



Interdisciplinary

LINKSCIENCEPLACE

DOI: 10.17115

ISSN: 2358-8411

Scientific Journal

Interdisciplinary Scientific Journal. ISSN: 2358-8411

Nº 6, volume 5, article nº 29, December 2018

D.O.I: <http://dx.doi.org/10.17115/2358-8411/v5n6a29>

Accepted: 18/08/2018 Published: 30/12/2018

VIII SEMINÁRIO E IV CONGRESSO INTERDISCIPLINAR DIREITO E MEDICINA
CUIDADOS PALIATIVOS – 20 A 22 DE AGOSTO DE 2018 – ITAPERUNA

HEADACHE ASSOCIATED WITH ANXIETY DISORDERS

INDICATORS: a study in medical academics

CEFALEIA ASSOCIADA A INDICADORES DE TRANSTORNOS DE

ANSIEDADE: um estudo em acadêmicos de medicina

Mariana Soares de Freitas Tamy¹

Clarisse de Almeida Luz²

José Fernandes Vilas Netto Tiradentes³

Juçara Gonçalves Lima Bedim⁴

Abstract

Introduction: In the world and in Brazil headaches generate a high expenditure and constitute a public health problem. In addition, they lead to a reduction in quality of life. Objectives: To investigate the prevalence of headache and its possible association with anxiety in medical students; evaluate the epidemiological profile; allowing the adoption of preventive and interventional strategies in order to provide a smaller impact of anxiety and headache on the quality of life of the student. Justifications: With the aim of detecting a risk profile that is more susceptible to the onset of anxiety disorders and the occurrence of headache, the relevance of the research is substantiated in the perspective of implementing informative measures during the academic period, providing a diagnosis and early treatment. Methodology: A cross-sectional and observational study was carried out, the population was composed of academics from the Iguaçú University - Campus V, in Itaperuna / RJ. Data acquisition was performed through the application of self-administered questionnaires: HIT-6 and Beck Anxiety Inventory. After analyzing the data, the epidemiological profile and variables that express anxiety levels and whether or not headache were affected were obtained. Results: The results showed that there was a prevalence: female, 21 to 25 years of age, single marital status and no previous academic training. In the general context it was verified that percentage of association of students with headache, with "Substantial Impact" and "Very Severe Impact", and anxiety was substantially higher than the percentage of students without such association. Conclusion: After analyzing the epidemiological profile and verified the association between headache and anxiety in the studied population, it was suggested as

¹Acadêmica de Medicina. Universidade Iguaçú, Curso de Medicina, Itaperuna-RJ. Brasil. marianasftamy@gmail.com.

²Acadêmica de Medicina. Universidade Iguaçú, Curso de Medicina, Itaperuna-RJ. Brasil. clarissealuz@hotmail.com.

³Médico-Professor-Pesquisador. Universidade Iguaçú, Curso de Medicina, Itaperuna-RJ. Brasil. drfernandesvilas@hotmail.com.

⁴Professora-Pesquisadora. Universidade Iguaçú, Curso de Medicina, Itaperuna-RJ. Brasil. jugolibedim@yahoo.com.br.

future practices a medical-psychological follow-up in order to minimize the evolution, duration and intensity of headache, aiming at a positive impact on quality of medical students.

Keywords: Anxiety. Headache. Migraine. Stress. Preventive and interventionist strategies.

Resumo

Introdução: No mundo e no Brasil as cefaleias geram um elevado gasto e constituem-se problema de saúde pública. Além disso, levam a uma redução da qualidade de vida. **Objetivos:** Investigar a prevalência de cefaleia e a sua possível associação com ansiedade em acadêmicos de Medicina; avaliar o perfil epidemiológico; permitindo a adoção de estratégias preventivas e intervencionistas, a fim de proporcionar um menor impacto da ansiedade e da cefaleia na qualidade de vida do estudante. **Justificativas:** Tendo-se como mote detectar um perfil de risco mais suscetível ao surgimento de transtornos de ansiedade e ocorrência de cefaleia, a relevância da pesquisa substancia-se na perspectiva de implementar medidas informativas durante o período letivo, proporcionando diagnóstico e tratamento precoces. **Metodologia:** Foi realizado um estudo transversal e observacional, o grupo amostral foi composto por acadêmicos do curso de Medicina da Universidade Iguazu – Campus V, em Itaperuna/RJ. A aquisição de dados foi realizada através da aplicação de questionários autoaplicáveis: HIT-6 e Inventário de Ansiedade de Beck. Após análise dos dados foi obtido o perfil epidemiológico e variáveis que expressem os níveis de ansiedade e acometimento ou não de cefaleia. **Resultados:** Os resultados demonstraram que houve uma prevalência: do sexo feminino, da faixa etária de 21 a 25 anos, do estado civil solteiro(a) e sem outra formação acadêmica anterior. No contexto geral, foi verificado que o percentual de associação de alunos com cefaleia, com “Impacto substancial” e “Impacto muito severo”, e ansiedade foi substancialmente superior ao percentual de alunos sem tal associação. **Conclusão:** Após analisado o perfil epidemiológico e constatada a associação entre cefaleia e ansiedade na população estudada, foram sugeridas como práticas futuras um acompanhamento médico-psicológico de modo a minimizar a evolução, duração e intensidade da cefaleia, visando conseqüentemente impactar de forma positiva na qualidade de vida dos acadêmicos de medicina.

