

## **CEFALEIA E QUALIDADE DE VIDA EM ESTUDANTES DE MEDICINA DURANTE A GRADUAÇÃO**

**Swanny Simões de Carvalho**<sup>1</sup>

Graduado em Odontologia pela Universidade Veiga de Almeida; Especialista em Odontopediatria pela Orthodontic Internacional; Acadêmica de Medicina da UniRedentor

**Milena Manhães de Souza**<sup>2</sup>

Graduação em Farmácia pela Faculdade de Medicina de Campos; Acadêmica de Medicina da UniRedentor

**Rayanne Persi**<sup>3</sup>

Acadêmica de Medicina da UniRedentor

**Claudio dos Santos Dias Cola**<sup>4</sup>

Graduado em Medicina pela Fundação Técnico Educacional Souza Marques; Mestre em Tecnologia Educacional nas Ciências da Saúde pela UFRJ; Especialista em Clínica Médica; Pós Graduado em Medicina Ortomolecular; Membro do NDE do curso de Medicina da UniRedentor

**Júlio César dos Santos Boechat**<sup>5</sup>

Doutor em Cognição e Linguagem pela Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro (UENF)

**Afrânio Simões Pessanha**<sup>6</sup>

Graduado em Medicina pela Faculdade de Medicina de Campos, RJ; Mestre em Cirurgia Geral (setor Cirurgia Torácica) pela UFRJ; Especialista em Cirurgia Geral e Oncológica; Professor de Anatomia Humana da UniRedentor

**Carlito Lessa da Silva**<sup>7</sup>

Graduado em Medicina pela Universidade Nova Iguaçu – Campus Itaperuna, RJ; Doutor em Cardiologia pela UFRJ; Especialização em Cardiologia Nuclear pela Clínica de Diagnóstico por Imagem (CDPI-Leblon)

**André Silveira Poubel**<sup>8</sup>

Graduado em Medicina pela Universidade Gama Filho; Especialista em Anestesiologia; Mestrando em Medicina

<sup>1</sup> Centro Universitário Redentor; Medicina; Itaperuna-RJ; [swanny\\_2011@hotmail.com](mailto:swanny_2011@hotmail.com)

<sup>2</sup> Centro Universitário Redentor; Medicina; Itaperuna-RJ; [milenamanhaesfmc-@hotmail.com](mailto:milenamanhaesfmc-@hotmail.com)

<sup>3</sup> Centro Universitário Redentor; Medicina; Itaperuna-RJ;

<sup>4</sup> Centro Universitário Redentor; Medicina; Itaperuna-RJ; [claudiodiascola@gmail.com](mailto:claudiodiascola@gmail.com)

<sup>5</sup> Centro Universitário Redentor; Medicina; Itaperuna-RJ; [julioboecat@yahoo.com.br](mailto:julioboecat@yahoo.com.br)

<sup>6</sup> Centro Universitário Redentor; Medicina; Itaperuna-RJ; [afraniosimoes@bol.com.br](mailto:afraniosimoes@bol.com.br)

<sup>7</sup> Centro Universitário Redentor; Medicina; Itaperuna-RJ; [carlitolessa@hotmail.com](mailto:carlitolessa@hotmail.com)

<sup>8</sup> Centro Universitário Redentor; Medicina; Itaperuna-RJ; [andrepoubel@hotmail.com](mailto:andrepoubel@hotmail.com)

## Resumo

A cefaleia é apontada como um transtorno que afeta a maioria da população mundial, incluindo estudantes universitários, que gera diversos impactos nas atividades diárias. O estudo dos sintomas em populações específicas contribui para a melhor compreensão de suas repercussões sobre a qualidade de vida. **Objetivo:** a partir de uma revisão bibliográfica da literatura, e presente artigo tem como objetivo definir a doença, a etiologia e fatores associados a cefaleia; investigar a problemática referente às influências da cefaleia no cotidiano de estudantes universitários; verificar a influência da cefaleia no desempenho escolar de estudantes de um curso de medicina e possíveis fatores de risco. **Metodologia:** Foram selecionados 19 artigos científicos que preenchiam os critérios de seleção, publicados a partir do ano de 2002. **Conclusão:** Através do presente trabalho pode-se concluir que a prevalência de cefaleia em estudantes universitários de medicina é muito expressiva. Consequentemente acarretando prejuízo na qualidade de vida, atividades corriqueiras, sono, o que são fatores que influenciam contribuindo diretamente para o menor desempenho escolar.

