

“No se va al médico porque se sigue estigmatizando a quien tiene migraña”

ENTREVISTA
AMAAL STARLING
Neuróloga de la clínica Mayo

La neuróloga señala que existen muchas maneras de diagnosticar y tratar oportunamente a los pacientes con migraña. Pero como se le sigue considerando un problema menor, el riesgo de convertirse en crónico es alto.

BRUNO ORTIZ BISSO

Se calcula que hay más de mil millones de personas en el mundo que sufren de migrañas. La Organización Mundial de la Salud (OMS) la considera entre las 10 enfermedades más discapacitantes. En EE.UU. se estima que las migrañas pueden generar pérdidas de hasta 13 mil millones de dólares por los días no trabajados. El Comercio conversó con la doctora Amaal Starling, de la clínica Mayo, de Phoenix, Arizona (EE.UU.), para saber por qué, pese a toda esa evidencia, se sigue estigmatizando a quienes sufren de migrañas.

—¿Es lo mismo una migraña que un dolor de cabeza? La cefalea o dolor de cabeza es un síntoma de la migraña, como lo puede ser la fiebre. La diferencia es que las migrañas causan disfuncionalidad. El gran problema es que solo el 50% de las personas con migrañas están diagnosticadas. El resto no acuden al médico y, si lo hacen, no le mencionan la migraña. Es necesario crear mayor conciencia alrededor de esta enfermedad, tener mejores

diagnósticos, para así reducir esa disfuncionalidad.

—¿Cuál es el principal riesgo de no comentarle al médico sobre la migraña? Desafortunadamente, muchos no lo conversan con su médico, no le cuentan de la migraña o de los síntomas y se automedican con fármacos que no requieren prescripción médica. El problema es que cuando estos medicamentos se usan más de dos o tres veces por semana causan complicaciones e, incluso, mayores dolores de cabeza. Ese abuso hace que las migrañas sean más crónicas. Hay personas que permanecen más de 15 días con migraña.

—La clave está en identificarlas a tiempo... En identificar la migraña cuando está en períodos leves o moderados, evitando que se hagan crónicas y severas. Por eso son importantes las campañas para educar a los pacientes y médicos, así como dar a conocer los nuevos tratamientos disponibles.

—¿Cuándo se debe sospechar que se sufre de migrañas? No solo cuando hay dolores de cabeza. Se tienen problemas con los estímulos luminosos, auditivos, se siente

náuseas, el pensamiento se altera. Hay tres preguntas que ayudan a identificar la migraña: ¿tiene un dolor de cabeza que no le permite llevar a cabo las actividades planificadas para su día?, ¿cuando tiene dolor de cabeza prefiere estar en un cuarto oscuro?, ¿cuando tiene dolores de cabeza siente náuseas o disminuye su apetito? Si responde positivamente a dos de estas preguntas, la recomendación inmediata es visitar al médico en busca de un diagnóstico posible de migraña.

—¿Por qué hay gente que no va al médico por una migraña? Porque se sigue estigmatizando a quien tiene migrañas. No comentan de sus síntomas ni siquiera a sus familiares o compañeros de trabajo. Y es un estigma por

“No debe esperar mucho para hablar con el médico. Búsquelo si el dolor de cabeza no le deja hacer sus cosas”.

dos razones: primero, porque afecta principalmente a las mujeres. Una de cada cinco mujeres la padece. Lamentablemente, hay quienes etiquetan los malestares como “cosas de mujeres”, como “histeria”, y por eso los pasan a un segundo plano. La segunda es que el síntoma más común es el dolor, y hay quienes piensan que es alguien que no quiere curarse o que, por el contrario, se ha hecho adicto a los analgésicos. El dolor también está estigmatizado.

—¿También hay un estigma por parte de los médicos? Sí. Cuando llega alguien a consulta con migraña, el médico le pregunta qué tomó, qué tomó, pasándole la responsabilidad al paciente. Pero si llega alguien con ataque de asma, por ejemplo, le receta medicamentos y descanso. Eso no pasa con los dolores de cabeza o las migrañas. Nuestro trabajo es destruir ese estigma y crear conciencia de que se trata de una enfermedad neurológica y que viene en nuestro ADN. Al ser especialista en dolor de cabeza, colegas me preguntan cómo puedo ver pacientes con migraña todo el día. Eso está cambiando por las nuevas investigaciones y fármacos.



Para la doctora Starling son importantes las campañas de educación, pues permiten a los pacientes acudir a tiempo al control médico.