Palavras-chave: Ansiedade. Cefaleia. Enxaqueca. Estresse. Estratégias preventivas e intervencionistas.

INTRODUÇÃO

No mundo e no Brasil as cefaleias geram um elevado gasto econômico e são importante problema de saúde pública, mas além disso também levam a uma redução da qualidade de vida de seus portadores. A alta tendência à cronificação e a incidência elevada dessa condição clínica geram um grande impacto individual e social. As cefaleias se situam entre as queixas mais comuns da medicina (PIZZATTO et. al., 2008).

O termo cefaleia, ou dor de cabeça, é um sintoma muito comum e pode ser desencadeado por uma anormalidade grave associada; porém, na maioria das vezes, é devido a transtornos denominados de cefaleias primárias, como por exemplo, enxaqueca, cefaleia do tipo tensional, cefaleia em salvas e cefaleia

hemicrania paroxística. As cefaleias podem ser classificadas de acordo com a periodicidade e intensidade, contudo, classificá-las é uma tarefa difícil, devido às suas características clínicas variadas e às múltiplas etiologias (DIGRE, 2014).

Segundo dados levantados por Falavigna e seus colaboradores (2010) aproximadamente 47% da população adulta sofre com algum distúrbio associado a dor de cabeça, sendo os mais comuns: a cefaleia do tipo tensional e enxaqueca, com uma prevalência de 38% e 10%, respectivamente. Tais condições dolorosas estão relacionadas a um déficit na produtividade no trabalho ou na limitação escolar, das atividades sociais e comprometimento da qualidade de vida. Além disso, as cefaleias primárias têm um impacto econômico significativo, implicando custos diretos, como assistência médica (diagnóstico, tratamento, medicação) e no estado (saúde pública), e custos indiretos, que envolvem a perda de produção atribuível à doença. De acordo com Ferri-de-Barros e colaboradores (2011), dores de cabeça são um dos diagnósticos mais prevalentes na Neurologia Clínica. Existem relatos de que 93% da população apresentará algum tipo de dor de cabeça durante a vida (FERRIS-DE-BARROS, 2011).

A cefaleia é uma queixa comum entre estudantes e essa dor pode causar prejuízos como: incapacidade, fracasso educacional e absenteísmo escolar, cerca de, 2,8 dias/ano, além de também levar a uma maior vulnerabilidade às comorbidades e piora na qualidade de vida. Alguns estudos comprovaram que há consenso de que as mulheres e adultos jovens são os mais propensos a desenvolvê-la (BRAGA et. al., 2012).

Na maioria dos casos, os distúrbios de cefaleia são condições subdiagnosticadas e subtratadas, como nos estudantes de graduação. Nesta população em questão, as cefaleias podem levar a dias de estudos perdidos e pior desempenho acadêmico. Na Grécia, a prevalência de enxaqueca é de 2,4% e na Turquia de 12,4%. No Brasil, há relatos de uma prevalência de 25% de enxaqueca e 32,9% de cefaleia tipo tensional episódica em estudantes (FALAVIGNA et al., 2010).

Alguns autores são enfáticos ao afirmarem que para “compreender o indivíduo e sua relação com a sociedade e o ambiente em que está inserido é fundamental para o conhecimento da sua situação de saúde” (SANTOS et. al., 2010). Fato este que necessita de um entendimento de diversos fatores como: biológicos, históricos, sociais e, também, os fatores psicológicos que interferem na condição de saúde. Ainda, existe o pensamento de que fatores psicológicos podem

influenciar no surgimento de sintomas físicos e até alterar o curso das doenças. Um exemplo disso são as cefaleias, as quais geralmente são relacionadas a conflitos emocionais e estresse psicossocial (SANTOS et. al., 2010).