**Palavras-Chave:** Cefaleia; Estudante de Medicina; Medicina; Qualidade de Vida.

## Abstract

Headache is noted as a disorder that affects the majority of the world's population, including college students, which generates several impacts on daily activities. The study of symptoms in specific populations contributes to a better understanding of its repercussions on the quality of life. **Objective:** from a bibliographic review of the literature, and this article aims to define the disease, etiology and factors associated with headache; to investigate the problematic concerning the influences of headache in the daily life of university students; to verify the influence of headache on the academic performance of students in a medical school and possible risk factors. **Methodology:** We selected 19 scientific articles that met the selection criteria published since 2002. **Conclusion:** Through the present study we can conclude that the prevalence of headache in university students of medicine is very expressive. Consequently, impairing the quality of life, daily activities, sleep, which are factors that influence directly contributing to lower schoolperformance.

**Keywords:** Headache; Medicine student; Medicine; Quality of life.

## 1. INTRODUÇÃO

A cefaléia ou popularmente chamada dor de cabeça sempre representou um problema de saúde que todo mundo tenta evitar, pois dependendo do seu grau de comprometimento pode ser extremamente limitante e isso sempre foi foco de inúmeros estudos desde os

tempos mais remotos, afinal sua causa pode ser bastante variada e muitas vezes até evitada ou minimizada. Determinar o impacto na vida das pessoas tem sido de fundamental importância para o agrupamento de situações em que o risco do aparecimento da cefaléia esteja mais predominante (SANTOS, 2010).

Incluídos nessa população estão os estudantes universitários, cujas atividades acadêmicas desenvolvidas exigem significativo empenho, incluindo esforço físico, mental e financeiro. A cefaleia é um transtorno que apresenta características incapacitantes, capazes de influenciar direta e indiretamente no cotidiano dos indivíduos, inclusive impactando negativamente nas atividades acadêmicas (OLIVEIRA, SOUZA, MARBACK, 2016, p.322).

Nos estudantes de medicina não é diferente e diversos estudos passaram a ser desenvolvidos uma vez que aumentou muito a incidência de cefaléia nesta população, desencadeado por diversos fatores que variam desde a ansiedade até a sobrecarga de atividades desenvolvidas ao longo do curso. A importância do estudo se dá não só em poder determinar as causas mais comuns que levam ao aparecimento deste quadro, mas também seu impacto no desempenho acadêmico que pode ter efeitos deletérios a saúde fisiológica, psicológica e intelectual do aluno acometido por cefaléia constante (SANTOS, 2010; FERRI- DE-BARROS, 2011).

Pelo seu impacto sobre as atividades diárias dos indivíduos, a cefaléia acaba por interferir nas atividades realizadas, podendo acarretar em um pior desempenho no trabalho e na faculdade, pois piora o humor e a capacidade de concentração. Além disso, ela é responsável por aumentar o número de absenteísmo (LOPES, 2015).

Os estudos relacionados à patologia diferem cefaléia em primária e secundária, onde a primária não tem sua causa conhecida e por isso não pode ter alterações em achados laboratoriais ou exames clínicos, já a secundária pode ser identificada pelo fato de ser proveniente de um quadro patológico. A de maior prevalência observada é a primária que muitas vezes é entendida como proveniente de uma situação de tensão. (OLIVEIRA, 2016).

Com todos esses aspectos observados sobre a predominância da cefaléia em estudantes do curso de medicina, foi desenvolvido este artigo a partir de revisão de literatura, com objetivo de elucidar as possíveis causas do aparecimento desta patologia, bem como seu impacto ao longo do curso nessas pessoas que a desenvolvem.

