



Una aplicación móvil puede ayudar a mejorar los síntomas de pacientes con migraña



La aplicación móvil 'RELAXaHEAD', desarrollada por investigadores del NYU Langone Health de Estados Unidos y publicada en el Nature Digital Medicine, puede ayudar a mejorar los síntomas de los pacientes con migraña si se utiliza, al menos, dos veces a la semana.

La migraña afecta a más de 36 millones de personas en Estados Unidos y los síntomas primarios incluyen dolor de cabeza moderado a intenso que a menudo se acompaña de náuseas y sensibilidad a la luz y el sonido. A los pacientes a menudo se les prescriben tratamientos farmacológicos y terapia conductual, pero no continúan con la terapia debido al gasto y a los efectos secundarios.

Para ver si una aplicación podría aumentar el cumplimiento terapéutico, el equipo de investigación analizó el uso de la aplicación móvil en 51 pacientes con migraña, todos los cuales tenían teléfonos inteligentes.

A todos ellos se les pidió que usaran la aplicación durante 90 días y que mantuvieran un registro diario de la frecuencia y la gravedad de sus dolores de cabeza, mientras que la aplicación hacía un seguimiento de cuánto tiempo y con frecuencia los pacientes usaban la aplicación.

De media, los participantes padecieron 13 días de cefalea al mes, con un rango de entre cuatro y 31. El 39 por ciento de los pacientes en el estudio también informaron tener ansiedad y el 30 por ciento tenía depresión. Tras usar la aplicación, los pacientes obtuvieron una reducción de los síntomas y hubo menos abandono del tratamiento.



‘Los resultados del estudio sugieren que las tecnologías de teléfonos inteligentes pueden enseñar eficazmente a los pacientes habilidades para controlar sus migrañas de por vida’, han zanjado los investigadores, quienes han informado de que todavía no está disponible la aplicación.

(Tomado de [Infomed](#))