

 	DESCRIPCIÓN BIBLIOGRÁFICA DEL TRABAJO FIN DE ESTUDIOS IKASKETEN AMAIERAKO LANARI BURUZKO BIBLIOGRAFIAREN DESKRIBAPENA	PC 934 ANX1
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------

Campos OBLIGATORIOS/NAHITAEZ betebeharrekoeremuak	
AÑO/ URTEA (20xx): 2015	Trabajo Fin de Grado (TFG) / GraduAmaierako Lana (GAL) <input checked="" type="checkbox"/> Trabajo Fin de Máster (TFM) / Master Amaierako Lana (MAL) <input type="checkbox"/>
Título del TFG/TFM/ GAL/MALarenizenburua: Tratamiento no farmacológico para la prevención de la migraña	
Autor(Apellidos, Nombre)/ Egilea(Deiturak, izena): Amaia Gaztelumendi Ruano	
Director / Zuzendaria: Ana María Insausti Serrano	UPNA / NUP <input checked="" type="checkbox"/> Otro (Indicar) / Bestebat (Jarri) []
Codirector, si existe / Zuzendarikidea, halakorikbadago []	UPNA / NUP <input type="checkbox"/> Otro (Indicar) / Bestebat (Jarri) []

Inglés Ingelesa	Abstract(Resumen de 100-250 palabras)/ Abstract(Laburpena 100-250 hitzetan)
	<p>Summary: Migraine is a common disease of chronic type. It is characterized by headaches, dysfunction in the autonomic nervous system and, in some cases, neurological disturbances called aura.</p> <p>The most commonly used treatment to prevent it, is the drug, but in many cases this treatment can't be given due to the high cost associated with drugs (at cost or medical contraindications such as pregnancy or other diseases).</p> <p>Therefore, the aim of this review is to assess whether non-drug treatments decrease the duration, intensity and frequency of migraines.</p> <p>Method: The databases used were PubMed, Scopus, Web of Science, PEDro, IME and Dialnet. The search and information gathering have been in English, except for some information obtained from library books in Spanish.</p> <p>Results: It has been shown that physical exercise, yoga and massage reduce the intensity, duration and frequency of migraine.</p> <p>Conclusion: With physical exercise, yoga and massage, clinics improvements are obtained in migraine, without trigger it. Improvements were also obtained on physiological parameters (stress and anxiety).]</p>
	Materias o Palabras Clave (máximo 5) / Gaiakedohitzgakoak(gehienez 5)
	Key words: Migraine, prevention, physical exercise, treatment, massage and crane-sacral therapy.]

Campos OPTATIVOS / AUKERAKO eremuak	
Castellano Gaztelania	Abstract(Resumen de 100-250 palabras) / Abstract(Laburpena 100-250 hitzetan)
	Introducción: La migraña es una enfermedad común de tipo crónica. Se caracteriza por dolores de cabeza, disfunciones en el sistema nervioso autónomo y, en algunos casos, alteraciones neurológicas denominadas aura (1). El tratamiento más usado para prevenirla, es el farmacológico, pero en muchos casos este tratamiento no puede darse por el alto coste asociado a los medicamentos (por su coste o contraindicaciones médicas como embarazo u otras enfermedades (2). Por todo ello, el objetivo de esta revisión es valorar si los tratamientos no farmacológicos disminuyen la duración, intensidad y la frecuencia de las migrañas. Materiales y métodos: Las bases de datos utilizadas fueron Pubmed, Scopus, Web of Science, PEDro, IME y Dialnet. La búsqueda y la recopilación de información han sido en inglés, y en algún caso en castellano. Resultados: Se ha visto que el ejercicio físico, el yoga y el masaje reducen la intensidad, la duración y la frecuencia de la migraña. Conclusión: Con el ejercicio físico, el yoga y el masaje se obtienen mejoras clínicas en la migraña, sin desencadenarla. También se obtienen mejoras en parámetros psicológicos (estrés y ansiedad).]
	Materias o Palabras Clave (máximo 5) / Gaiakedo hitz gakoak (gehienez 5)
	Palabras clave: Migraña, prevención, ejercicio físico, tratamiento y terapia cráneo-sacra.]
	Abstract(Resumen de 100-250 palabras) // Abstract(Laburpena 100-250 hitzetan)
Euskera Euskara]
	Materias o Palabras Clave (máximo 5) / Gaiakedo hitz gakoak (gehienez 5)
]
Otro Idioma Bestehizk. bat	Abstract(Resumen de 100-250 palabras) // Abstract(Laburpena 100-250 hitzetan)
]
	Materias o Palabras Clave (máximo 5) / Gaiakedo hitz gakoak (gehienez 5)
]	