O termo estresse tem sido amplamente empregado para definir sensações como desconforto, inquietação ou aflição. Essas variadas situações, por vezes, desencadeiam inúmeras reações emocionais. Desse modo, o entendimento e a avaliação do estresse não se fazem pertinentes à situação em que a pessoa se encontra, mas, sim, se correlata à percepção que ela tem sobre a situação que vive, usando seu processo psicológico e sua compreensão dos fatos (PRETO e PEDRÃO, 2009).

Por vezes, manobramos o estresse através da ansiedade, reagindo assim em uma situação de ameaça. Muitas pessoas sofrem dores de cabeça quando estão em situações de grande estresse ou quando passaram por longos períodos sob forte pressão emocional. Com isso, a ansiedade e o estresse são associados pelos estudantes a sua inexperiência, ao despreparo em lidar com situações críticas e à interferência das horas exigidas para estudos teóricos. Alguns estados de intensa atividade ou que exijam grau maior de concentração podem ocasionar episódios de dor. Tais queixas são recorrentes e aparentemente sem nenhuma causa física real (SANTOS et. al., 2010).

Frente ao exposto, a ansiedade pode ser uma consequência classificada como normal (p. ex., um estudante diante de uma situação de exame) ou patológica (p. ex., nos transtornos de ansiedade); pode ser classificada como leve ou grave; ou então como prejudicial ou benéfica; ou então como episódica ou persistente; pode apresentar um fator desencadeante físico ou psicológico; pode ocorrer isoladamente ou associada a outro transtorno (por exemplo, depressão); pode afetar ou não a percepção e a memória (BARBOSA e RADOMILE, 2006).

Existem algumas evidências que comprovam que os circuitos neurais responsáveis por fenômenos cognitivo-afetivos têm grande correlação com aqueles responsáveis pela cefaleia (PIZZATTO et. al., 2008). Diversas substâncias têm sido estudadas com o objetivo de compreender o neurofuncionamento por trás da ansiedade e do estresse. Algumas delas são: a noradrenalina, a dopamina e a serotonina (aminas biogênicas); o ácido gama-aminobutírico (GABA), a glicina e o glutamato (aminoácidos); o fator de liberação de corticotropina (CRF), o hormônio

adrenocorticotrófico (ACTH) e a colecisticinina (CCK) (peptídeos); e a corticosterona (esteroides) (MARGIS et. al., 2003).

Correlacionar cefaleia e ansiedade vem enfatizar a relevância da observância criteriosa dos aspectos psíquicos vinculados à dor. Em virtude dos transtornos de ansiedade afetarem o padrão de surgimento das crises, a amplitude da percepção da dor, a adesão ao tratamento prescrito e o grau de incapacidade oriundo da sintomatologia. Sendo a percepção da dor fortemente influenciada pela interação entre os processos fisiológicos, psicológicos e sociais, as emoções têm um papel importante nesse processo, interferindo significativamente na modulação da sensação dolorosa (PIZZATTO et. al., 2008).

Na trilha dos pressupostos de tal contingência, levanta-se no presente estudo a seguinte questão-problema: que tipos de estratégias preventivas e intervencionistas podem melhorar a qualidade de vida e o desempenho acadêmico de estudantes de Medicina portadores de cefaleia associada com ansiedade?

OBJETIVOS

Objetivo geral:

- Investigar e estimar a prevalência de cefaleia e a sua possível associação com ansiedade em acadêmicos de Medicina.

Objetivos específicos:

- Avaliar e analisar o perfil epidemiológico dos estudantes que participaram da pesquisa.
- Averiguar e avaliar as possíveis repercussões no rendimento acadêmico, permitindo assim a adoção de estratégias preventivas e intervencionistas.
- Analisar e apurar quais mudanças podem ser propostas durante o período letivo, a fim de proporcionar um menor impacto da ansiedade e da cefaleia no rendimento e na qualidade de vida do estudante.

JUSTIFICATIVAS

Em consonância com Santos et al. (2010, p. 289), chama-se atenção para o fato de que:

Alguns estudos têm mostrado que portadores de enxaqueca têm significativas limitações na qualidade de vida em relação à população saudável e também quando comparadas a outras condições crônicas. Estudos consideram a migrânea mais incapacitante do que doenças como hipertensão arterial, osteoartrite e diabetes. Medir o impacto de determinada doença na qualidade de vida do paciente tem se tornado cada vez mais importante.

