



No s'ha pogut connectar

Informe21.com



Para formar parte de la información

[Actualidad](#) [Deportes](#) [Economía](#) [Espectáculos](#) [Gastronomía](#) [Política](#) [Salud](#) [Tecnología](#) [Opinión](#)

Principal

La fisioterapia, un arma eficaz contra la migraña

Autor: Editor ER el Mar, 25/02/2014 - 17:51.

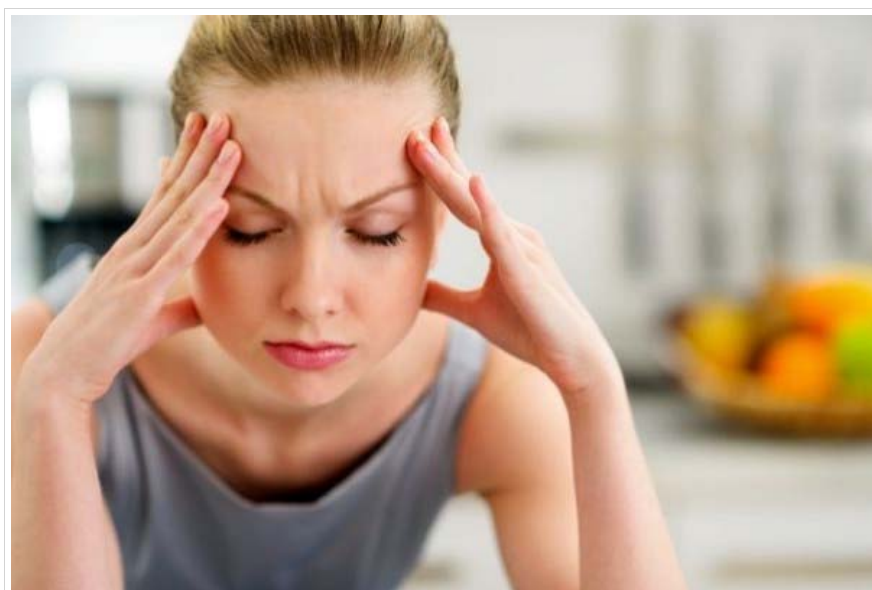
[fisioterapia](#) [migraña](#) [Salud y bienestar](#)Recomendar 0

Twitter

g+1 3

1

La vía farmacológica no es la única. La terapia física nace como una alternativa de tratamiento no invasiva y más natural.



Tomarse un analgésico cuando un dolor de cabeza arrecia se ha convertido en una práctica común. Sin embargo, esta costumbre puede resultar contraproducente si se realiza de forma frecuente.

“Las cefaleas tensionales y migrañas son enfermedades de naturaleza idiopática (de causa desconocida) y de diagnóstico no siempre [claro](#). Hasta el momento, el tratamiento estándar para menguar estas dolencias es [solo](#) con medicamentos, que en su gran mayoría son adictivos y tienen una enorme variedad de efectos colaterales”, comenta la licenciada Rocío Salas Cabrera, directora de la clínica NO PAIN (Perú), institución que promueve la terapia física como una alternativa contra los molestos dolores de cabeza.

“A diferencia de los tratamientos farmacológicos contra la migraña, la terapia física no es invasiva y es siempre reequilibradora del sistema musculoesquelético. Le da al paciente mayor oportunidad de colaborar con el tratamiento porque es inclusiva”,

Síguenos en...

Me gusta [Compartir](#) 54 161

54 ; 4

g+1

[Seguir a @informe21](#) 73.3K seguidores[@informe21](#)

Ultimas noticias

[Reinaldo dos Santos: Falta menos de una semana...](#)[Manifestantes en Ucrania se solidarizan con Venezuela \(Fotos\)](#)[Cavidea alerta sobre impacto en el abastecimiento](#)[Así es el hijo de Luis Chataing \(Foto\)](#)

Noticias más leídas del día

[Experimento social: ¿Qué ocurre si un chavista va a una marcha de](#)

informa Salas. La terapia física, según nos comenta la especialista, puede actuar de manera eficiente cuando se ha descartado cualquier patología neurológica y el paciente es diagnosticado únicamente con migraña.

“Recomiendo que busquemos otros factores detonantes. En ese sentido, la terapia física puede mejorar nuestro sueño, nuestra digestión y las causas ortopédicas de esos molestos dolores de cabeza”, recomienda la especialista.

En la rama de la fisioterapia existen al menos 10 tratamientos contra la migraña, con buenos resultados hasta en el 90% de los casos.

Detonantes de migraña

Si bien las causas de la migraña son desconocidas, hay ciertos factores que la desatan:

- Estrés. El factor tensional es el más común. El nivel de estrés puede afectar la [frecuencia](#) en que aparecen los ataques de migraña.
- Mala calidad de sueño. No es un factor muy común, pero puede inducir a tensiones.
- Alimentación. El queso añejo, los nitratos, chocolates, el vino tinto y la cafeína pueden desencadenar migrañas.

Fuente: [Publimetro](#)

Compartir



1

Recomendar 0

Me gusta **Compartir** 54 161

Seguir a [@informe21](#) 73.3K seguidores

[@informe21](#)



[oposición? \(Video\)](#)



[Aerolíneas esperan autorización para abandonar Venezuela](#)



[Elías Jaua se descontrola ante pregunta de periodista de Televen \(Video\)](#)



[Rodríguez: No vamos a llevar a los pobres a la clase media para ser escuálidos](#)



[Diosa Canales muestra sus abdominales después de una ducha \(Foto\)](#)



[Radiografías de objetos atascados en el ano \(Fotos\)](#)



[Recién nacido que se aferra a su madre a instantes de nacer conmueve a Internet \(Video\)](#)



[Síndrome metabólico por no desayunar](#)



[Estudiantes piden fin de la intromisión de Cuba en Venezuela](#)



[Los besos, clave para mejorar la autoestima](#)

[Actualidad](#)

[Deportes](#)

[Economía](#)

[Espectáculos](#)

[Gastronomía](#)

[Política](#)

[Salud](#)

[Tecnología](#)

[Acerca de](#) :: [Contactanos](#) :: [Mapa](#) :: [RSS](#) :: [Políticas de uso](#) :: [Términos y condiciones](#)

© 2008 Informe21.com - Siguenos en: twitter.com/Informe21 - [Informe21.com/feed](https://informe21.com/feed) - [Facebook](#)