

# Os fatores associados à incidência da cefaleia em estudantes da educação superior em cursos da saúde: uma revisão sistemática

*Factors associated with the incidence of headache in higher education students in health-related courses: a systematic review*

Lívia Guerreiro de Barros Bentes<sup>1</sup> , Rafael Silva Lemos<sup>1</sup> , Ricardo Moreira Barreto<sup>1</sup> , Rainara Ferreira Carvalho<sup>1</sup> ,  
Caio Vinícius Botelho Brito<sup>1</sup> 

**Resumo** **Objetivo:** Realizar uma revisão sistemática sobre a incidência da cefaleia em estudantes do ensino superior dos cursos das áreas da saúde entre os anos de 2016-2019 na literatura. **Método:** A pesquisa foi realizada nas bases de dados SciELO, Lilacs e PubMed; os descritores usados foram: cefaleia e estudantes, nas bases SciELO e Lilacs, e students e headache na base PubMed. Os filtros utilizados foram: nível de ensino superior em cursos da área da saúde e pesquisas, em português e inglês, publicados no ano 2016 até junho de 2019. **Resultados:** 861 artigos foram analisados ao total nas bases de dados selecionadas, porém, ao final da seleção, apenas 12 artigos estavam adequados para a descrição. Nesse sentido, desses 12 artigos selecionados, todos são estudos transversais quantitativos, nos quais 11 utilizaram questionários e apenas um realizou entrevistas; 75% trataram de cefaleia em estudantes de Medicina especificamente. Analisando as pesquisas, dois artigos divergiram do restante ao afirmar uma baixa prevalência de cefaleia em estudantes da área da saúde, entretanto, um desses artigos identificou alta prevalência de cefaleia em estudantes da área da saúde brasileiros, especificamente. **Conclusão:** Verificou-se que a maior prevalência de cefaleia entre os estudantes do ensino superior está dentre os estudantes dos cursos de saúde, principalmente no curso de Medicina. Além disso, o sexo mais afetado por cefaleia e estresse foi o feminino; sendo importante ressaltar que vários estudantes recorriam a métodos farmacêuticos.

**Descritores:** cefaleia; estudantes; saúde pública.

**Summary Purpose:** To perform a systematic review on headache incidence of the students of higher education in health-related courses between 2016 and 2019 in literature. **Methods:** The search was carried out on SciELO, Lilacs and PubMed databases; the descriptors used were headache and students (in Portuguese), on SciELO and Lilacs, and students and headache (in English) on PubMed. The filters used were higher education level in health-related courses and researches, in Portuguese and English, published from 2016 to June 2019. **Results:** 861 articles were analyzed in total; however, at the end of selection, only 12 articles were available to achieve the objective. All articles are quantitative cross-sectional studies, in which 11 use questionnaires and only 1 uses interview; 75% address to headache specifically in medical students. Analyzing the researches, two articles differed from the rest, stating a low prevalence of headache in students of the health area; nevertheless, one of these articles identified a high prevalence of headache in students in the Brazilian health area. **Conclusion:** It was concluded that the highest prevalence of headache amidst students in higher education is among students in health-related courses, especially in Medical School. In addition, females are the most affected sex by headache and stress. It is important to highlight that several students resorted to pharmaceutical methods.

**Keywords:** headache; students; public health.

<sup>1</sup>Universidade do Estado do Pará – UEPA, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Belém, PA, Brasil

Fonte de financiamento: Nenhuma.

Conflito de interesses: Os autores declaram não haver conflito de interesse.

Recebido: Abril 13, 2020

Aceito: Junho 01, 2020

Trabalho realizado na Universidade do Estado do Pará – UEPA, Belém, PA, Brasil.

 Copyright Bentes et al. Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença [Creative Commons Attribution](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

## Introdução

A cefaleia é uma das queixas mais recorrentes na sociedade, possuindo descrição de sintomas desde 400 D.C., com Hipócrates. Nesse contexto, a cefaleia é dividida em dois grupos: cefaleia primária, que não possui causas definidas, e cefaleia secundária, que se deve a razões como neuropatias e doenças psiquiátricas – sendo de suma importância o diagnóstico correto ao diferenciar esses dois grupos, devido às diferenças no tratamento e gravidade<sup>1,2</sup>. Ademais, um subgrupo de cefaleia primária, a enxaqueca, é conhecida como a terceira desordem mundial mais prevalente de acordo com a Pesquisa Global de Encargos e Doenças de 2010 e como a sétima maior causa debilitante no mundo<sup>1,3</sup>.

Seguindo essa análise, a entrada na universidade é um marco de grandes mudanças na vida de um indivíduo. Entretanto, nesse período, diversos fatores que contribuem para a debilitação mental dos estudantes se desenvolvem como, por exemplo, sobrecarga, estresse, irritabilidade e depressão, os quais são predominantes no aparecimento de comorbidades como a cefaleia<sup>1,3</sup>. Dessa maneira, estudos prévios constataram que o surgimento ou piora dessa condição estava diretamente relacionado com o ingresso dos estudantes na universidade, resultando na piora da produtividade em seus afazeres acadêmicos<sup>4</sup>.