—¿Los tratamientos disminuyen la aparición de migrañas? Son individualizados. No se debe esperar para hablar con el médico. Búsquelo cuando el dolor de cabeza no le deje hacer sus cosas, cuando necesite estar a oscuras, y cuando le generen

problemas estomacales. Los tratamientos disminuyen los ataques y la frecuencia de las migrañas. Felizmente hoy existen muchos tratamientos, pero tienen que ser individualizados para evitar efectos laterales. No debemos subestimar los dolores de cabeza. —

MUNICIPALIDAD DE LIMA
EMAPE S.A.
INVITACIÓN A PRESENTAR EXPRESIONES DE INTERÉS
MUNICIPALIDAD METROPOLITANA DE LIMA
EMPRESA MUNICIPAL ADMINISTRADORA DE PEAJES DE LIMA S.A.
Contrato de Préstamo N° 9040-PE
Proyecto “Ampliación del Tramo Norte del COSAC I desde la estación El Naranjal hasta la Av. Chimpu Ocllo, desde los distritos de Comas y Carabaylo - Provincia de Lima - Lima”
Servicio de Consultorías Individuales
La República del Perú ha suscrito con el Banco Internacional de Reconstrucción y Fomento (BIRF) el Convenio de Préstamo N° 9040-PE “Ampliación del Tramo Norte del Metropolitano BRT”, y se propone utilizar una parte de los fondos para contratar los siguientes servicios de consultoría:
- Un (01) Especialista Senior en Adquisiciones
- Un (01) Especialista en Monitoreo y Evaluación
La Empresa Municipal Administradora de Peajes de Lima S.A., invita a los consultores elegibles a expresar su interés en prestar el servicio solicitado. Los consultores interesados, deberán proporcionar información que indique que se encuentran calificados para el servicio. A fin de obtener mayor información sobre el servicio de consultoría individual y poder descargar los formatos, los profesionales que cumplan con el perfil mínimo deben acceder al siguiente enlace Web: www.emape.gob.pe/convocatorias, a partir del 03 de agosto de 2022.
Los consultores interesados deberán presentar su expresión de interés hasta el 19 de agosto del 2022 a las 23:59 horas, a la siguiente dirección de correo logistica7@emape.gob.pe, con copia a rpaz@emape.gob.pe.
Los consultores serán seleccionados conforme a las Regulaciones de Adquisiciones para Prestatarios en Proyectos de Inversión; Adquisiciones en Operaciones de Financiamiento para Proyectos de Inversión - Bienes, Obras, Servicios de No Consultoría y Servicios de Consultoría de Julio 2016, revisada noviembre 2017 y agosto 2018.
Información Institucional: EMAPE S.A., es la Empresa administradora de Peajes de la Municipalidad de Lima, encargada de la ejecución del Proyecto “Ampliación del Tramo Norte del Metropolitano (BRT) de Lima”, que tiene un enfoque basado en el respeto de los Derechos Humanos. En este sentido, estamos comprometidos con la diversidad, inclusión e igualdad de oportunidades en el empleo; por lo que acogemos la diversidad con base en género, edad, educación, origen, nacionalidad, raza, discapacidad, orientación sexual, religión y estatus de VIH/SIDA y/o cualquier otro similar.
Lima, 03 de agosto de 2022

EDICTOS Y LEGALES
FONOAVISOS
Grupo El Comercio

MUNICIPALIDAD DE SANTA ANITA
EDICTO MULTIMEDIA
De conformidad con lo dispuesto en el Artículo N° 250 del Código Civil, hago saber que:
Dña. JENNY HERRERA ESTRADA BEGAS, 45 AÑOS, Estado Civil SOLTERO, Ocupación: CONDUCTOR, Nacionalidad PANCOPIAS-COYANACANCHA Nacionalidad PERUANA. Domiciliado en: SOC. GARDENIAS ETAPA II MZ. B19 LT. 28 SANTA ANITA Y Dña. NOEMÉ GARCÍA MEZA, 39 AÑOS, Estado Civil SOLTERA, Ocupación: EMPLEADA, Nacionalidad JUNINBIBIANCA Y OJAYUNCA Y Nacionalidad PERUANA. Domiciliado en: MZ. B19 LT. 28 3RA ETAPA GARDENIAS SANTA ANITA-SANTA ANITA. Pretenden constituir matrimonio Civil ante esta Municipalidad. Los presentes que concatan causal de impedimento, pueden disuadir dentro del término de 8 días, en la forma prevista en el artículo N° 253 del Código Civil.
Santa Anita, 26 de Julio del 2022.
MUNICIPALIDAD DE SANTA ANITA
SECRETARÍA DE REGISTRO CALIBRADO
JEFE DE LA OFICINA DE ATENCIÓN CIUDADANO
GUSTON GONZALEZ Y ARROYO

