

El impacto de la cefalea en la productividad laboral

La cefalea de tipo tensional es el dolor de cabeza más frecuente y afecta a un 80% de la población con un gran impacto en la calidad de vida, productividad laboral y personal.

La cefalea de tipo tensional provoca un importante porcentaje de discapacidad en los adultos y conlleva costes laborales por pérdida de productividad o absentismo. La prevalencia global de cefalea tensional en trabajadores puede alcanzar el 54% y se asocia con absentismo en un promedio de 3,8 días. Más de la mitad de los empleados con cefalea continúan trabajando, pero su productividad puede disminuir hasta un 27%.

La cefalea de tipo tensional es un dolor de cabeza constante y opresivo de intensidad leve o moderada que se localiza a ambos lados de la cabeza. Según la frecuencia de aparición se clasifica en infrecuente (1 día/mes), frecuente (más de 1 día/mes y menos de 15 durante 3 ó más meses) y crónica (15 días/mes durante 3 o más meses) y puede durar de 30 minutos a una semana. La edad promedio de inicio se sitúa entre los 25 y los 35 años aunque predomina en individuos de 30 a 39 años y su frecuencia declina con la edad.

No se conocen las causas exactas que producen la cefalea, pero se ha comprobado que, en el caso de la tensional, existen distintos factores en el estilo de vida

que pueden favorecer su aparición: estrés, ansiedad, cansancio y malas posturas, por ejemplo. Se recomienda mantener hábitos saludables para prevenir su aparición.

Cuando el dolor de cabeza ya se ha manifestado existen diversas opciones farmacológicas para el tratamiento sintomático, entre ellas los analgésicos que ayudan a aliviar y controlar el dolor. Existe la combinación de ácido acetilsalicílico, paracetamol y cafeína que ofrece beneficios adicionales ya que la cafeína aumenta la rapidez de absorción y potencia el efecto analgésico en un 40% lo que favorece un restablecimiento más rápido de las actividades diarias.

Referencias:

Stovner LJ, et al. The global burden of headache: a documentation of headache prevalence and disability worldwide. *Cephalalgia* 2007; 27(3):193-210.

Volcy-Gómez M. Impacto social, económico y en el sistema de salud de la migraña y otras cefaleas primarias. *Rev Neurol* 2006; 43 (4):228-35.

Lipton RB, et al. Efficacy and safety of acetaminophen, aspirin, and caffeine in alleviating migraine headache pain: three double-blind, randomized, placebo-controlled trials. *Arch Neurol*. 1998; 55(2):210-7.



www.actron.bayer.es



RECUPERA TU CABEZA

Devuelve el bienestar a tu cabeza con Actron Compuesto. Sabemos que el ritmo de vida que llevamos, el estrés, la tensión acumulada y la falta de sueño entre otros, pueden provocar dolor de cabeza. Si esto es lo que notas, Actron Compuesto es tu analgésico. Actron Compuesto, Efervescente, con ácido acetilsalicílico, paracetamol y cafeína.



Lea las instrucciones de este medicamento y consulte al farmacéutico. No administrar en caso de úlcera gastroduodenal ni insuficiencia hepática. CPS M-05453