Ademais, os acadêmicos da área da saúde são altamente acometidos por estresse e problemas psicológicos devido à elevada exigência da sociedade, autocobrança e dedicação excessiva em relação ao desempenho acadêmico, insegurança e convivência com situações de sofrimento alheio sem o preparo adequado<sup>5,6</sup>. Sobre isso, por ser considerado um dos cursos mais difíceis, os estudantes de Medicina, sobretudo, apresentam-se como destaque no desenvolvimento de situações emocionais e físicas que podem desencadear a cefaleia, bem como os demais estudantes de cursos da saúde<sup>7</sup>.

Assim, o objetivo do presente estudo foi realizar uma revisão sistemática sobre a incidência da cefaleia em estudantes do ensino superior dos cursos das áreas da saúde entre os anos de 2016-2019 na literatura, analisando as causas mais comuns, os cursos e o perfil dos estudantes mais afetados pela cefaleia.

## Método

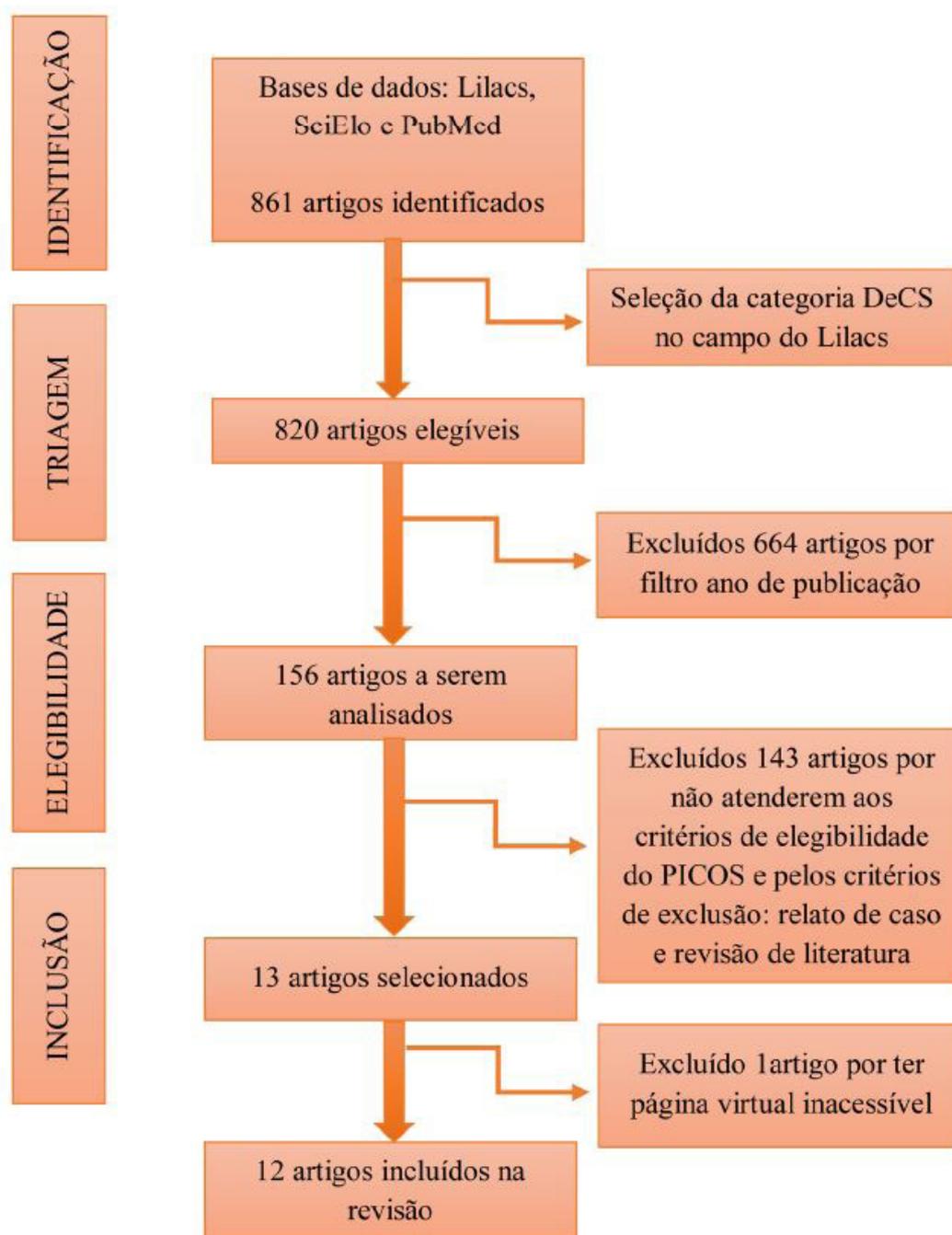
Foram selecionados os descritores em português “cefaleia” e “estudantes” e em inglês “headache” e “students” a partir da lista de Descritores em Ciências da Saúde (DeCs) e Medical Subject Headings (MeSH) como estratégia para a busca de artigos. A combinação entre operadores booleanos (*cefaleia AND estudantes*) e em inglês (*headache AND students*) foram aplicadas nas bases de dados Lilacs (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), PubMed (US National Library of Medicine National Institutes of Health) e SciELO (Scientific Electronic Library Online). Para o Lilacs e o SciELO, os descritores foram pesquisados em português, já para o PubMed foi utilizado o inglês.