## **2. OBJETIVO**

Este trabalho é um estudo dos alunos do curso de medicina da Universidade Redentor e tem como objetivo; definir a patologia cefaleia; a etiologia e fatores associados a mesma; investigar a problemática referente às influências da cefaleia no cotidiano de estudantes

universitários de medicina; prevalência; verificar a influência da cefaleia no desempenho escolar de estudantes de um curso de medicina e possíveis fatores de risco.

### **3. METODOLOGIA**

O presente estudo foi desenvolvido a partir de uma revisão bibliográfica, que visa o esclarecimento de uma problemática envolvendo os sintomas, prevalência e consequências da dor de cabeça entre estudantes de medicina nos dias atuais, para isso, utilizaram-se as palavras-chave “estudantes universitários”, “cefaleia” e “dor de cabeça” em pesquisa nos sites Pub med, Scielo e Google Acadêmico. Através da análise das informações presentes no título e resumo dos estudos, foram selecionados os artigos relevantes para a presente revisão. Foram incluídos neste trabalho os estudos que tratavam sobre cefaleia a partir da população de estudantes universitários e que ocorreram no Brasil. Durante a busca 45 estudos foram brevemente selecionados. Os artigos que não reuniam os assuntos necessários foram excluídos da amostra, totalizando uma soma de 30 artigos excluídos. Todos foram lidos e as informações neles contidas foram avaliadas. Ao final, quinze estudos preencheram os critérios necessários e escolhidos, sendo o mais antigo publicado em 2002 e o mais recente, em 2017.

### **4. CEFALEIA**

Atualmente as cefaleias tem se tornado importante problema de saúde pública no Brasil e no mundo devido ao impacto individual e social que acarreta, à alta incidência e ao elevado potencial de cronificação, além da redução na qualidade de vida de seus portadores. A migrânea, conhecida como enxaqueca está presente em 15 a 25% da população, sendo a segunda forma mais comum de cefaleia, atrás apenas da cefaleia tensional. (ANDRADE,2011).

Publicada em 2004, a Sociedade Internacional das Cefaleias (SIC) promoveu padronização dos critérios diagnósticos, listados na ICHD II, com o objetivo de uniformizar os sintomas e síndromes presentes nas cefaleias. O intuito foi evitar variações no diagnóstico dessas cefaleias pelos diversos observadores e melhorar a acurácia diagnóstica e a orientação terapêutica, além de tornar esse transtorno reconhecido para minimizar os prejuízos ao seu portador. Os critérios da SIC possibilita o diagnóstico correto em 80% dos casos. (GALDINO,2007).

Podemos agrupar a cefaleia em dois diferentes grupos etiológicos; cefaleias primárias, que compreende a migrânea, cefaléia em salvas, a cefaleia tensional; e o grupo das cefaleias secundárias que ocorrem devido à presença de uma patologia.(FÜHRER, 2015).

A anamnese é fundamental para a correta caracterização da dor e, conseqüentemente, seu diagnóstico. As cefaleias primárias crônicas, entre elas a migrânea, são frequentes e podem representar grande prejuízo para a saúde. Não obstante, seu tratamento é comparativamente barato e o índice de sucesso, compensador. Pacientes com cefaleias primárias não requerem equipamentos ou exames complementares para o diagnóstico, o que torna seu manejo menos oneroso. Investir na identificação e no tratamento apropriado das cefaleias constitui, portanto, importante medida de redução desses custos. A profilaxia contra cefaleias recidivantes é satisfatoriamente eficaz, além de melhorar o bem-estar e a produtividade de seus portadores.(ANDRADE,2011).

A cefaleia é uma patologia multifatorial, com influência do meio ambiente, e que deve ser pesquisada para que possamos compreender melhor a doença, analisando sua influência na qualidade de vida do estudante. (FÜHRER, 2015).

