



Los analgésicos provocan dependencia y dolor de cabeza

La cefalea crónica se debe a menudo al abuso del fármaco que las alivia

ANA MACPHERSON Barcelona

Una de las causas frecuentes de la cefalea crónica es el uso exagerado y sistemático de un analgésico. Estos medicamentos acaban provocando dependencia, uno se acostumbra a funcionar con una determinada cantidad en sangre de aspirina, paracetamol, codeína o ibuprofeno (el problema es el mismo en todos ellos) y cuando se interrumpe la dosis, el dolor de cabeza rebrota y demanda más analgésico.

“Y probablemente ya haya desaparecido la causa inicial de aquella cefalea; ahora lo ocasiona el bajón de los niveles plasmáticos de esa sustancia”, explica Jaime Roquer, neurólogo del hospital del Mar y experto en cefaleas.

Una o dos veces a la semana no crean problema; cuatro, sí. “Cuando se toman analgésicos más de 20 días al mes hay una alta posibilidad de que la causa de la cefalea sea la propia medicación”, aclara Roquer. Por eso la pregunta habitual ante un paciente que llega con un dolor de cabeza es qué está usando para aliviarlo y cuántas pastillas toma. “A menudo los pacientes descubren cómo ha ido aumentando la dosis en los últimos meses y comprenden lo que está pa-

sando. Es importante que lo entiendan. Hace años, llegábamos a ingresarlos en el hospital para deshabituarnos y había quien se escondía pastillas en el bolsillo”.

Porque la solución ante una cefalea que sigue y sigue y por la que se acaban tomando analgésicos prácticamente cada día es parar en seco. “Se pasa mal un día, pero hay que romper esa dependencia. Se pasa mal, pero hay que intentar por todos los

La única solución para romper el círculo es deshabitarse y dejar el medicamento

medios que el dolor de cabeza de rebote de los analgésicos no convierta la cefalea en crónica”.

En los casos más graves la deshabitación se hace con una bajada paulatina de las cantidades de analgésico e incluso se utilizan sedantes para sustituirlos hasta que se calme el dolor.

¿Y si reaparece? “Es mejor cambiar de tipo de analgésico pero sin olvidar lo que provoca y sólo tomarlos cuando real-

“Si se toman 20 días al mes analgésicos, es muy probable que la causa de la cefalea sea la medicación”

mente hace falta. Hay que ser conscientes. Por suerte hay pocas recaídas”.

El uso excesivo de estos analgésicos no suele tener más efectos secundarios que la generación del dolor de cabeza (salvo problemas gástricos y también cardíacos en consumos muy elevados de ibuprofeno) por lo que esa dependencia queda totalmente camuflada: se toma el analgésico porque le duele la cabeza. “Pero la cefalea es algo episódico que no necesita en absoluto tomar fármacos sistemáticamente”.●

