

Sueño y migraña: relación bidireccional y mecanismos fisiopatológicos en común

Autora: Ramos Olivero, Daniela¹

1. Clínica de Dolor Orofacial TTM Temuco

Introducción:

La migraña es una cefalea incapacitante que implica un dolor pulsátil, unilateral, de intensidad moderada a severa. El sueño es uno de los procesos fisiológicos más importantes para la restauración del cuerpo.

Descripción

Algunas áreas del tronco encefálico y la corteza cerebral involucradas en la fisiología del sueño también son importantes en migraña. Hipotálamo es clave en fisiopatología de migraña en conjunto con moléculas de señalización como serotonina y dopamina y el sistema glinfático, encargado de eliminar desechos del sistema nervioso central. Esto apunta a fisiopatología común que se manifiesta en migraña y alteraciones de sueño. Pacientes con migraña presentan dificultad para conciliar el sueño y permanecer dormidos, mala calidad del sueño, disminución tiempo total de sueño y somnolencia diurna excesiva. Serotonina puede desempeñar una acción conjunta en este proceso. En el sueño, podría promover vigilia e inhibir sueño REM. En migraña, los pacientes presentan nivel bajo de serotonina entre crisis. Como pacientes con migraña relacionada con el sueño tienen más despertares nocturnos la noche anterior a la cefalea, la liberación de serotonina podría contribuir en este proceso. Además, se plantea una disfunción del sistema serotoninérgico subcortical en pacientes con migraña, esencial para iniciar el sueño REM. Hipotálamo sería factor central en fisiopatología de migraña, ya que su actividad se altera 24 horas previas al inicio del dolor. La dopamina en fase premonitoria de migraña puede modular la activación neuronal en complejo trigéminocervical.

Discusión:

La compleja relación entre sueño y migraña se ha interpretado como una interacción bidireccional. Un enfoque integral puede considerar la migraña y las alteraciones de sueño como manifestaciones de una fisiopatología subyacente común. Esto es importante al mencionar que tener una crisis de migraña nocturna puede alterar el sueño o que el sueño es utilizado como mecanismo abortivo de una crisis de migraña. En pacientes con migraña es fundamental una adecuada anamnesis orientada al sueño.

Conclusiones

Las complejas relaciones entre sueño y migraña apuntan a una fisiopatología compartida. El tratamiento de los problemas del sueño en pacientes con migraña puede dar como resultado una disminución general de los días de cefalea y de la discapacidad.

Autora correspondencia: Daniela Ramos Olivero

Teléfono: 569 51255165

Correo electrónico: danielaramosolivero@gmail.com

Tipo de trabajo: Tema libre