejó **“5 maneras de menospreciar una enfermedad”**: compararla con una dolencia menor, dudar de quien la sufre, tacharles de “débiles”, quitarle importancia uno mismo y consultar información sobre la enfermedad en fuentes no del todo fiables como buscar el diagnóstico en Dr. Google. El propósito de esta acción era dar a conocer y sensibilizar a la población para facilitar la comprensión sobre esta enfermedad neurológica y los efectos que ella tiene en los ámbitos personal, familiar, laboral y social de las personas que la padecen.

Sobre Lilly

Lilly es un líder global de la atención sanitaria que une pasión con descubrimiento para mejorar la vida de las personas en todo el mundo. Nuestra compañía fue fundada hace más de un siglo por un hombre comprometido a fabricar medicinas de gran calidad que atienden necesidades reales. Hoy seguimos siendo fieles a esa misión en nuestro trabajo. En todo el mundo los empleados de Lilly trabajan para descubrir y ofrecer medicinas vitales a aquellos que las necesitan, mejorar la comprensión y el tratamiento de la enfermedad y contribuir a las comunidades a través de la acción social y el voluntariado. Si desea más información sobre Lilly, visite www.lilly.com, <http://newsroom.lilly.com/social-channels> y www.lilly.es.

Sobre la Asociación Española de Migraña y Cefalea (AEMICE)

Somos una entidad sin ánimo de lucro fundada en 2005 y declarada de utilidad pública, que agrupa y representa a los pacientes de migraña, cefalea en racimo, neuralgia del trigémino y otros tipos de cefalea ante la sociedad y las instituciones. Para ampliar esta información, visite <https://www.dolordecabeza.net/conocenos/>

Referencias

- ¹ Dodick DW, Silberstein SD. Migraine prevention. *Pract Neurol*. 2007; 7 (6): 383-93.
- ² Matías-Guiu J, Porta-Etessam J, Mateos V, et al. One-year prevalence of migraine in Spain: a nationwide population-based survey. *Cephalalgia*. 2011;31(4):463-70.
- ³ GBD 2016 Disease and Injury Incidence and Prevalence Collaborators. Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 328 diseases and injuries for 95 countries, 1990-2016. *Lancet* 2017; 390(10100):1211-1259.
- ⁴ Buse et al. *Mayo Clin Proc* 20156; 91:596-611
- ⁵ Headache Classification Committee of the International Headache Society (IHS). The International Classification of Headache Disorders, 3rd edition. *Cephalalgia*. 2018; 38 (1): 1-211.
- ⁶ Katsarava Z, Buse D, Manack A, et al. Defining the differences between episodic migraine and chronic migraine. *Current Pain Headache Reports*. 2012;16(1):86-92.
- ⁷ Blumenfeld AM, Payne KA, Varon SF, et al. Disability, HRQOL, and resource use amongst chronic and episodic migraineurs. Results from the International Burden of Migraine Study [IBMS]. *Cephalalgia* 2011; 31(3):301-15.