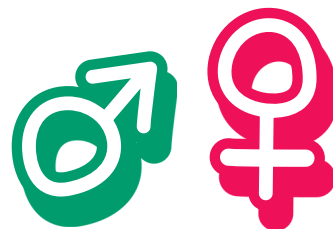


LA CEFALEA È COMUNE - ANCHE NEI BAMBINI E NEI GIOVANI



60%

Il 60 % dei bambini e degli adolescenti soffre occasionalmente di cefalea tensiva, mentre l'emicrania si manifesta nel 10-15 % dei casi. La cefalea tensiva (nota anche come «cefalea da stress») è quindi molto più comune e si verifica circa quattro volte più spesso dell'emicrania in questa fascia d'età. Nella stragrande maggioranza dei casi, il mal di testa non è indice di una malattia grave. Di solito è causata da una predisposizione familiare (nel caso dell'emicrania) o da cause «innocue» come lo stress, la mancanza di sonno, di liquidi o di attività fisica. Tuttavia possono avere un notevole impatto sulla qualità della vita, soprattutto se si verificano frequentemente.



La cefalea si verifica più frequentemente nelle ragazze dopo la pubertà che nei ragazzi, mentre i ragazzi sono colpiti leggermente più frequentemente prima della pubertà. Gli ormoni svolgono un ruolo importante in questo caso, in quanto possono influenzare in modo significativo la frequenza dei mal di testa e soprattutto delle emicranie nelle ragazze dopo la pubertà.



Il mal di testa, in particolare l'emicrania, è una causa comune di assenze scolastiche tra i bambini e gli adolescenti. Non solo influiscono sulla frequenza scolastica, ma spesso anche sulle attività del tempo libero. I disturbi ricorrenti possono mettere a dura prova la vita quotidiana e limitare gravemente la qualità della vita.

50%

Il 50 % delle ragazze adolescenti e un quarto dei ragazzi intervistati hanno dichiarato di soffrire di mal di testa almeno una volta alla settimana e di assumere regolarmente o occasionalmente farmaci, secondo un sondaggio condotto nel 2022/2023 presso la seconda scuola secondaria di Zurigo.

Un progetto della Società Svizzera di Cefalea (SSC) nell'ambito del SFCNS Swiss Brain Health Plan.



SFCNS Swiss
Brain Health Plan



Schweizerische Kopfwehgesellschaft
Société Suisse des Céphalées
Società Svizzera di Cefalea
Swiss Headache Society

A³ Concept
Awareness
Acknowledgment
Activation

MIGRAINE FRIENDLY SCHOOL

Informazioni e suggerimenti utili per affrontare
il mal di testa e l'emicrania a scuola:

www.headache.ch/it/emicrania/migraine-friendly-school