Os critérios de inclusão foram artigos publicados entre 1 de janeiro de 2016 e 1 de junho de 2019 em português e inglês, que estivessem de acordo com o tema da revisão, conforme a categorização da Agency for Healthcare Research and Quality (AHRQ) de 2016<sup>8</sup>. Assim, na busca filtrou-se artigos até o nível 4 de força de evidência, ou seja, incluindo metanálises de múltiplos estudos controlados, projetos individuais com desenho experimental, estudos de coorte, caso-controle e quase experimentais e estudos com desenho não experimental. Além disso, a revisão segue a proposta do PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses, 2009) e os critérios de elegibilidade do PICOS (participantes, intervenção, comparação, resultados e desenho de estudo)<sup>9</sup>, a partir da pergunta norteadora: “Como se caracteriza a incidência de cefaleia entre estudantes do nível superior de cursos da Saúde?”. A pesquisa também foi submetida e realizada conforme os padrões da plataforma PROSPERO (International prospective register of systematic reviews).

Foram excluídos relatos de caso — nível 5 de força de evidência —, artigos que se repetiam nas bases de dados e aqueles que não abordavam o tema de forma satisfatória ou publicados fora do período selecionado. Ademais, os artigos foram analisados independentemente por 3 autores a fim de obter maior segurança na seleção.

## Resultados

Na base de dados SciELO, a busca de acordo com os descritores e operadores booleanos resultou em 19 artigos encontrados, conforme esquematizado na Figura 1. Contudo, após a aplicação do filtro “ano de publicação” — em que foram selecionados os anos de 2016, 2017, 2018 e 2019 conforme estabelecido nos



**Figura 1.** Fluxograma da pesquisa: identificação, triagem, elegibilidade e inclusão dos artigos científicos na revisão sistemática, conforme PRISMA (2009).

métodos — o número de artigos foi reduzido a 3, dentre os quais 2 foram utilizados, pois 1 não respondia à pergunta norteadora.

No PubMed, a busca inicial resultou em 801 artigos, reduzidos a 153 após a triagem por aplicação do filtro data. Entretanto, apenas 11 artigos atenderam aos critérios de elegibilidade do PICOS estabelecidos<sup>2</sup>. Não foram incluídos relatos de caso e revisões de literatura. Ademais, 1 artigo encontrou-se ineleável, por ter sua página virtual inacessível. Portanto, a seleção final na base de dados designou 10 artigos.

Embora o Lilacs apresente 41 resultados para “cefaleia” e “estudantes” no campo “palavras”, não foi encontrado nenhum artigo no campo “categoria DeCS”. Dessa forma, ao fim da busca, 12 artigos respondiam à questão norteadora e foram analisados para fins de resultados e discussão.

Nesse estudo foram, após a filtração, selecionados 12 artigos (Tabelas 1 e 2) acerca da presença de cefaleia em estudantes do ensino superior e os fatores relacionados a ela. Todos os estudos eram transversais quantitativos (100%) entre os níveis 1, 2 ou 3 de evidência científica. Além disso, todos usaram questionários