#### **4.1 – ETIOLOGIA DA CEFALÉIA**

De acordo com as causas que podem levar ao seu aparecimento, as cefaleias podem ser classificadas em cefaleias primárias que acometem os indivíduos sem causa aparente vistos em exames clínicos ou laboratoriais e tem como principal exemplo as enxaqueca, a cefaleia tensional entre outras em que são vistos em sua maioria desordens neuroquímicas e encefálicas que envolvem desequilíbrio de neurotransmissores, vistos em casos que essa desordem é de cunho genético. A cefaleia secundária por sua vez pode ser detectada através de exames complementares, sendo consequência de uma agressão ao organismo de qualquer ordem ou especificamente neurológica, podendo ser cefaleia associada com infecções sistêmicas disfunções endócrinas, intoxicações, ainda à hemorragia cerebral, às meningites, encefalites ou a lesões expansivas do SNC (SPECIALI,2006).

**Tabela 1 - Alguns exemplos de cefaléias primárias e secundárias**

<b>Primárias</b>	<b>Secundárias</b>
Enxaquecas (vários tipos)	Tumores do SNC
Cefaléias tipo tensional	Hemorragias intracranianas
Cefaléia em salvas	Infecções do SNC
Hemicrânia paroxística	Hidrocefalia
	Intoxicação exógena
	Distúrbios metabólicos
	AVC
	TCE

Fonte: GHERPELLI; P.4.

#### 4.2 –ENXAQUECA

Também conhecida como migrânea está inserida na classificação das cefaleias primárias caracterizada por repetidas crises de dor de cabeça que podem ocorrer em uma frequência e quantidades variáveis de episódios. Pode ser classificada em dois grupos sendo eles com aura e sem aura, sendo a primeira caracterizada como a enxaqueca comum com quadro de dor hemicraniana ou bilateral com intensidade que pode variar de moderada a intensa, com caráter pulsátil que piora durante o desempenho das atividades de vida diária e podendo ser acompanhada de outros sintomas, com duração que varia de 4 a 72 horas e mesmo após a tomada de analgésicos pode ser recorrente. O outro tipo se caracteriza por sintomas neurológicos focais transitórios que acontecem de forma gradual antes do aparecimento da dor que normalmente duram pouco, de 5 a 20 minutos não ultrapassando os 60 minutos com sintomas que podem incluir luzes tremulantes, manchas, perda de visão, formigamento e dormência. Não é incomum que pacientes portadores de enxaqueca apresentem os dois tipos (CAREZZATO E HORTENSE, 2015).

#### 4.3- CEFALÉIA TENSIONAL

Esse tipo de cefaleia é um dos mais comuns observados atualmente com ampla prevalência e gerando um grande impacto social e econômico, dependendo do seu grau de

intensidade e as limitações que pode gerar, podendo ser uma morbidade muito onerosa para os indivíduos bem como para a sociedade. Ao longo dos tempos acreditava-se que era resultante de contrações por longo período da musculatura pericraniana em resposta a estímulos emocionais, psicológicos ou ambientais. Essa contração promoveria uma isquemia tecidual e conseqüentemente levando a um quadro álgico. Porém com a fisiopatologia atual ainda em estudo, o que se observa são mecanismos mais complexos periféricos e/ou centrais das vias que produzem a dor. Desta forma os estudos demonstram não haver uma contração prolongada, mas uma ativação prolongada e contínua de algumas das suas unidades motoras que são capazes de acionar os nociceptores periféricos que resultam em um quadro de dor. Inúmeras explicações para o aparecimento deste tipo de cefaléia incluem mecanismos centrais com elementos psicológicos, limiar de tolerância a dor reduzidos induzidos por pressão, elevação da pressão intracraniana do líquido cefalorraquidiano ou do sistema do sistema venoso do encéfalo e aumento da sensibilidade da região da face e crânio que advém do nervo trigêmio quando este recebe informação dolorosa (CRUZ, 2017).

## **5. PREVALÊNCIA**

Estudo realizado com 400 estudantes de Medicina em uma universidade do Rio de Janeiro, a prevalência de cefaleia revelou ser de 98,5% nos estudantes (CATHARINO et al., 2007), assim como o de Ferri-de-Barros et al. (2011) que, ao realizarem uma pesquisa com 344 estudantes da Universidade de Taubaté, apontaram que 98,8% dos sujeitos relataram ter tido pelo menos um episódio de cefaleia durante a vida. Mais recentemente, Lopes, Fuhrer e Aguiar (2015) em um estudo com 200 alunos do curso de Medicina da Universidade Anhembi Morumbi, revelaram que 99% dos entrevistados referiram ter sentido cefaleia alguma vez na vida. Esses dados encontrados corroboram a premissa de que há um alto índice de cefaleia entre universitários. (OLIVEIRA 2016).