Além desse impacto negativo no bem-estar individual, há ainda prejuízo econômico acarretado, que repercute sobre o próprio indivíduo e sobre a sociedade. Nos EUA, estima-se que 40% da população apresente cefaleia suficientemente intensa, em algum momento de suas vidas, que os levem a procurar assistência médica. Nesse país o custo direto anual, apenas da migrânea, foi calculado em US\$ 9,6 bilhões. A mensuração desse prejuízo envolve cálculos dos custos diretos (gastos com o sistema de saúde, atenção médica, exames e medicamentos), custos indiretos (prejuízos pelas faltas ao trabalho e diminuição da produtividade) e custos agregados (pesquisas, mobilização de material e pessoal indiretamente envolvido com a doença). Por serem altamente prevalentes, as cefaleias acarretam impacto significativo no sistema de saúde, seja ele público ou privado.

Por conseguinte, há de se ponderar a relevância do tema para a saúde do acadêmico de Medicina, tornando-se indispensável a identificação de um perfil de risco mais suscetível ao surgimento de transtornos de ansiedade e ocorrência de cefaleia. Nesse pressuposto, ações como a disseminação de informações sobre o tema exposto, medidas de profilaxia, estratégias preventivas e diagnóstico precoce dessas patologias associadas, poderiam colaborar e contribuir a fim de proporcionar um menor impacto no rendimento e na qualidade de vida do estudante, durante o período letivo.

MATERIAL E MÉTODOS

Para elaboração desta pesquisa, será realizado um estudo transversal e observacional, a população do estudo será composta por acadêmicos do curso de Medicina da Universidade Iguazu – *Campus V*, em Itaperuna/RJ.

A aquisição de dados será realizada através da aplicação de dois questionários autoaplicáveis: Questionário de impacto da dor de cabeça HIT-6 e o Inventário de Ansiedade de Beck.

O Questionário de impacto da dor de cabeça HIT-6 é constituído por 6 questões objetivas, com respostas baseadas em variação de “nunca” a “sempre”. Já o Inventário de Ansiedade de Beck é composto por 21 afirmações descritivas de

sintomas de ansiedade, os quais deverão ser avaliados pelo acadêmico em relação a si mesmo sobre a última semana, baseia-se em uma escala que varia de “minimamente” a “gravemente”, de acordo com uma pontuação e um escore. Aqueles que aceitaram participar da pesquisa, assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Após captação dos dados, foi realizada a análise dos mesmos, para obtenção do perfil epidemiológico e confecção de variáveis que expressem os níveis de ansiedade e acometimento ou não de cefaleia.

A análise dos dados, das variáveis e dos indicadores obtidos, através do questionário, foi realizada e ilustrada com o auxílio do *Microsoft Office*, por meio da confecção de tabelas e gráficos.

RESULTADOS

Em relação à análise do perfil epidemiológico dos estudantes que participaram da pesquisa, com um total de 276 entrevistados, dos quais 162 (59%) eram do sexo feminino e 114 (41%) do sexo masculino, havendo assim um pequeno predomínio do sexo feminino sobre o sexo masculino. No que concerne ao estado civil, os integrantes se classificaram como solteiro(a), casado(a) ou divorciado(a), não sendo citada nenhuma outra categoria, como por exemplo, viúvo(a) ou por contrato de união estável, destes foram obtidos: 235 (85%) solteiro(a), 40 (14%) casado(a) e 1 (1%) divorciado(a).

Ainda com relação ao perfil epidemiológico, no tocante à análise de formação acadêmica anterior, foram apurados que 96 (35%) dos estudantes já possuíam alguma formação prévia e 180 (65%) não possuíam outra experiência acadêmica.

Na tabela 1, a seguir, estão demonstrados todos os dados expostos do perfil dos participantes da pesquisa.

Tabela 1: Perfil epidemiológico dos acadêmicos do 1º ao 12º períodos do curso de Medicina, UNIG Campus V - Itaperuna/RJ.

Período letivo	Sexo		Estado Civil			Formação Anterior	
	Feminino	Masculino	Solteiro(a)	Casado(a)	Divorciado(a)	Sim	Não
1º Período	8	15	20	3	0	7	16
2º Período	19	4	22	1	0	6	17
3º Período	13	10	22	1	0	4	19
4º Período	13	10	21	2	0	3	20
5º Período	16	7	19	4	0	9	14
6º Período	13	10	17	6	0	11	12
7º Período	11	12	19	4	0	9	14
8º Período	17	6	18	4	1	9	14
9º Período	11	12	21	2	0	8	15
10º Período	11	12	21	2	0	10	13
11º Período	16	7	19	4	0	12	11
12º Período	14	9	16	7	0	8	15
N - Total	162	114	235	40	1	96	180

Fonte: elaboração própria (2018).