**Tabela 1.** Artigos selecionados para inclusão na revisão sistemática: ano, país e autores

Ano	Título	País	Autores
2019	Migraine, tension-type headache, and depression among Saudi female students in Taif University	Egito	Desouky et al. <sup>10</sup>
2018	Migraine attacks among medical students in Soochow University, Southeast China: a cross-sectional study	China	Gu et al. <sup>11</sup>
2018	Prevalence of primary headache among medical students at King Saud bin Abdulaziz University for Health Sciences, Riyadh	Arábia Saudita	Almesned et al. <sup>12</sup>
2018	Effects of physical therapy and relaxation techniques on the parameters of pain in university students with tension-type headache: A randomised controlled clinical trial	Espanha	Álvarez-Melcón et al. <sup>13</sup>
2017	Estresse em Estudantes de Cursos Preparatórios e de Graduação em Medicina	Brasil	Santos et al. <sup>7</sup>
2017	Prevalence, predictors and triggers of migraine headache among medical students and interns in King Abdulaziz University, Jeddah, Saudi Arabia	Arábia Saudita	Ibrahim et al. <sup>14</sup>
2016	Impact of headaches on university students in Durban, South Africa	África do Sul	Basdav et al. <sup>15</sup>
2016	Frequency, character and predisposing factor of headache among students of medical college of Karachi	Paquistão	Noor et al. <sup>16</sup>
2016	Prevalence of Irritable Bowel Syndrome (IBS), Migraine and Co-Existing IBS-Migraine in Medical Students	Bangladesh	Perveen et al. <sup>17</sup>
2016	Qualidade do sono e cronotipo de estudantes de enfermagem	Brasil	Santos et al. <sup>18</sup>
2016	Health-related quality of life of medical students in a Brazilian student loan programme	Brasil	Lins et al. <sup>19</sup>
2016	Management of headache and associated factors among undergraduate medicine and health science students of University of Gondar, North West Ethiopia	Etiópia	Birru et al. <sup>20</sup>

**Tabela 2.** Artigos selecionados para inclusão na revisão sistemática: população estudada, intervenção e variáveis e resultados

Título	População estudada	Intervenção e variáveis	Resultados
Migraine, tension-type headache, and depression among Saudi female students in Taif University <sup>10</sup>	Estudantes do sexo feminino no Ensino Superior	Questionário que reuniu informações sobre idade, tipo de faculdade, estado civil e grau de escolaridade. Para avaliar a prevalência de diferentes tipos de cefaleia foi utilizado o ID Migraine™.	A idade média dos participantes foi de 21.17 ± 2.2 anos. A maioria apresentou enxaqueca tensional ou cefaleia e como gatilho o estresse ou ansiedade. O paracetamol foi o fármaco mais utilizado. Estudantes mais avançados apresentaram maior prevalência de cefaleia.
Migraine attacks among medical students in Soochow University, Southeast China: a cross-sectional study <sup>11</sup>	Estudantes de Medicina do Ensino Superior	Foi aplicado um questionário que coletou informações sociodemográficas e o teste de triagem ID Migraine™, seguido da avaliação das características da enxaqueca, incluindo tempo de início, frequência, duração e intensidade.	A idade média dos participantes foi de 22.42 ± 2.98 anos. A prevalência geral de enxaqueca foi de 7,91%, sendo 4,64% no sexo masculino e 9,84% no sexo feminino. Alunos com histórico familiar positivo eram mais propensos a sofrer enxaqueca. Estresse, falta de sono e alteração do tempo de sono foram os três principais fatores desencadeantes entre os estudantes.
Prevalence of primary headache among medical students at King Saud bin Abdulaziz University for Health Sciences, Riyadh <sup>12</sup>	Estudantes de Medicina do Ensino Superior	Este estudo foi realizado usando o Headache Intake Questionnaire para realizar o diagnóstico da cefaleia. Informações sociodemográficas também foram coletadas.	A idade média dos participantes foi de 23.15 anos. A prevalência de cefaleia foi de 53,78% e de cefaleia tensional foi de 41,66%. A prevalência de enxaqueca foi de 7,1%. Aqueles que não se enquadravam nos critérios para os tipos primários foram categorizados como cefaleia não especificada, cuja prevalência foi de 3,78%.

Tabela 2. Continuação...

