

# Migraña vestibular (mareada)

## ¿Qué es una migraña vestibular o “mareada”?

Una migraña vestibular no es sólo un tipo de dolor de cabeza. En cambio, pueden ser ataques de vértigo (la sensación de moverse o girar) o mareos. Al igual que ocurre con una migraña normal, estos ataques pueden durar desde segundos hasta minutos o incluso desde horas hasta días.

Las migrañas vestibulares son causadas por la actividad en las vías cerebrales que afectan el control del equilibrio del oído interno. La actividad en otras vías cerebrales crea dolor de migraña.

Las migrañas vestibulares pueden ocurrir sin ningún motivo. A menudo son hereditarias. Pueden ser desencadenados por desencadenantes habituales de la migraña, como ciertos alimentos, cambios en el sueño y las hormonas, actividad inusual o estrés.

## ¿Cuáles son los síntomas de la migraña vestibular?

Es posible que una migraña vestibular no cause dolor como una migraña normal. Causa síntomas como:

- Mareos
- Girar (vértigo)
- Aturdimiento
- Inestabilidad
- Náuseas y vómitos
- Sensibilidad al sonido
- Mareos por movimientos

Las migrañas vestibulares son la segunda causa más común de vértigo.

## ¿Cómo sabe mi médico que tengo migraña vestibular?

Su proveedor puede preguntarle si tiene:

- Otros tipos de migrañas o auras de migraña
- Sensibilidad a las luces, sonidos u olores
- Náuseas o vómitos frecuentes

Su proveedor de atención médica puede pedirle que complete una prueba vestibular o del oído interno.

## ¿Cuál es el tratamiento para la migraña vestibular?

Su proveedor de atención médica puede recetarle medicamentos para prevenir las migrañas y tratarlas una vez que comiencen. Los medicamentos sin receta también son útiles. Además de los medicamentos, su proveedor de atención médica puede recomendar:

- Terapia vestibular
- Terapia de conducta cognitiva

## ¿Dónde puedo encontrar más información?

- Vestibular Disorders Association (Asociación de Trastornos Vestibulares) (VeDA): [vestibular.org](http://vestibular.org)
- Folleto informativo Vestibular Disorders Association (VeDA): [Vestibular Migraine](#)
- Folleto informativo Vestibular Disorders Association (VeDA): [Persistent Postural-Perceptual Dizziness](#)

Este contenido educativo fue desarrollado en asociación con el Departamento de Neurología de la Salud de la Universidad de Utah. Consulte la [Dizzy School](#) para obtener más información.