Anuncia en la Vigneta
Acabados y Decoración
FONOAVISOS
Grupo El Comercio

ASOCIACIÓN EDUCACIONAL WILLIAMSON DEL PERÚ
Citación a Asamblea General de Asociados
De conformidad con el artículo vigésimo sexto del Estatuto, se cita a los Asociados a la Asamblea General que se llevará a cabo el día miércoles 10 de agosto del presente año en el local institucional, sede del Newton College, ubicado en la Av. Ricardo Elías Aparicio N° 240, Urb. Las Lagunas de La Molina, Distrito de La Molina, Provincia y Departamento de Lima, a las 5:30 p.m. en primera citación, o 6:30 p.m. en segunda citación.
De conformidad con el artículo vigésimo noveno del Estatuto, los Asociados que no puedan asistir podrán hacerse representar, si así lo desean, llenando para tal efecto el Poder según formato que se encuentra a disposición en la Secretaría de la Asociación, debiendo registrarlo hasta el día martes 9 de agosto de 2022, inclusive.
Agenda:
1. Aprobación de Memoria Anual 2021.
2. Aprobación de Estados Financieros del ejercicio 2021.
3. Elección de dos miembros del Consejo Directivo.
La Molina, 2 de agosto de 2022.
Luis Rafael Medina Zambrano
Presidente del Consejo Directivo

EDICTOS Y LEGALES
FONOAVISOS
Grupo El Comercio

REDUCCIÓN DE CAPITAL
En cumplimiento de lo dispuesto por el artículo 217° de la Ley General de Sociedades, se comunica que mediante Junta General de INVERSIONES & MULTISERVICIOS GRUPO HP S.A.C. identificada con RUC N° 2055584434, de fecha 07 de julio de 2022, se ha acordado por unanimidad reducir el capital de la sociedad, por devolución de aportes (devolución de bien inmueble aportado a la sociedad como parte del capital social), en la suma total de S/ 112,000.00 (Ciento Doce Mil con 00/100 soles) pasando de S/ 257,000.00 (Dieciséis Cincuenta y Siete Mil con 00/100 soles) a S/ 137,000.00 (Ciento Treinta y Siete Mil con 00/100 soles). En ese sentido, el número de acciones se reduce de 257,000 a 137,000 mismas cuyo valor de S/ 1.00 se mantiene, modificándose en consecuencia, el artículo tercero del Estatuto Social.
Lima, 08 de junio del 2022.
Joan Manuel Porras Orihuela - DNI N.º 41430022 - Gerente General
INVERSIONES & MULTISERVICIOS GRUPO HP S.A.C.

Municipalidad de VILLA MARÍA DEL TRIUNFO
“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”
VMT
EDICTO PARA EXHUMACIÓN Y TRASLADO DE RESTOS HUMANOS
TRASLADO EXTERNO
EL FUNCIONARIO QUE SUSCRIBE, HACE DE CONOCIMIENTO, QUE DOÑA LUZMILA VILMA CAMARENA INGA, CON DNI N° 20683076, EXHUMARÁ Y TRASLADARÁ LOS RESTOS HUMANOS DE QUIEN EN VIDA FUE SU MADRE ROSA INGA AQUINO VDA DE CAMARENA, FALLECIDO EL 03 DE ABRIL DE 2021, SEPULTADO EN EL CEMENTERIO MUNICIPAL “VIRGEN DE LOURDES”, EN NICHOS EN LA ZONA “HUANCANOS”, DEL DISTRITO DE VILLA MARÍA DEL TRIUNFO, PROVINCIA Y DEPARTAMENTO DE LIMA, QUE SERÁ TRASLADADO AL ESPACIO EN EL LADO NORTE CON 1 METRO DE ANCHO Y 2.30 METROS DE LARGO DEL CEMENTERIO GENERAL DEL DISTRITO DE ACOLLA, PROVINCIA DE JAUJA DEL DEPARTAMENTO DE JUNÍN. EL TRASLADO ESTA PROGRAMADO PARA EL DÍA JUEVES 04 DE AGOSTO DEL 2022 HORAS 09:00 A.M., CONFORME LO DISPUESTO EN LA AUTORIZACIÓN SANITARIA N° ET-0539-2022, DE FECHA 06 DE JULIO DEL 2022, EXPEDIENTE N° 22-038377-001, EMITIDO POR LA DIRECCIÓN DE REDES INTEGRADAS DE SALUD LIMA SUR DEL MINISTERIO DE SALUD.
VILLA MARÍA DEL TRIUNFO, 15 DE JULIO DEL 2022.
MUNICIPALIDAD DE VILLA MARÍA DEL TRIUNFO
ÁREA DE CEMENTERIO MUNICIPAL
Abg. Yoner Flores Flores
JEFE DE ÁREA