Título	População estudada	Intervenção e variáveis	Resultados
Effects of physical therapy and relaxation techniques on the parameters of pain in university students with tension-type headache: a randomised controlled clinical trial <sup>13</sup>	Estudantes do Ensino Superior com diagnóstico de cefaleia	O grupo controle foi treinado para praticar uma técnica de relaxamento. O grupo experimental aprendeu, além disso, exercícios e orientações. Os participantes registraram diariamente a frequência, duração, intensidade da cefaleia e uso de analgésicos.	A idade média dos participantes foi de 20.42 ± 2.36 anos. Ambas intervenções alcançaram uma diminuição em todos os parâmetros de dor; no entanto, diminuições na frequência e intensidade foram mais significativas no grupo de tratamento combinado de massagem, treinamento autogênico e correção de postura.
Estresse em Estudantes de Cursos Preparatórios e de Graduação em Medicina <sup>7</sup>	Estudantes de pré-vestibular e estudantes de Medicina do Ensino Superior	Foram analisadas a idade, gênero, renda familiar, tempo de curso pré-vestibular, semestre e presença de comorbidades. Para avaliar o estresse, foi utilizado o Inventário de Sintomas de Estresse para Adultos de Lipp (ISSL).	A idade média para estudantes de pré-vestibular foi 19,4 ± 2,4 e para estudantes de Medicina foi 23,5 ± 3,4 anos. Verificou-se que estudantes pré-vestibulares do sexo feminino apresentavam cefaleia a longo prazo. O estresse entre esse grupo foi significativamente maior que em estudantes de medicina.
Prevalence, predictors and triggers of migraine headache among medical students and interns in King Abdulaziz University, Jeddah, Saudi Arabia <sup>14</sup>	Estudantes de Medicina do Ensino Superior	Foi utilizado o teste ID Migraine™ e avaliação sobre enxaqueca e idade, frequência, duração dos ataques, sintomas associados e gatilhos. Foram analisadas variáveis como gênero, idade, ano acadêmico, estado civil, história familiar de enxaqueca, tabagismo e horas de estudo.	A idade média dos participantes foi de 21.5 ± 1.6 anos. Mais da metade dos participantes teve ≥ 2 ataques de cefaleia durante os três meses anteriores ao estudo. Os principais preditores foram Distúrbios Gastrointestinais Funcionais, histórico familiar de enxaqueca, sexo feminino e matrícula no segundo ano acadêmico. A maioria dos estudantes relataram que a cefaleia influenciava negativamente no desempenho.
Impact of headaches on university students in Durban, South Africa <sup>15</sup>	Estudantes do Ensino Superior	Foi aplicado um questionário sobre dores de cabeça primárias e seu impacto na vida acadêmica, social, emocional e familiar dos estudantes. Para a avaliação sociodemográfica, as variáveis foram idade, sexo, grupo étnico e tabagismo.	A idade média dos participantes foi de 21 ± 3.08 anos. Fatores como o fumo e o uso de bebidas energéticas agravaram a cefaleia. Além disso, a cefaleia promoveu o negligenciamento do lazer, a piora do bem-estar emocional e padrões de sono alterados, assim, aumentando o estresse.
Frequency, character and predisposing factor of headache among students of medical college of Karachi <sup>16</sup>	Estudantes de Medicina do Ensino Superior	Questionário sobre dados sociodemográficos, padrão de cefaleia, fatores associados, histórico familiar, doença prévia, relação com estudos e manejo. A International Classification of Headache Disorder (ICHD) para TTH e enxaqueca foi utilizada.	A idade média dos participantes foi de 20.64 ± 1.68 anos. A cefaleia foi mais frequente em mulheres (6:1). As dores foram relacionadas ao sono perturbado e fatores que impactavam a vida cotidiana, associando-se a evitar amigos e familiares, atividades extracurriculares e lazer. Além disso, 96,9% dos estudantes se automedicava.
Prevalence of Irritable Bowel Syndrome (IBS), Migraine and Co-Existing IBS-Migraine in Medical Students <sup>17</sup>	Estudantes de Medicina do Ensino Superior	O questionário incluiu dados sociodemográficos e os tipos e características da cefaleia dos alunos. O diagnóstico de enxaqueca foi realizado de acordo com os critérios do IHS. Para o diagnóstico de IBS, incluiu-se um questionário sobre sintomas intestinais.	A idade média dos participantes foi de 21.09 ± 2.24 anos. Entre os 75% de estudantes com cefaleia, 17% foram diagnosticados com enxaqueca, sendo a maioria do sexo feminino. Os gatilhos mais comuns foram estresse, falta de sono e eventos da vida cotidiana, sendo que 23% dos indivíduos com enxaqueca apresentaram incapacidade de realização de atividades.

Tabela 2. Continuação...

Título	População estudada	Intervenção e variáveis	Resultados
Qualidade do sono e cronotipo de estudantes de enfermagem <sup>18</sup>	Estudantes de Enfermagem do Ensino Superior	Análise do sexo, idade, estado civil, filhos, atividades, saúde, horários de trabalho e de estudo. Foram usados o Índice de Qualidade de Sono de Pittsburgh e o Questionário de Identificação de Indivíduos Matutinos e Vespertinos.	A idade média dos participantes foi de 24,97 ±6,82 anos. A maioria dos estudantes foi identificada com preferência de cronotipo indiferente e com qualidade de sono ruim. Houve associação entre ser estudante e trabalhar com os sintomas de má digestão, cefaleia, sonolência diurna e insônia.
Health-related quality of life of medical students in a Brazilian student loan programme <sup>19</sup>	Estudantes de Medicina do Ensino Superior	O teste Short Form Health Survey foi usado para investigar o funcionamento físico, limitações de função, dores corporais, percepções gerais de saúde, vitalidade, funcionamento social, problemas emocionais e saúde mental.	A idade média dos participantes foi de 19 ± 2,5. Os alunos apoiados pelo programa de empréstimos apresentaram pontuações médias sistematicamente inferiores nos componentes físico e mental, após a estratificação por idade, sexo, ano escolar, atividade física, sonolência, cefaleia e fatores socioeconômicos.
Management of headache and associated factors among undergraduate medicine and health science students of University of Gondar, North West Ethiopia <sup>20</sup>	Estudantes de Medicina e de Ciências da Saúde no Ensino Superior	Questionário que avalia fatores sociodemográficos, presença de cefaleia, número de episódios por período de tempo e impacto na atividade diária, fatores desencadeantes e experiência no tratamento da cefaleia.	A idade média dos participantes foi de 21 ±1.61. A prevalência de cefaleia foi significativa nas mulheres, estudantes com histórico familiar de cefaleia e tempo de férias inadequado. O uso de analgésicos foi de 72,45%. A maioria dos estudantes com enxaqueca e cefaleia tensional relatou usar paracetamol.

para a realização da pesquisa, porém um dos estudos também contou com entrevistas com a população pesquisada. A maioria dos estudos tratou da prevalência de cefaleia em estudantes de Medicina (75%).