O perfil etário do estudo demonstrou uma prevalência na faixa de 21 a 25 anos em todos os períodos do curso, outras variações etárias podem ser observadas na Tabela 2 apresentada abaixo.

Tabela 2: Perfil etário dos acadêmicos do 1º ao 12º períodos do curso de Medicina, UNIG Campus V - Itaperuna/RJ.

<i>Período letivo</i>	<i>15 a 20 anos</i>	<i>21 a 25 anos</i>	<i>26 a 30 anos</i>	<i>31 a 35 anos</i>	<i>36 a 40 anos</i>	<i>41 a 45 anos</i>	<i>46 a 50 anos</i>	<i>51 a 55 anos</i>
1º Período	14	6	0	1	2	0	0	0
2º Período	12	8	2	1	0	0	0	0
3º Período	16	5	0	2	0	0	0	0
4º Período	12	9	1	0	1	0	0	0
5º Período	3	10	6	2	2	0	0	0
6º Período	1	12	6	3	1	0	0	0
7º Período	1	16	2	2	1	1	0	0
8º Período	0	12	5	4	1	0	0	1
9º Período	0	9	11	2	0	1	0	0
10º Período	0	5	9	5	3	0	1	0
11º Período	0	10	6	1	5	1	0	0
12º Período	0	10	6	2	4	1	0	0
N	59	112	54	25	20	4	1	1
Total %	21,40 %	44,60%	19,60%	9,05%	7,24%	1,44%	0,36%	0,36%

Fonte: elaboração própria (2018).

Ao serem avaliados através do questionário HIT-6, o qual caracteriza quatro níveis de impacto da cefaleia, 93 (34%) foram classificados com “Pouco ou nenhum impacto”, 60 (22%) com “Algum impacto”, 32 (11%) com “Impacto substancial” e 91 (33%) com “Impacto muito severo”, como mostra o gráfico abaixo na Figura 1.

