

Altos níveis de estresse pode aumentar a incidência de cefaléia

DOL — Dor On Line · Boletim Científico sobre Dor · ISSN 2446-6670

Os resultados do estudo apresentado na 66ª Reunião Anual de Neurologia na Filadélfia demonstram que pessoas que sofrem de estresse tem o quadro de cefaleia aumentado e agravado. Essa constatação foi demonstrada por um grupo de pesquisadores alemães, que analisou 5.159 pessoas com idades entre 21 e 71 anos. Todos os participantes foram acompanhados por um período de dois anos, e foram questionados sobre a frequência das dores de cabeça e os quais os níveis de estresse. Durante esse período de dois anos, 31% dos participantes relataram sentir cefaleia do tipo tensional, 4% tinham enxaqueca, 11% sofriam uma dor de cabeça do tipo tensional combinado com enxaqueca, enquanto 17 % relataram dor de cabeça idiopática. Para classificar o grau de estresse os participantes foram pontuados numa escala de 0 a 100. Desta maneira, aqueles que apresentaram cefaleia tensional relataram seus níveis de estresse com média de 52 pontos. Aqueles que tinham enxaqueca em níveis médios de estresse pontuaram 62 em 100, enquanto que aqueles com enxaqueca combinado com dor de cabeça tensional relataram níveis médios de estresse de 59 em 100. Este estudo demonstra resultados importantes que são responsáveis por alterar a qualidade de vida de cada indivíduo, além disso, outros fatores podem influenciar na frequência de dores de cabeça, incluindo fumar, beber e uso regular de medicações. Esses resultados esclarecem que o estresse é um sintoma que merece cuidados se não tratado pode prevalecer o aparecimento de dores de cabeça. Buscar uma melhor qualidade de vida e hábitos saudáveis auxiliam no

controle do estresse e da saúde. Referência: Schramm SH, Moebus, S, Lehmann, N, Galli, U, Obermann, M, Bock, E, Yoon, MS, Diener, H, Katsarava, Z. Association Between Stress and Headache Frequency. AAN 66th ANNUAL MEETING ABSTRACT

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/altos-niveis-de-estresse-pode-aumentar-a-incidencia-de-cefaleia · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.

DOL - DOR ON LINE