



Les causes del mal de cap no sempre són de tipus neurològic

La fisioteràpia ajuda a tractar les cefalees provocades per problemes de cervicals

- El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya destaca, en el [videoconsell de desembre](#), com l'origen dels mals de cap poden estar als problemes a les cervicals i a l'articulació temporomandibular (ATM).
- Els fisioterapeutes catalans recomanen que, davant d'un episodi de cefalea, els pacients consultin també amb un fisioterapeuta o traumatòleg per comptar amb un diagnòstic més complet.

Barcelona, 13 de desembre de 2022.- Les cefalees o mals de cap són un dels trastorns més comuns entre la població. De fet, es calcula que el 90 % de les persones patirà un mal de cap en algun moment de la seva vida.

El problema és que, pel lloc on se sent, es pensa que la causa del mal de cap és neurològica, cosa que porta molts pacients a buscar una resposta on no sempre hi és. Perquè les causes del mal de cap no sempre són de tipus neurològic sinó que, en moltes ocasions, poden procedir d'altres zones del cos.

El mal de cap pot ser causat per patologies o alteracions a nivell cervical o a l'articulació temporomandibular (ATM), tal com destaquem al [videoconsell del mes de desembre](#).

És força freqüent que els mals de cap que pateixen les persones siguin deguts a problemes osteomusculars, però gairebé mai es busquen les causes fora del propi cap. Això provoca l'**infradiagnòstic de cefalees causades per problemes a les cervicals o a la mandíbula**, cosa que també dificulta identificar la solució a aquests símptomes.

En aquest sentit, el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya **recomana** que, davant d'un episodi continuat de cefalea, els pacients consultin també amb un fisioterapeuta o traumatòleg per comptar amb un diagnòstic més complet que permeti esbrinar si hi ha alguna patologia neuromusculoesquelètica que pugui ser la causa o un agreujant del problema. Alguns especialistes indiquen que els mals de cap poden ser puntuals i deguts a diverses raons, com si d'un constipat es tractés, i per aquest motiu només se sol consultar el neuròleg, perquè les persones pensen que es tracta d'un problema estrictament neurològic, però no sempre és així.

Suma de factors que causen el mal de cap

Un mal de cap causat per afeccions cervicals o mandibulars pot produir símptomes similars a la migranya, amb aura o sense, i a la cefalea tensional, i fins i tot poden coexistir ambdós problemes i ser abordats només amb medicació. Si això passa, s'estarà tractant de manera no exitosa.

D'aquí ve la importància de comptar amb una valoració addicional a la neurològica i, sobretot, de prescriure un tractament que també tingui en compte, a través de la fisioteràpia, la necessària millora dels problemes cervicals o relacionats amb ossos, i articulacions involucrades en l'afecció.

La fisioteràpia, a més, pot ajudar a millorar la higiene postural i a prevenir, amb això, episodis futurs de cefalees, per la qual cosa es recomana incorporar un enfocament terapèutic en el tractament del mal de cap.

Sobre el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya

El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya és el col·legi professional que defensa els interessos del col·lectiu de fisioterapeutes catalans i que alhora vetlla per les bones pràctiques en fisioteràpia. Actualment, compta amb més de 12.000 col·legiats i col·legiades, per als quals du a terme accions de formació, orientació, assessorament, defensa i difusió de la professió.



**Col·legi
de Fisioterapeutes
de Catalunya**

Per a més informació:

The Almond Connection

Xavier Barrachina

xavier@thealmondconnection.com

www.thealmondconnection.com

ÀREA DE COMUNICACIÓ

C/ Segle XX, 78, 08032, Barcelona

Telèfon 93 207 50 29

www.fisioterapeutes.cat/comunicacio

comunicacio@fisioterapeutes.cat