

Los índices del Tiempo Perdido a Causa de la Cefalea (HALT, por sus siglas en inglés): medidas de la carga de la cefalea en atención primaria

La evaluación de un trastorno de cefalea va más allá del diagnóstico: deben tomarse **medidas que repercutan** en la vida y los hábitos del paciente, como preludio para planificar el mejor tratamiento y establecer el punto de partida a partir del cual valorarlo.

La carga atribuible al trastorno de cefalea tiene distintos componentes: la cefalea recidivante o persistente puede perjudicar la vida del paciente de muchas formas. No hay una única medida que pueda resumirlos todos en un solo índice. La idea sobre la que se asienta el HALT es la estimación del **tiempo productivo perdido** a causa del efecto incapacitante de la cefalea; el resultado se expresa mediante un número con unidades intuitivamente significativas (p. ej., días/mes). Dado que la cefalea perjudica notablemente el tiempo productivo, su medición tiene gran relevancia para evaluar la carga.

El HALT plantea cinco preguntas.

Las preguntas 1 y 2 se refieren al *absentismo* causado por la cefalea y a la disminución de la productividad en el trabajo provocada por la cefalea (*presentismo*). En este contexto, "trabajo" puede referirse al de un autónomo o al de un empleado por cuenta ajena. En el caso de los niños, serían las tareas escolares. Para calcular el tiempo productivo perdido en el trabajo, a los días totalmente perdidos por el absentismo se suman los días de presentismo con menos del 50 % de productividad; a modo de compensación, los días afectados por la cefalea se ignoran si la productividad supera, a pesar de todo, el 50 %.

Las preguntas 3 y 4 se refieren al trabajo doméstico de la misma manera. El "trabajo doméstico" abarca las diversas tareas necesarias para el día a día en el hogar; si bien por su naturaleza es un trabajo que todavía tiende a considerarse, en cierta manera, una cuestión de género, va más allá de las labores que, en muchas culturas, se dejan en manos de las mujeres.

Se dan pautas para evitar contar por partida doble (en un mismo día, la productividad tanto en el trabajo remunerado como en el desempeño de las tareas domésticas puede reducirse en más del 50 %).

La pregunta 5 se refiere a los días en los que se anulan compromisos sociales debido a la cefalea.

En el tratamiento de la cefalea resulta útil utilizar dos versiones del HALT que tienen distinta finalidad. **HALT-90** cuenta los días afectados por la cefalea durante los 3 meses anteriores (90 días). Esto equilibra mejor dos conceptos opuestos en la evaluación inicial del paciente: la necesidad de reflejar su enfermedad durante un periodo que sea representativo, frente a los posibles lapsus de memoria si ese período es prolongado. Durante el seguimiento, sin embargo, la evaluación tiene como finalidad medir el cambio atribuible al tratamiento. Medidas que reflejen periodos más cortos de 3 meses son más útiles para este fin: **HALT-30** registra en consecuencia los días afectados durante el mes anterior (30 días).

Clasificación HALT

HALT (30 o 90) puede generar **tres puntuaciones sumadas** a partir de las cuatro primeras preguntas, siendo la unidad de cada una de ellas los días completos por 1 o 3 meses, de:

- a) tiempo de trabajo (remunerado) perdido;
- b) tiempo de trabajo doméstico perdido;
- c) tiempo productivo total perdido: la suma de (a) y (b).

La pregunta 5, sin embargo, da lugar a un recuento simple en el que la unidad no son días completos, de manera que se genera un error si dicho recuento se añade a cualquiera de esas puntuaciones. Además, al incluir la pregunta 5 en un resumen de las respuestas, se pueden producir recuentos dobles si, por ejemplo, a un día perdido en el trabajo le sigue un compromiso social anulado durante la tarde del mismo día. Sin embargo, el recuento de compromisos sociales anulados *sí* refleja una carga adicional, de manera que la pregunta 5 se mantiene en HALT-90 y se incluye en la **puntuación total sumada** (suma de las cinco preguntas), lo cual se traduce en la **clasificación** (véase la tabla).

Tabla. Clasificación HALT-90

Días perdidos en los 3 últimos meses	Evaluación del efecto	Grado (indica un aumento de la necesidad de atención médica)
0-5	mínimo o infrecuente	I
6-10	leve o infrecuente	II
11-20	moderado	III (indica una gran necesidad de atención)
≥ 20	intenso	IV (indica una gran necesidad de atención)

La clasificación es valiosa como indicador del nivel de necesidad personal de un paciente y, quizás, de las prioridades de tratamiento. Pero en el caso de la evaluación como preludeo para planificar el tratamiento o establecer el punto de partida con relación al cual valorar el efecto, las puntuaciones individuales sumadas aportan más información que los grados generales. HALT-30 no utiliza clasificación.

El cuestionario de Respuesta al Tratamiento de la Cefalea (HURT, por sus siglas en inglés): una guía para el seguimiento en atención primaria

Tanto si se inicia como si se cambia el tratamiento del paciente, el **seguimiento** del mismo permite comprobar si se trata del tratamiento óptimo o no. En este último caso conviene identificar cualquier otro cambio o cambios en el tratamiento que puedan ser necesarios.

Los recursos, los servicios y las expectativas varían notablemente entre los distintos países y culturas. Incluso en circunstancias óptimas, los resultados rara vez son perfectos. No siempre es fácil saber si el resultado logrado con un paciente concreto es el mejor que dicho paciente puede razonablemente esperar. Los no especialistas se plantean a veces una pregunta: "¿Qué esfuerzo adicional está justificado por la esperanza de un resultado mejor?" En caso de pensar que debe hacerse algo más, surge una segunda pregunta: "¿Qué es lo que tiene que cambiar?"

Lifting The Burden desarrolló el **cuestionario HURT** como un instrumento no solo para evaluar el resultado, sino también para proporcionar respuestas a estas dos preguntas y ofrecer orientación a los no especialistas sobre los procedimientos adecuados para optimizar el tratamiento.

HURT es un cuestionario de 8 apartados relleno por el propio paciente y, en consecuencia, es rápido y fácil de utilizar en atención primaria.

Contempla la frecuencia de la cefalea, el grado de incapacidad que provoca, el uso de medicamentos y sus efectos, la percepción del paciente sobre el "control" de la cefalea y su comprensión del diagnóstico. Las respuestas se indican en días durante un período de 1 o 3 meses o bien se seleccionan de las opciones de Likert. En cualquiera de los casos, las respuestas se sitúan en el apartado "no es un problema" o se clasifican en uno de los tres apartados marcados que indican deficiencias del tratamiento cada vez más importantes; se proporciona consejo médico para cada uno de estos últimos.

HURT se ha sometido a validación psicométrica y pruebas clínicas en diversos entornos y culturas.