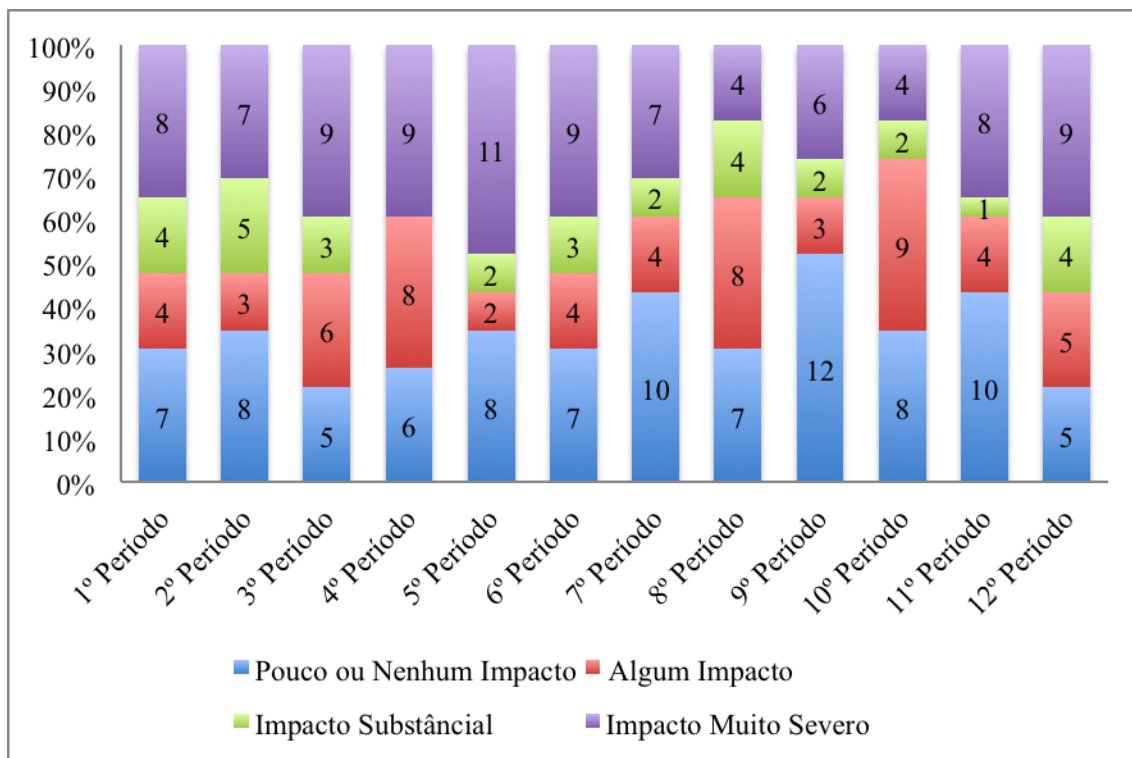


Figura 1: Resultado do Teste de Impacto da Cefaleia nos acadêmicos de medicina do 1º ao 12º períodos do curso de Medicina, UNIG Campus V - Itaperuna/RJ.

Fonte: elaboração própria (2018).

Ao observar os níveis de impacto da cefaleia na rotina dos estudantes, notou-se uma predominância dos níveis de impacto substancial e impacto muito severo nos períodos 5º (quinto) e 12º (décimo segundo).

Dentre a população de mulheres que participaram da pesquisa, ou seja, 162, cerca de 56% (91 mulheres), possuem cefaleia de impacto substancial ou impacto muito severo; e dos 114 integrantes de sexo masculino que participaram da pesquisa, apenas 27% (31 homens) apresentam cefaleia de impacto substancial ou impacto muito severo; revelando, assim, uma ampla primazia do sexo feminino sobre o sexo masculino.

Na análise do Inventário de Ansiedade de Beck, os integrantes da pesquisa se autoavaliaram de acordo com os sintomas de ansiedade, e foram classificados em um score de níveis de ansiedade em: “Mínimo” 121 (44%), “Leve” 86 (31%), “Moderado” 54 (19%) e “Grave” 15 (6%), tais dados podem ser observados abaixo, na Figura 2.

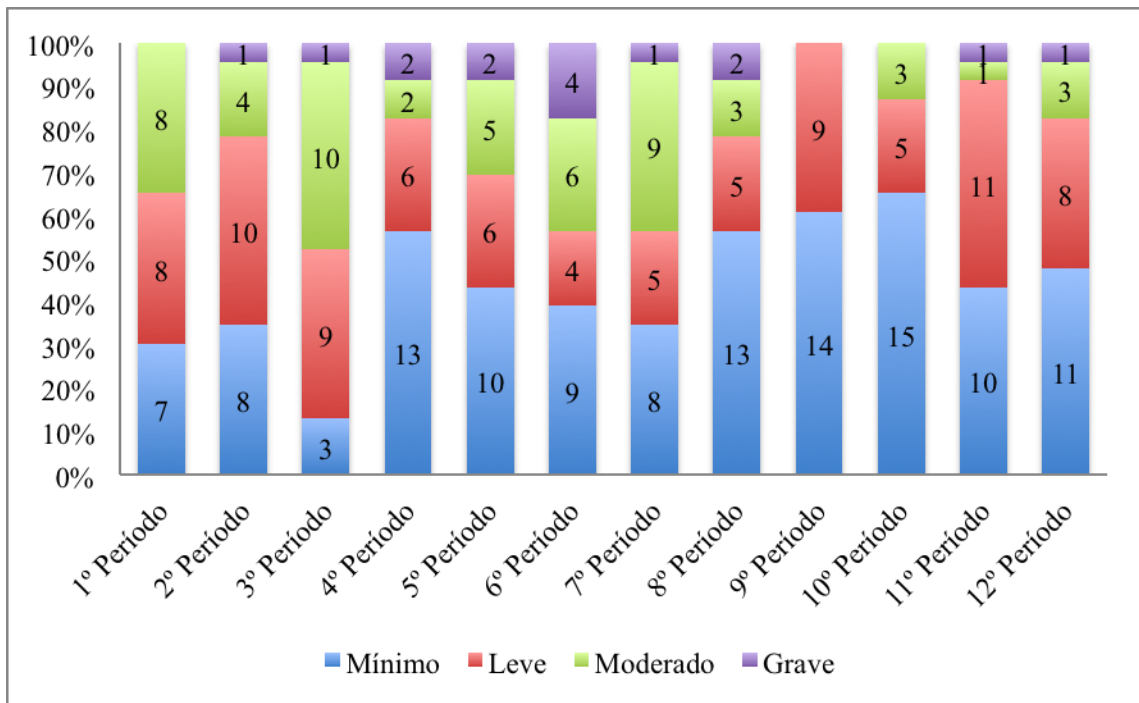


Figura 2: Resultado do Inventário de Ansiedade de Beck nos acadêmicos de medicina do 1º ao 12º períodos do curso de Medicina, UNIG Campus V - Itaperuna/RJ. Fonte: elaboração própria (2018).

