



21543 - ASOCIACIÓN ENTRE LA CALIDAD DEL SUEÑO Y LA CRONICIDAD DE LA MIGRAÑA: ESTUDIO TRANSVERSAL EN UNA UNIDAD DE CEFALEAS

Polanco Fernández, M.; Gangas Barranquero, L.; Loza, R.; Manrique Arregui, L.; Madera Fernández, J.; Herguijuela, M.; Arribas, L.; Pascual, J.; González Quintanilla, V.

Servicio de Neurología. Hospital Universitario Marqués de Valdecilla.

Resumen

Objetivos: Analizar la calidad del sueño y el impacto sobre la migraña en una muestra de pacientes atendidos en consultas monográficas de cefaleas en nuestro centro.

Material y métodos: Se recogieron las características de la migraña, desencadenantes, tratamientos utilizados y discapacidad generada (MIDAS). Se estudió el grado de somnolencia diurna mediante la Barcelona Sleeping Index (BSI), escala Epworth (ES) y Standford (SS) y la calidad de sueño (Pittsburgh Sleep Quality Index, PRQI) de forma prospectiva en pacientes atendidos en consultas monográficas de cefaleas en mayo de 2024.

Resultados: En total, 103 pacientes (85,4% mujeres; 40% migraña crónica (MC)) completaron el cuestionario. El 61,7% reconocen el sueño como uno de los principales desencadenantes de migraña y solamente el 12,1% refieren una buena calidad de sueño. Los pacientes con MC mostraron mayor puntuación en discapacidad (MIDAS: $\chi^2 = 4,451$; $p = 0,035$), mayor somnolencia diurna (BSI: $\chi^2 = 9,984$; $p = 0,002$; SS: U de Mann-Whitney; $p = 0,000$) y peor calidad del sueño (PSQI: $\chi^2 = 5,973$; $p = 0,015$) que los pacientes con migraña episódica (ME). Solo el 33% de los participantes no había precisado hipnóticos en algún momento y el 25,5% los consumen de forma habitual.

Conclusión: Las pacientes con migraña, especialmente MC, tienen peor calidad subjetiva del sueño y una mayor somnolencia diurna. Los neurólogos deben preguntar y conocer el impacto de estas alteraciones en el tratamiento y potencial cronificación del dolor. Se requieren estudios empíricos longitudinales para mejorar nuestra comprensión de esta relación.