Foram utilizados 3 estudos nacionais (25%) e 9 internacionais (75%), entre eles, 3 da Arábia Saudita (25%), um da China (8,33%), um da Espanha (8,33%), um da Etiópia (8,33%), um da África do Sul (8,33%), um do Paquistão (8,33%) e um de Bangladesh (8,33%). Sendo que, desses estudos, apenas um estava na língua portuguesa (8,33%) e os outros 11 estavam na língua inglesa (91,66%).

## Discussão

Com efeito, sabe-se que o estresse, somado a outras causas, é um dos grandes males do século XXI e sua incidência tem aumentando na população mundial, principalmente entre os grupos de jovens do ensino superior. Devido a isso, a incidência da cefaleia entre os estudantes universitários da área da saúde torna-se elevada, sobretudo, nos estudantes de Medicina, os quais foram maioria quando comparados a estudantes de outros cursos do ensino superior<sup>9,11,12</sup>.

Sobre isso, foi verificado cerca de 2,4% a até 48% de prevalência de cefaleia entre estudantes de Medicina, quando comparado a outros cursos, sendo que esse número varia de acordo com o país e universidade em que o estudo foi realizado<sup>7,8</sup>. Além disso, os estudantes de Medicina são entendidos como um grupo especial de universitários que, além das obrigações naturais de um curso do ensino superior, possuem maior responsabilidade, rigidez quanto a sua formação, grande carga horária, carga de estudos pesada, e exigências profissionais e atividades complementares<sup>11,12,15,16</sup>.

Um ponto importante a se notar é que, muitas vezes, antes mesmo de entrar na faculdade os estudantes já sofrem de cefaleia, o que tende a continuar após a entrada no ensino superior. No estudo de Santos et al.<sup>7</sup>, além de avaliar o estresse e cefaleia entre estudantes de Medicina, foram realizadas pesquisas com estudantes pré-vestibulares, nas quais foi verificado uma prevalência até mesmo maior do que nos estudantes de Medicina desse estudo, com idades de 18 à 26 anos, sendo que uma das conclusões da pesquisa foi o que a maioria dos estudantes com cefaleia eram do sexo feminino.

Nesse sentido, grande parte dos estudos buscou verificar as causas da ocorrência de cefaleia entre os estudantes, estando entre elas: o estresse alto, devido a obrigações e responsabilidades do curso<sup>9,11</sup>; sono irregular e sonolência diurna, que ocorre devido à insônia e aos estudantes estudarem ou realizarem atividades relacionadas ao curso durante a madrugada<sup>10,13,14</sup>; altos níveis de ansiedade, principalmente em períodos que antecedem provas e avaliações; a presença de depressão, que está relacionada a diversos fatores, tanto psicológicos quanto interpessoais<sup>17,18</sup>; fofobia e dificuldades de concentração. Apesar disso, houve dois estudos que relataram baixa prevalência de cefaleia entre os estudantes em certos países<sup>10</sup> e, em um deles, foi relatado uma alta prevalência de cefaleia em estudantes brasileiros<sup>17</sup>.

Vale ressaltar, ainda, que vários estudos apontaram que o maior nível de estresse e a presença de cefaleia estão nos estudantes de cursos da saúde, principalmente de Medicina, nos primeiros e últimos semestres desses cursos. Isso ocorre pois nos primeiros anos há um processo de adaptação longo e estressante, com estressores específicos, como o sistema de avaliação, as pressões sobre prazos, as dificuldades financeiras (principalmente em universidades privadas), a solidão, a rotina maçante de memorização de matérias e a dependência prolongada dos pais. Assim como nos últimos semestres do curso, em que o estudante deve escolher qual especialização seguir, qual residência realizar e estudar para a prova correspondente, além de escrever o seu trabalho de conclusão de curso<sup>9,15,18</sup>. Enquanto que, nos semestres que se encontram no meio do curso, a prevalência da cefaleia tende a ser menor do que nos semestres iniciais e finais, devido à adaptação do estudante às dificuldades supracitadas<sup>16,19,20</sup>.