No que diz respeito aos níveis de ansiedade nas diferentes fases do curso, os períodos 3º (terceiro), 6º (sexto) e 7º (sétimo) obtiveram maior prevalência de ansiedade moderada a grave.

Ao correlacionar a prevalência de cefaleia com "Impacto substancial" e "Impacto muito severo" e Ansiedade "Moderada" e "Grave" nos acadêmicos do 1º ao 12º períodos do curso de Medicina, foi notada uma maior porcentagem de indivíduos com cefaleia associada à ansiedade no 6º (sexto) e 7º (sétimo) períodos. No contexto geral, foi verificado que o percentual de associação de alunos com cefaleia (com "Impacto substancial" e "Impacto muito severo") e ansiedade foi substancialmente superior ao percentual de alunos sem tal associação, conforme pode ser analisado na Tabela 3 abaixo.

Tabela 3: Associação da prevalência de cefaleia com "Impacto substancial" e "Impacto muito severo" e Ansiedade "Moderada" e "Grave" nos acadêmicos do 1º ao 12º períodos do curso de Medicina, UNIG Campus V - Itaperuna/RJ.

<i>Período letivo</i>	Cefaleia com "Impacto substancial" e "Impacto muito severo"			Sem Cefaleia com "Impacto substancial" e "Impacto muito severo"		
	<i>N</i>	<i>Ansiedade "Moderada" e "Grave"</i>	<i>%</i>	<i>N</i>	<i>Ansiedade "Moderada" e "Grave"</i>	<i>%</i>
1º Período	12	6	50%	11	2	18%
2º Período	12	5	42%	11	0	0%
3º Período	12	7	58%	11	4	36%
4º Período	9	4	44%	14	0	0%
5º Período	13	6	46%	10	1	10%
6º Período	12	8	66%	11	2	18%
7º Período	8	6	75%	15	4	27%
8º Período	8	2	25%	15	3	20%
9º Período	8	0	0%	15	0	0%
10º Período	6	2	33%	17	1	6%
11º Período	9	1	11%	14	1	7%
12º Período	13	4	31%	10	0	0%
N- Total	122	51		154	18	

Fonte: elaboração própria (2018).

DISCUSSÃO

A prevalência de cefaleia encontrada no presente estudo foi de 44% (122 estudantes em um total de 276 participantes), com dominância de queixa entre as mulheres, totalizando 91 dentre os 122 analisados, ou seja, 74%, frente ao número de homens, 31 dentre os 122 avaliados, totalizando 26%. Fato este que corrobora com os dados também obtidos no estudo transversal de Santos et. al. (2010), realizado na Universidade do Sul de Santa Catarina – SC, com 377 pacientes, o qual evidenciou alta prevalência de cefaleia entre as mulheres 62,4%.

No estudo realizado por Pizzatto et. al. (2008), com 707 indivíduos, do mesmo modo demonstrou um predomínio de cefaleia entre as mulheres.

No presente estudo a prevalência da ansiedade “Moderada” e “Grave” foi de 69 indivíduos (25% da população total de 276 participantes). E desses 69

participantes, cerca de 78% (54 acadêmicos) eram do sexo feminino; ratificando os resultados também encontrados no estudo de Garcia et.al. (2007).

O estudo em questão apontou uma provável associação entre cefaleia e ansiedade, já que os acadêmicos classificados com cefaleia com "Impacto substancial" e "Impacto muito severo" apresentaram uma maior prevalência de Ansiedade "Moderada" e "Grave", quando comparados aos que não apresentavam cefaleia na classificação supracitada. Assim como no estudo de Pizzatto et. al. (2008), o qual demonstrou maior prevalência de cefaleia entre os ansiosos, além de Matta e Moreira Filho (2003), em estudo realizado no Serviço de Neurologia do Hospital Universitário Antônio Pedro-RJ, encontraram entre os portadores de cefaleia níveis elevados de ansiedade.

A aplicação de medidas preventivas através de um acompanhamento multidisciplinar, porém, mantendo um foco individualizado, transformaria de forma positiva a evolução, duração e intensidade da cefaleia e, conseqüentemente, poderia impactar de forma positiva no controle da ansiedade, resultando então em um melhor desempenho acadêmico. Sendo assim, o estudo se mostra relevante por apresentar um problema de saúde pública que necessita de um aprofundamento, visando-se garantir uma melhor qualidade de vida dos acadêmicos de Medicina.