Estudo sobre a prevalência da patologia entre os sexos revelaram uma preponderância do sexo feminino de 62% (MENON; KINNERA, 2013). Santos, Sandin e Sakae (2010) demonstraram que o gênero feminino é mais acometido (62,4%) do que o masculino (37,6%). Catharino e outros (2007) constataram, ainda que, quanto ao gênero, as mulheres foram mais acometidas (72,2%) que os homens (45,9%). Esses dados indicam uma população de risco que necessita de mais estudos com o objetivo de compreender a relação entre o gênero e a cefaleia.

## **6. FATORES DE RISCO**

Existem alguns fatores de risco mencionados em estudos referentes ao aparecimento da cefaleia que são: a baixa pressão atmosférica, a baixa umidade do ar, presença de história familiar, a privação (26%), o excesso (6%) de sono no estudante, irregularidade do sono, ansiedade, cansaço, má postura, abuso de medicamentos. (FÜHRER, 2015).

As dores de cabeça são um dos diagnósticos mais prevalentes neurologia clínica, onde uma grande margem é dos estudantes universitários. Com isso estudar dores de cabeça entre estudantes universitários é importante, com base na premissa de que essa população pode estar mais sujeita a dores de cabeça do que a população geral, por razões relacionadas à vida acadêmica que são conhecidas por desencadear essas dores, como estresse emocional e maus hábitos de sono e alimentação (incluindo uso abusivo cafeína e outras substâncias psicoativas). Médico estudantes e estudantes de medicina são igualmente expostos fatores de risco que desencadeiam dores de cabeça. (FERRI-DE-BARROS,2011).

## **7. INFLUÊNCIA DA CEFALÉIA DO COTIDIANO E DESEMPENHO DO ESTUDANTE**

As atividades universitárias demandam um grande esforço físico, mental e psicológico para que haja sucesso no desempenho acadêmico. Essa cobrança de si mesmo ou advinda de alguém faz com que o estresse seja potencializado, levando ao aparecimento de diversas patologias limitantes, dentre elas a cefaléia que pode ser um fator muito importante na redução do desempenho acadêmico do estudante de medicina, associado a esses fatores tem o peso de uma vida acadêmica integral em que muitas vezes requer atenção quase que exclusiva restando pouco tempo para a vida pessoal do estudante (OLIVEIRA, SOUZA, MARBACK,2016).

O ingresso a universidade já representa um grande feito a qualquer aluno e seu desempenho ao longo do curso faz com que essa pressão aumente e conseqüentemente leve a condições limitantes e até incapacitantes, como mostrados em estudos em que estudantes de medicina atribuem a cefaléia a baixa produção em determinado período da vida acadêmica (CATHARINO, 2006).

Cefaleia é queixa frequente entre jovens estudantes e o prejuízo advindo dessa dor implica em incapacidade, fracasso com atividades acadêmicas, concentração, automedicação e absenteísmo escolar em média de 2,8 dias/ano, maior vulnerabilidade às comorbidades e prejuízo na qualidade de vida. Onde as mulheres e adultos jovens são os mais representados. (BRAGA,2012).

## 8. CONCLUSÃO

A partir deste estudo de análise da literatura, pode-se concluir que a prevalência de cefaleia em estudantes universitários de medicina é muito expressiva. No que se refere ao desenvolvimento acadêmico, percebeu-se que os mesmos apresentam rendimento inferior em comparação a população que não apresenta o problema. O prejuízo na qualidade de vida, atividades corriqueiras, sono, são fatores que influenciam contribuindo diretamente para o menor desempenho escolar. A partir disso, determinamos a importância dos estudos sobre a cefaleia no contexto universitário, de modo a construir projetos de prevenção e intervenção compatíveis com a demanda apresentada. Acreditamos que compreendendo melhor a cefaleia nessa população podemos planejar estratégias para melhora da qualidade de vida do estudante e impactos psicológicos e sociais na vida dos mesmos.

