

Enxaqueca



ORGANIZADOR

Liga Acadêmica de
Anatomia Geral (LAAG)

COLABORADOR

Liga de Dor e Anestesiologia
(LDOR)

AUTORES

Isabella Reis
Isadora Marchesan
Rafaela Franco da Silva
Vinícius Von Zuben

**ACESSE NOSSAS
REFERÊNCIAS:**





O QUE É?

Enxaqueca, é um tipo de dor de cabeça (cefaleia) incapacitante, com base biológica e que acomete pessoas geneticamente predispostas.

Esse tipo de cefaleia primária pode ocorrer em qualquer idade, mas costuma se manifestar mais em adolescentes, adultos jovens e afeta mais as mulheres que os homens.



COMO FUNCIONA E O



QUE EU SINTO?

É uma doença multifatorial, sem causa exata definida, mas possui gatilhos como: **jejum prolongado; estresse; insônia; consumo de açúcar e bebidas alcoólicas em excesso; fumo; alterações hormonais.**

Sintomas:

- **Dor latejante e pulsátil;**
- **Náuseas; e vômitos;**
- **Hipersensibilidade à luz, aos sons, e a certos odores**
- **Irritabilidade;**
- **Depressão;**
- **Agitação.**



COMO CUIDAR?

O tratamento leva em consideração as características da dor e a frequência das crises. Para suprimir a dor o ideal são analgésicos específico, prescritos pelo médico. Dessa forma, a melhor opção é consultar a equipe das Unidades de Saúde ou um médico especialista. Entretanto, o melhor tratamento consiste em evitar novos episódios de enxaqueca.



PREVENÇÃO

Medidas que ajudam a diminuir a frequência e a intensidade das crises são:

Alimentação equilibrada

Sono regular

**Prática de exercícios físicos,
Redução do consumo diário de
caféina**

Controle dos níveis de estresse

Lembrando que a melhor prevenção é ter um acompanhamento regular nas Unidade de Saúde com profissionais da área.