CONCLUSÃO

Os resultados deste estudo demonstraram que houve uma prevalência: do sexo feminino, da faixa etária de 21 a 25 anos, do estado civil solteiro(a) e sem outra formação acadêmica anterior, dentre todos os participantes da pesquisa.

No contexto geral, foi verificado que o percentual de associação de alunos com cefaleia, com "Impacto substancial" e "Impacto muito severo", e ansiedade foi consideravelmente superior ao percentual de alunos sem tal associação.

Como práticas futuras sugere-se que haja um acompanhamento médico-psicológico dos sujeitos-atores de modo a minimizar a evolução, duração e intensidade da cefaleia, visando conseqüentemente impactar de forma positiva na qualidade de vida dos acadêmicos de medicina.

Dessarte, nessa perspectiva, almeja-se conjuntamente a criação de Cartilha e/ou Folhetos Informativos para distribuição no cenário da Universidade, bem como a realização de palestras e eventos multidisciplinares nesta Unidade. E, ainda,

divulgar os resultados emanados da investigação através de publicação em artigo científico e, oportunamente, em eventos acadêmico-científicos. Todos os meios de divulgação e informação supracitados são fundamentais para que seja realizado um diagnóstico e tratamento precoce dos transtornos de ansiedade e cefaleia, visando, assim, o encorajamento da busca por ajuda no surgimento do menor sintoma.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, V. ; RADOMILE, M. Ansiedade pré-operatória no Hospital Geral. **Revista virtual de psicologia hospitalar**, v. 2, n. 3, p. 45-50, 2006.

BRAGA, Polyana et. al. Ocorrência e prejuízos da cefaleia em estudantes universitárias de enfermagem. **Rev. Esc. Enferm. USP**, São Paulo, v. 46, n. 1, p. 138-144, 2012. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/reeusp/article/view/40929/44425>. Acesso em: 14 mai. 2018.

DIGRE, Kathleen. Cefaleias e outras dores de cabeça. In: GOLDMAN, Lee; SCHAFER, Andrew. **Cecil Medicina**. 24. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2014. p. 2605-2615.

FALAVIGNA, Asdrubal et. al. Prevalence and impact of headache in undergraduate students in Southern Brazil. **Arq Neuropsiquiatria**, Caxias do Sul, v. 68, n. 6, p. 873-877, 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/anp/v68n6/08.pdf>. Acesso em: 13 mai. 2018.

FERRI-DE-BARROS, João et. al. Headache among medical and psychology students. **Arq Neuropsiquiatria**, Caxias do Sul, v. 69, n. 3, p. 502-508, 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/anp/v69n3/a18v69n3.pdf>. Acesso em: 13 mai. 2018.

GARCIA, S. et. al. Comorbilidad en la migraña: depresión, ansiedad, estrés y transtornos del sueño. **Revista de Neurologia**. v. 45, n. 7, p. 400-405, 2007.

MARGIS, R. et. al. Relação entre estressores, estresse e ansiedade. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**. v. 25, n. 1, p. 65-74, 2003.

MATTA, A.; MOREIRA FILHO, P. Sintomas depressivos e ansiedade em pacientes com cefaleia do tipo tensional crônica e episódica. **Arquivos de Neuro-Psiquiatria**. v. 61, n. 4, p. 991-994, 2003.

PIZZATTO, M et. al. Cefaleia associada a indicadores de transtornos de ansiedade em uma população adulta da região Sul do Brasil: estudo de base populacional. **Revista da Sociedade Brasileira de Clínica Médica**. v. 6, n. 1, p. 15-20, 2008.

PRETO, Vivian; PEDRÃO, Luiz. O estresse entre enfermeiros que atuam em Unidade de Terapia Intensiva. **Revista Escola Enfermagem USP**. v. 43, n. 3, p.

841-848, 2009. Disponível em:

<http://www.producao.usp.br/bitstream/handle/BDPI/3130/art_PEDRAO_O_estresse_entre_enfermeiros_que_atuam_em_2009.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 21 jul. 2017.

SANTOS, Luciana et. al. Associação de cefaleia e ansiedade em estudantes de medicina de uma universidade do sul de Santa Catarina. **Revista da Associação Médica do Rio Grande do Sul**. v. 54, n. 3, p. 288-293, 2010.