



A PREVALÊNCIA DA CEFALÉIA EM UMA AMOSTRA DOS ESTUDANTES DE MEDICINA DA UNICESUMAR E OS FATORES ASSOCIADOS

Igor Giacometi Parreira¹, Lucas Valério Abrahim², Lilian Capelari Soares³

¹Acadêmico do Curso de Medicina, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. igorgiacometi@hotmail.com

²Acadêmico do Curso de Medicina, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. lucasvalab@gmail.com

³Orientadora, Doutora, Docente no Curso de Medicina, UNICESUMAR. Pesquisadora do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação – ICETI. lilian.soares@unicesumar.edu.br

RESUMO

O objetivo da presente pesquisa é identificar a prevalência e os principais fatores desencadeantes da cefaleia nos alunos do curso de Medicina do Centro Universitário Unicesumar. A dor de cabeça chega a acometer 90% da população no decorrer de 1 ano, em um cenário várias vezes incapacitante ou prejudicial às relações e trabalhos cotidianos. Os gatilhos que iniciam a dor de cabeça podem incluir estresse, privação do sono ou má alimentação (jejum prolongado, ingestão de nitritos, aspartame ou vinhos, por exemplo), abuso de analgésicos grandes mudanças na vida ou rotinas de aulas excessivas e provas acadêmicas, o que torna os estudantes um grupo vulnerável. Para realização desta pesquisa, será aplicado questionário impresso e também online aos alunos matriculados no curso de Medicina da Unicesumar, a fim de avaliar a qualidade de vida, a rotina e a presença da cefaleia no dia a dia do estudante. Por meio da análise dos resultados, espera-se estimar a prevalência e comparar os resultados obtidos na pesquisa com os fatores associados disponíveis na literatura, e deste modo contribuir para a sua identificação e adoção de medidas que melhorem a qualidade de vida e o desempenho dos acadêmicos.

PALAVRAS-CHAVE: Dor de cabeça; Estudantes de graduação; Gatilhos de dor.

1 INTRODUÇÃO

A cefaleia é uma queixa comum no cotidiano, onde encontra-se alta prevalência nas causadas de origem primária, isto é, a cefaleia tensional ou enxaqueca (migrânea), as mais conhecidas (KOWACS et. al., 2019).

Na migrânea, é comum a apresentação de um quadro bem característico, com início na fase premonitória, que antecede a fase dolorosa em até 48h (DIAS et. al., 2022) e se relaciona com disfunções hipotalâmicas (cansaço, irritabilidade, bocejos, falta de concentração) (CARVALHO et. al., 2019). A aura ocorre em 25% dos migranosos e integra distúrbios na visão, como escotomas cintilantes, ou outras alterações sensoriais (GUYTON et. al., 2021).

Uma das explicações para esse início é que certos gatilhos, na qual se enquadram tensões, fortes emoções, alimentação ou sono inadequado causem um vasoespasmu reflexo em artérias no encéfalo e causem isquemia em partes responsáveis pelos sintomas (GUYTON et. al., 2021).

Na sequência, o quadro algico se estabelece pela exaustão dos vasos sanguíneos após essa contração excessiva, que permite maior flacidez e pulsatilidade, e o estiramento decorrente promoveria a dor latejante durante as próximas 24 a 48 horas, conforme a pressão sanguínea exercida nesses vasos (GUYTON et. al., 2021).

Por fim, a fase pósdrômica vem acompanhada de muita fadiga, sonolência e lentidão no raciocínio, que duram até 2 dias (CARVALHO et.al., 2019).

Visto isso, os estudantes de medicina são uma parcela social vulnerável que merece atenção especial, já que são propensos a diversos gatilhos ao longo do curso, como a privação do sono, má alimentação, rotina de aulas extenuante ou muito estresse durante a semana de provas e abuso de analgésicos, que causam cefaleia e diminuem a qualidade de vida e o desempenho dos alunos (SANTOS, et. al., 2019).



Nesse sentido, por meio dessa pesquisa, busca-se estimar a prevalência da cefaleia nos alunos de Medicina da Unicesumar e seus fatores associados, e desta forma alcançar caminhos que melhorem o dia a dia e o desempenho acadêmico.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Será realizado um estudo transversal, descritivo, exploratório de abordagem quantitativa. A pesquisa será realizada na sede da Unicesumar, em Maringá-PR, contando com a participação dos estudantes de medicina da Unicesumar, do período de 01/05/2023 a 31/12/2023. Durante a pesquisa de campo, os dados para o estudo serão coletados através de um questionário online e impresso, no qual os entrevistados serão recrutados aleatoriamente e, conforme apresentem os critérios de inclusão previamente definidos para a pesquisa, serão inseridos na amostra dela.