Atualmente, sabe-se que grande parte das mulheres estão suscetíveis a possuir maior nível de estresse, como já foi citado anteriormente, assim, Santos et al.<sup>7</sup>, Gu et al.<sup>11</sup>, Noor et al.<sup>16</sup> constataram que esse grupo sofre de cefaleia, estresse e exaustão mais frequentemente que o sexo oposto. Em contrapartida, os estudantes do sexo masculino apresentavam baixos valores e incidência de estresse e cefaleia ou em estado inicial dessas enfermidades, quando comparados aos estudantes do sexo feminino. Além disso, os estudos apontaram que os maiores fatores que levariam as mulheres a sofrerem mais frequentemente com cefaleia, estresse e exaustão seriam: fatores hormonais, principalmente durante o período que antecede a menstruação; pressão social, justificado pela tradição conservadora e machista de muitos países nos quais os estudos foram realizados, o que contribui para o medo e ansiedade dessas estudantes; exigências familiares e caseiras, devido à tradição dos países; além de influências hormonais devido ao ciclo menstrual<sup>14</sup>.

Em outros estudos, também foi constatada a elevada realização de automedicação pelos estudantes. Sobre isso, a maioria dos que tinham dores de cabeça há, pelo menos, 12 meses (77,59%) utilizavam medicamentos analgésicos para esse fim, sendo a droga mais utilizada o Paracetamol. Enquanto isso, os que não faziam uso de medicamentos para tal fim recorriam a remédios caseiros e tratamentos alternativos, como o uso chás de especiarias, banhos quentes, massagens, exercícios físicos e realização de atividades que diminuíssem o estresse, assim como outras alternativas que variam de acordo com a cultura e o país<sup>7,9-11</sup>.

As limitações desse estudo estão relacionadas à complexidade do assunto, existindo poucas dissonâncias em relação aos resultados, e à falta de um questionário padrão, o que dificulta a comparação dos artigos selecionados entre si. Vale ressaltar, ainda, que o assunto em questão é pouco comentado, principalmente em território nacional, o que pode gerar viés, uma vez que os estudos são de diferentes nacionalidades com diversas culturas. Dessa forma, são necessárias mais discussões sobre o assunto em questão e, para os futuros estudos, recomenda-se a utilização de trabalhos acerca de um mesmo país ou região para que a comparação de dados seja mais formidável.

## Conclusão

A cefaleia é uma queixa multicausal que afeta grande parte dos estudantes de ensino superior na área da saúde. Após a análise dos estudos selecionados, foi concluído que a maior prevalência de cefaleia em estudantes do ensino superior está dentre os estudantes do curso de saúde, sobretudo no curso de Medicina, com idade média de 18 a 26 anos. Sobre isso, dentre os fatores mais comuns relacionados à cefaleia estavam: insônia, estresse, ansiedade, pressão social e cultural, alta carga de estudos, depressão, muitas atividades complementares e autocobrança. Além disso, o sexo mais afetado pela cefaleia foi o feminino, devido a fatores culturais e hormonais. É importante ressaltar, também, que vários estudantes relataram recorrer a métodos farmacêuticos para lidar com a cefaleia constante.