Portanto vale ressaltar a importância de mais estudos que tratem do assunto e abordem medidas para minimizar não só o número de casos em que isso acontece, mas também a intensidade dos sintomas que podem ser muito limitantes e interferir diretamente na vida acadêmica de cada estudante, bem como afastá-lo das suas funções e desta forma se tornando também um problema de saúde pública.

## 9. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRADE, A. F. B.; et al. Prevalência e fatores associados à enxaqueca nos estudantes da Faculdade de Medicina de Barbacena, MG – Brasil. *Rev. Med. Minas Gerais* 2011; 21(1):25-31.

BRAGA, Polyana Cristina Vilela, et al. Ocorrência e prejuízos da cefaleia em estudantes universitárias de enfermagem. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 2012, 46.1:138-144.

CAREZZATO, N. L.; Hortense, P.. Migrânea: etiologia, fatores de risco, desencadeantes, agravantes e manifestações clínicas. *Rev Rene*. 2014 mar-abr; 15(2):334-42.

CATHARINO, A. M. da S.. Cefaléia: prevalência e impacto no desempenho escolar de estudantes de medicina de uma universidade particular do Rio de Janeiro. Dissertação apresentada ao término do Curso de Pós-Graduação Stricto-Sensu em Neurologia, Área de Concentração Neurociências, do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro – UNIRIO. Rio de Janeiro, 2006.

CATHARINO, A. M. da S. et al. Cefaléia: prevalência e relação com o desempenho escolar de estudantes de medicina. *Migrêneas & Cefaléias*, v. 10, n. 2, p. 46-50, 2007.

CRUZ, M. C.; et al. Cefaléia do tipo tensional: revisão de literatura. *Arch. Health. Invest.*, 6(2),2017.

FERRI-DE-BARROS, J. E.; et al. Cefaléia em estudantes de medicina e psicologia. *Arq. Neuro-Psiquiatr.* [online]. 2011, vol.69, n.3, pp.502-508.

ÜHRER, Fabiana Marie-Ellen Campos; LOPES, Deborah Cristina Pereira; AGUIAR, Patrícia Maria. CEFALeia E QUALIDADE DE VIDA NA GRADUAÇÃO DE MEDICINA. *Revista Brasileira de Neurologia e Psiquiatria*, 2015, 19.2.

GALDINO G.S., ALBUQUERQUE T.I.P, MEDEIROS J.L.A. Cefaleias primárias: abordagem diagnóstica por médicos não-neurologistas. *ArqNeuropsiquiatr.* 2007 sep;65(3):681-4.

GHERPELLI, J. L. D.. Tratamento das cefaléias. *Jornal de Pediatria - Vol. 78, Supl.1*, 2002

LOPES, D. C. P.; FÜHRER, F. ME. C.; AGUIAR, P. M. C..Cefaleia e qualidade de vida na graduação de medicina. *Revista Brasileira de Neurologia e Psiquiatria.* 2015 Maio/Ago;19(2):84-95.

MENON, B.; KINNERA, N. Prevalence and characteristics of migraine in medical students and its impact on their daily activities. *Annal so flndi an Academy of Neurology*, v. 16, n. 2, p. 221-5, 2013.

OLIVEIRA, G. S. R.; SOUZA P. A.; MARBACK R. F. Influências da cefaléia no cotidiano de estudantes universitários. XV SEPA - Seminário Estudantil de Produção Acadêmica, UNIFACS, 2016.

SANTOS, L. A. S; SANDIN,G. R.;SAKAE, T. M. Associação de cefaleia e ansiedade em estudantes de Medicina de uma universidade do sul de Santa Catarina. *Revista da AMRIGS – Associação Médica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre*, v. 54, n. 3, p. 288-293,2010.

SPECIALI, J. G. Classificação das cefaléias. *Medicina*, Ribeirão Preto, 30: 421-427, out./dez.2006.Universidade Federal de Santa Catarina. Eventos Agudos na Atenção Básica – Cefaléia. Florianópolis, SC,2013.