

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Sep 14, 2022

Cefaleas en racimos: ¿qué tratamientos existen?

Las cefaleas en racimo son ataques de dolor muy intenso, generalmente en un solo lado de la cabeza. Pueden ocurrir hasta varias veces al día durante un período de varias semanas.

Los analgésicos estándar, como el paracetamol, no son útiles para las cefaleas en racimos, porque tardan demasiado en empezar a hacer efecto. Pero los tratamientos especializados pueden ayudar a prevenirlos y tratarlos.

Puede usar nuestra información para hablar con su médico sobre los mejores tratamientos para usted.

Qué tratamientos existen?

Como su nombre indica, las cefaleas en racimos son dolores de cabeza breves pero muy intensos que ocurren en grupos, a veces más de una vez al día, durante varias semanas.

Un episodio de cefalea en racimos puede durar entre 15 minutos y tres horas. La frecuencia de los ataques puede variar desde uno cada dos días hasta ocho veces al día.

El período de tiempo en el que ocurren los dolores de cabeza se denomina **período de racimo**. Puede variar de una semana a un año. Pero en la mayoría de las personas dura dos o tres meses.

Al final de un período de racimo, la mayoría de las personas pasan al menos tres meses, y a veces durante años, sin dolores de cabeza. Este período sin dolores de cabeza se llama **remisión**.

El tratamiento de las cefaleas en racimos tiene como objetivo:

- aliviar el dolor de los ataques lo más rápido posible, y
- Evitar otros ataques durante el período del clúster o, al menos, hacer que estos ataques sean menos graves.

En las personas que tienen cefaleas en racimos crónicas (cuando no hay períodos de remisión), el objetivo es prevenir los ataques, o hacerlos menos graves, durante períodos más largos.

Alivio rápido del dolor de los ataques

Triptanos

El tratamiento principal para aliviar rápidamente el dolor de las cefaleas en racimo son los medicamentos llamados **triptanos**.

Estos medicamentos se toman como una **inyección analgésica** o, si no quiere administrarse inyecciones, como un **aerosol nasal**.

Las inyecciones y los aerosoles se utilizan porque funcionan mucho más rápido que las tabletas. La mayoría de las personas descubren que su dolor se detiene unos 15 minutos después de una inyección de triptano. Las inyecciones parecen funcionar mejor que los aerosoles nasales para muchas personas.

Si usa las inyecciones, las lleve consigo para cuando las necesite. Puede administrarse de manera segura hasta **dos** inyecciones por día.

Oxígeno

Otro tratamiento que puede funcionar bien para aliviar el dolor de las cefaleas en racimo es el oxígeno. **Respirar oxígeno al 100 por ciento** a través de una mascarilla durante unos 15 minutos alivia el dolor de un ataque en la mayoría de las personas.

Su médico le explicará cómo obtener el oxígeno y el equipo que necesitará, y cómo mantenerlo seguro en casa.

Prevención de ataques

medicamentos

Se pueden usar varios medicamentos diferentes para ayudar a prevenir las cefaleas en racimos. Un medicamento que parece funcionar bien para muchas personas se llama **verapamilo**.

Este medicamento generalmente se usa para tratar afecciones cardíacas. Por lo tanto, su médico querrá revisar su corazón antes de recetarle, para asegurarse de que sea seguro para usted.

La idea es que empieces a tomarlo cuando empieces a tener cefaleas en racimos. Después de haber estado libre de dolores de cabeza durante dos semanas, reduce gradualmente la dosis a nada.

Es importante no tomar verapamilo durante más tiempo del necesario, ya que puede causar efectos secundarios en algunas personas.

Si el verapamilo no le ayuda lo suficiente, o si tiene problemas con los efectos secundarios, hay otros medicamentos que puede probar. Uno de ellos se llama valproato. **Las mujeres embarazadas no deben tomar valproato**, ya que causa defectos congénitos graves.

Tratamiento transitorio

Los medicamentos que previenen los ataques pueden tardar varias semanas en funcionar correctamente. Por lo tanto, el médico podría sugerir lo que se llama **terapia de transición**.

Esto significa tomar medicamentos adicionales para ayudar a controlar sus síntomas hasta que los medicamentos de prevención estén funcionando completamente.

Por ejemplo, un tratamiento transitorio comúnmente utilizado son los esteroides (el nombre completo es **corticosteroides**). Estos medicamentos ayudan a reducir la inflamación (hinchazón) alrededor de los nervios, lo que a su vez ayuda a reducir el dolor.

Si su médico sugiere este tratamiento, solo será por un corto tiempo, ya que los corticosteroides pueden causar efectos secundarios graves si los toma durante demasiado tiempo.

Otro tratamiento transitorio es un **bloqueo nervioso**. Se trata de una inyección de un medicamento que impide que algunos nervios envíen señales de dolor al cerebro.

Los bloqueos nerviosos también se pueden utilizar cada pocos meses para ayudar a tratar los dolores de cabeza en racimo crónicos.

Cirugía

Hay dos tipos de cirugía que a veces se usan cuando otros tratamientos no han funcionado.

Se denominan **estimulación del nervio occipital** y **estimulación cerebral profunda**. Ambos implican la implantación de pequeños dispositivos debajo de la piel. Estos dispositivos envían pulsos eléctricos leves a los nervios que pueden ayudar a reducir el dolor de las cefaleas en racimo.

Al igual que con cualquier tipo de cirugía, estas operaciones conllevan riesgos, como infecciones. Si habla sobre estos tratamientos con su médico, él o ella debe explicarle cuidadosamente estos riesgos.

Qué esperar en el futuro?

Las cefaleas en racimo pueden ser difíciles de vivir con ellas. Son extremadamente desagradables y tratarlas puede ser complicado y problemático de manejar.

Algunas personas sufren de **depresión** como resultado de tener dolores de cabeza en racimo. Si te encuentras deprimido, no guardes estos sentimientos para ti. Hable con su médico, familiares y amigos.

Pero hay algunas buenas noticias:

- Las cefaleas en racimo no provocan ningún problema físico a largo plazo. Por ejemplo, a diferencia de algunos tipos de dolor de cabeza, no son un posible signo de algo más grave, y
- En muchas personas, los síntomas se vuelven menos graves a medida que envejecen.

Cefaleas en racimos: ¿qué tratamientos existen?

Cuando comienzas el tratamiento por primera vez, debes ser visto por un **neurólogo**. Los neurólogos se especializan en afecciones como las cefaleas en racimos que afectan al sistema nervioso. Es posible que su médico habitual también quiera verificar cómo le está yendo de vez en cuando.

Es posible que tu médico también pueda ponerte en contacto con un **grupo de apoyo**.

Por ejemplo, en el Reino Unido, la Organización para la Comprensión de la Cefalea en Racimos (ouchuk.org) Ofrece apoyo y orientación para las personas que viven con cefaleas en racimos y sus familias.

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