Critérios de inclusão:

- Ter idade igual ou superior a 16 anos;
- Frequentar o curso de Medicina da Universidade Unicesumar campus de Maringá;
- Assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), de forma voluntária;

Critérios de exclusão:

- Indivíduos com menos de 16 anos;
- Indivíduos que não estejam vinculados ao curso de medicina da Universidade Unicesumar campus de Maringá;
- Indivíduos que não aceitem participar da pesquisa e não assinarem o TCLE;

O questionário online será enviado por e-mail institucional aos alunos de medicina. O mesmo questionário será impresso para ser aplicado com os demais usuários da instituição. Ambos os questionários incluirão o TCLE e informações acerca do estudo, além de instruções para responder às questões.

O instrumento de coleta de dados será dividido nos seguintes tópicos: identificação (nome e gênero); estudante de qual período de Medicina; se já possuiu pelo menos uma vez algum quadro de cefaleia durante o curso de Medicina; quantidade de vezes que possuiu cefaleia no último mês (nenhuma, de 1 a 5 vezes, de 6 a 10 vezes, de 11 a 15 vezes, mais de 15 vezes); a quantidade de utilização de analgésicos no último mês; e por último, uma análise da qualidade de sono, alimentação, e presença de algum fator estressante na rotina do estudante.

A finalidade do questionário é investigar a prevalência da cefaleia nos acadêmicos durante o curso de Medicina, e fatores concomitantes a esses quadros, com o intuito de encontrar possíveis eventos desencadeantes da migrânea, que uma vez contornados, poderão auxiliar no enfrentamento do problema.

Dando seguimento ao projeto, será feito um comparativo dos resultados obtidos na pesquisa com os fatores desencadeantes da migrânea presentes na literatura, avaliando a possibilidade de influência ambiental nestes indivíduos. Os resultados do estudo serão, então, exibidos através de tabelas feitas a partir do programa Excel e posterior montagem de gráficos.

O projeto averiguou as informações de acordo com os critérios de inclusão e consentimento acerca da pesquisa a partir da assinatura do TCLE, visando a proteção das informações pessoais dos participantes. A participação dos indivíduos será totalmente voluntária e não gerará custos para eles.



3 RESULTADOS ESPERADOS

Espera-se que os alunos com alterações na qualidade do sono, da alimentação, ou sob outros fatores estressantes, apresentem maior prevalência no quadro de cefaleia ou até mesmo a sua cronificação, associada ao uso indiscriminado de analgésicos. Assim, uma vez conhecido os principais fatores apresentados, ações direcionadas poderão ser realizadas a fim de reduzir a incidência deste fenômeno e melhorar a vida dos acadêmicos.

REFERÊNCIAS

CARVALHO, J. J F; VINCENT, M. B. Cefaleias: fisiopatologia das cefaleias primárias. In: GAGLIARDI, Rubens J.; TAKAYANAGUI, Osvaldo M. Tratado de neurologia da academia brasileira. 2. ed. São Paulo: Elsevier, 2019. Cap. 5. p. 112-113. Acesso em: 3 abr. 2023.

DIAS, D. S. R., SANTOS, G. C. da S., LIMA, I. L., FONSECA, L. E. S., COSTA, I. R. e, TONIN, D. B., COUTO, L. D. R., & COSSO, L. FRANCO. (2022). Cefaleias primárias: revisão da literatura / Primary headaches: a review of the literature. Brazilian Journal of Development, 8(4), 24671–24678. <https://doi.org/10.34117/bjdv8n4-131>. Acesso em: 4 abr. 2023.

GUYTON, A. C. & HALL, J.E. Tratado de fisiologia médica. 14. ed. [s. l.]: GEN Guanabara Koogan, 2021. ISBN 978-85-9515-861-0. Disponível em: <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=cat07568a&AN=sbu.85648&lang=pt-br&site=eds-live>. Acesso em: 5 abr. 2023.

SANTOS, R., RÊGO, R. C. da S., SANTOS, V. L. B., PRADO, M. R. Prevalência de cefaleia e seus impactos em estudantes de medicina em uma universidade pública. Revista Brasileira de Neurologia, 55(3). (2019)

KOWACS F, ROESLER CA de P, PIOVESAN ÉJ, SARMENTO EM, CAMPOS HC de, MACIEL JA, et al. Consensus of the Brazilian Headache Society on the treatment of chronic migraine. Arq Neuro-Psiquiatr [Internet]. 2019Jul;77(Arq. Neuro-Psiquiatr., 2019 77(7)):509–20. Available from: <https://doi.org/10.1590/0004-282X20190078>