## Referências

1. Rizzoli P, Mullally WJ. Headache. *Am J Med.* 2018;131(1):17-24. <http://dx.doi.org/10.1016/j.amjmed.2017.09.005>. PMID:28939471.
2. Moraes e Silva M, Schultze ACB, Cavalheiro BP, Meyer LF, Fronchetti JA, Mercer PBS, et al. Profile and generalist physician knowledge about neurology in emergency department: headache management. *Arq Neuropsiquiatr.* 2020;78(1):44-9. <http://dx.doi.org/10.1590/0004-282x20190198>. PMID:32074193.
3. Feijó DH, Mainardi CR, Valente AL, Yamaki VN, Teixeira RKC, Silva JAC. Dilemas e frustrações do estudante de medicina: estudo transversal. *PM R.* 2018;1(3). <http://dx.doi.org/10.4322/prmj.2017.026>.
4. Pessigatti BP, Rodrigues APC, Aguiar PV, Dias FM. Aspectos biopsicossociais da saúde de estudantes e funcionários de uma instituição de ensino superior portadores de cefaleia. *BrJP.* 2020;3(1):19-24.
5. Reis CC, Malcher SAO. Avaliação do estresse ocupacional em agentes comunitários de saúde de uma estratégia saúde da família. *PM R.* 2018;1(2). <http://dx.doi.org/10.4322/prmj.2017.014>.
6. Pereira GA, Capanema HXM, Silva MMQ, Garcia IL, Petroianu A. Prevalência de síndromes funcionais em estudantes e residentes de Medicina. *Rev Bras Educ Med.* 2015;39(3):395-400. <http://dx.doi.org/10.1590/1981-52712015v39n3e00022014>.
7. Santos FS, Maia CRC, Faedo FC, Gomes GPC, Nunes ME, Oliveira MVM. Estresse em estudantes de cursos preparatórios e de graduação em Medicina. *Rev Bras Educ Med.* 2017;41(2):194-200. <http://dx.doi.org/10.1590/1981-52712015v41n2rb20150047>.
8. Clair JS. A new model of tracheostomy care: closing the research–practice gap. In: Henriksen K, Battles JB, Marks ES, Lewin D. *Advances in patient safety: from research to implementation* (Vol. 3: Implementation Issues). Rockville (MD): Agency for Healthcare Research and Quality; 2005.
9. Moher D, Liberati A, Tetzlaff J, Altman DG, PRISMA Group. Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *PLoS Med.* 2009;6(7):e1000097. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>. PMID:19621072.
10. Desouky DE, Zaid HA, Taha AA. Migraine, tension-type headache, and depression among Saudi female students in Taif University. *J Egypt Public Health Assoc.* 2019;94(1):7. <http://dx.doi.org/10.1186/s42506-019-0008-7>. PMID:30774147.
11. Gu X, Xie Y. Migraine attacks among medical students in Soochow University, Southeast China: a cross-sectional study. *J Pain Res.* 2018;11:771-81. <http://dx.doi.org/10.2147/JPR.S156227>. PMID:29695929.
12. Moraes e Silva M, Schultze ACB, Cavalheiro BP, Meyer LF, Fronchetti JA, Mercer PBS, et al. Prevalence of primary headache among medical students at King Saud bin Abdulaziz University for Health Sciences, Riyadh, Saudi Arabia. *J Family Med Prim Care.* 2018;7(6):1193-6. [http://dx.doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc\\_240\\_18](http://dx.doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_240_18). PMID:30613496.
13. Álvarez-Melcón AC, Valero-Alcaide R, Atín-Arratibel MA, Melcón-Álvarez A, Beneit-Montesinos JV. Effects of physical therapy and relaxation techniques on the parameters of pain in university students with tension type headache: a randomised controlled clinical trial. *Neurologia.* 2018;33(4):233-43. PMID:27491303.
14. Ibrahim NK, Aloitabi AK, Alhazmi A, Alshehri R, Saimaldhr R, Murad M. Prevalence, predictors and triggers of migraine headache among medical students and interns in King Abdulaziz University, Jeddah, Saudi Arabia. *Pak J Med Sci.* 2017;33(2):270-5. <http://dx.doi.org/10.12669/pjms.332.12139>. PMID:28523020.
15. Basdav J, Haffejee F, Puckree T. Impact of headaches on university students in Durban, South Africa. *Springerplus.* 2016;5(1):1679. <http://dx.doi.org/10.1186/s40064-016-3372-1>. PMID:27733981.
16. Noor T, Sajjad A, Asma A. Frequency, character and predisposing factor of headache among students of medical college of Karachi. *J Pak Med Assoc.* 2016;66(2):159-64. PMID:26819160.
17. Perveen I, Parvin R, Saha M, Bari MS, Huda MN, Ghosh MK. Prevalence of Irritable Bowel Syndrome (IBS), migraine and co-existing ibs-migraine in medical students. *J Clin Diagn Res.* 2016;10(11):9-13. <http://dx.doi.org/10.7860/JCDR/2016/20900.8832>.
18. Santos TCMM, Martino MMF, Sonati JG, Faria AL, Nascimento EFA. Qualidade do sono e cronotipo de estudantes de enfermagem. *Acta Paul Enferm.* 2016;29(6):658-63. <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0194201600092>.
19. Lins L, Carvalho FM, Menezes MS, Porto-Silva L, Damasceno H. Health-related quality of life of medical students in a Brazilian student loan programme. *Perspect Med Educ.* 2016;5(4):197-204. <http://dx.doi.org/10.1007/s40037-016-0283-3>. PMID:27438057.
20. Birru EM, Abay Z, Abdelwuhab M, Basazn A, Sirak B, Teni FS. Management of headache and associated factors among undergraduate medicine and health science students of University of Gondar, North West Ethiopia. *J Headache Pain.* 2016;17(1):56. <http://dx.doi.org/10.1186/s10194-016-0647-4>. PMID:27216280.

---

### Autor correspondente

Lívia Guerreiro de Barros Bentes  
Universidade do Estado do Pará – UEPA  
Av. José Bonifácio, 2198  
CEP 66065-108, Belém, PA, Brasil  
Tel.: (91) 98233-7432  
E-mail: livia.guerreiro77@gmail.com

**Informação sobre os autores**

LGBB, RSL, RMB e RFC são acadêmicos de medicina da Universidade do Estado do Pará (UEPA).  
CVBB é mestre em cirurgia e pesquisa experimental pela Universidade do Estado do Pará (UEPA).

**Contribuição dos autores**

LGBB, RMB e RFC foram responsáveis por coletar e analisar os artigos para a pesquisa; LGBB, RSL, RMB e RFC foram responsáveis por planejar e escrever o artigo; CVBB foi responsável pela revisão e aprovação final do estudo.

---

Todos os autores leram e aprovaram a versão final submetida ao Pará Research Medical Journal.