



## **CEFALÉIA NA MULHER**

A cefaléia ou dor de cabeça na mulher deve ser tratada de forma especial.

A mulher passa por várias transformações no decorrer de sua vida, desde a menarca (primeira menstruação), gravidez e por fim a menopausa., podendo a cefaléia ser muitas vezes influenciada pelas alterações hormonais.

Nos estudos populacionais verificou-se que a cefaléia do tipo tensional é a mais comum, acometendo cerca de 78% da população, seguido da enxaqueca ou migraña em 16% dos casos.

A enxaqueca ocorre preferencialmente no sexo feminino, com uma proporção homem:mulher de 1:2-3. Esta diferença ainda não está muito bem esclarecida, mas acredita-se ser influenciada pelo hormônio feminino.

A prevalência maior da enxaqueca ocorre entre a 2<sup>o</sup> e 3<sup>o</sup> década de vida ou seja no período fértil da mulher. Após a menopausa existe diminuição na frequência das crises, podendo ser justificada pela redução dos hormônios femininos que ocorrem neste período. Na gravidez também ocorre na maioria das vezes diminuição das crises de enxaqueca.

O uso de anticoncepcionais hormonais pode ou não piorar a frequência das crises de enxaqueca. Cerca de 1/4 das mulheres que fazem uso desta medicação melhoram da enxaqueca, 1/4 pioram e 50% não há mudança na frequência ou intensidade das crises de dor. As mulheres com antecedente de acidente vascular cerebral (infarto cerebral ou popularmente denominado de derrame) e enxaqueca não devem fazer uso de anticoncepcional hormonal. Outros fatores que contra- indicam o uso de anticoncepcional são em mulheres com enxaqueca com aura (aura são sintomas geralmente visuais que precedem a dor de cabeça), mulheres com enxaqueca e que apresentem antecedentes de hipertensão arterial sistêmica, diabetes melitus e obesidade, devido ao risco o maior de infarto cerebral

Grande parte dos casos (cerca de 60 a 70%) de cefaléia nas mulheres que se encontram no período fértil estão relacionadas ao período menstrual. Se neste período as dores de cabeça preencherem os critérios para enxaqueca, podemos

denominar este tipo de dor de enxaqueca menstrual.

A enxaqueca pode se repetir com uma frequência variável, podendo ocorrer em crises episódicas ou se tornar crônica. Quando episódica o tratamento da crise com analgésicos específicos pode ser efetivo, mas quando a frequência aumenta e incomoda o paciente, interferindo na qualidade de vida, o tratamento preventivo está bem indicado. Embora a indicação do tratamento preventivo exista, ainda a minoria das pacientes recebem tratamento adequado (3-13%). Alguns fatores contribuem para que este tipo de dor seja subtratada, incluindo a falta de informação e conhecimento dos paciente sobre os tratamentos disponíveis e a falta de familiaridade de alguns médicos com o diagnóstico e tratamento preventivo com fármacos específicos. Nos casos de enxaqueca crônica que não respondem bem ao tratamento medicamentoso pode ser indicado o uso de toxina botulínica após uma avaliação criteriosa, na tentativa de melhora da frequência das dores. Em particular nas mulheres, fatores emocionais como stress, ansiedade, depressão podem também estar associados a um tipo de cefaléia denominada cefaléia tensional. Este tipo de dor costuma ser de menor intensidade e com duração de horas até 7 dias. Não chega a ser uma dor incapacitante, mas que pode incomodar e atrapalhar em certos aspectos nas atividades diárias.

Outros tipos de cefaléia menos frequentes podem acometer particularmente a mulher e somente o médico especialista poderá diagnosticar e tratar de forma correta os vários tipos de dor de cabeça. A auto-medicação, que muitas vezes se faz seguindo sugestões de um medicamento pelo balconista da farmácia ou ainda os conselhos dos amigos e parentes pode acarretar em um tratamento errado, levando muitas vezes a piora e cronicidade da cefaléia. Em outros casos o não diagnóstico precoce eventualmente de uma doença de maior gravidade pode retardar o seu tratamento.

As dores de cabeça quando diagnosticadas e tratadas de forma correta podem em muito melhorar a qualidade de vida e o impacto pessoal e profissional que ela pode exercer.