

As diferenças entre enxaqueca e dor de cabeça

Ataques de dor, junto com náuseas e vômitos e pela sensibilidade a luz, cheiros e sons são os diferenciais para a doença

A enxaqueca costuma ser confundida e até usada como sinônimo de dor de cabeça. Mas, apesar de a cefaleia (dor de cabeça) ser um dos sintomas da doença, elas não são a mesma coisa.

“Dor de cabeça é uma sensação que o ser humano consegue perceber e descrever”, diz Flávio Rezende, supervisor da residência em neurologia da Unifesp (Universidade Federal de São Paulo).

Segundo o médico, a dor de cabeça pode aparecer em diversas doenças, de gripe a apneia obstrutiva do sono.

A enxaqueca é uma dessas doenças. Ela se diferencia pelo caráter recorrente dos ataques de dor, pela associação a náuseas e vômitos e pela sensibilidade a luz, cheiros e sons. A sensação de latejamento e localização da dor em um dos lados da cabeça também dão pistas do diagnóstico.

Sintomas

A cefaleia pode se manifestar em grau moderado até intenso e predomina em um dos lados da cabeça. A sensibilidade à luz e ao som, que podem piorar a dor, são comuns. Esforço físico também tende a agravar a dor. Náuseas e vômitos são sintomas que podem acompanhar as crises.

“Na maioria dos pacientes os ataques de dor surgem de forma abrupta e demoram entre quatro e 72 horas para desaparecer completamente”, diz Rezende.

A manifestação mais típica da enxaqueca, além da dor, é a aura. São alterações sensoriais, na visão, no tato ou na fala, que costumam durar cerca de

uma hora, e antecedem as crises de dor.

“Durante uma aura visual, por exemplo, a pessoa com enxaqueca perde parte do campo de visão e enxerga só uma parte dos objetos. Ao mesmo tempo, percebe brilhos e padrões geométricos. Alguns pacientes descrevem como raio, cachoeira ou vidro quebrado”, afirma o neurologista.

Alterações na fala também podem ocorrer. Não são incomuns relatos de disfasia, uma confusão temporária na fala que causa confusão com as palavras e na expressão.

Segundo Rezende, a dor de cabeça e a aura são os sintomas que costumam fazer os enxaquecosos procurarem médicos especializados, mas existem outros sintomas associados à doença, como alterações do humor, insônia, sonolência, dificuldade de concentração, fadiga, vontade de comer doces, tontura. Ele diz que algumas dessas manifestações aparecem alguns dias antes ou depois da crise.

Depois de uma crise, é comum a sensação de ressaca e cansaço.

“As características da dor podem variar de uma pessoa para a outra, e de um ataque de dor para o outro”, diz o neurologista.

Causas

Segundo Rezende, a enxaqueca é uma doença genética e aqueles com pai ou mãe enxaquecosos têm cerca de 80% de chance desenvolver a condição.

Mas as crises têm gatilhos específicos para cada pessoa alguns relatam que o excesso de café ou de certos alimentos, como comidas condimen-



A sensação de latejamento e localização da dor em um dos lados da cabeça também dão pistas do diagnóstico

tadas, causa dores, outros dizem que luzes específicas, como de shows ou festas, têm impacto. Odores fortes, episódios de estresse, excesso de esforço físico e privação de sono também podem disparar uma crise.

Além disso, questões hormonais parecem estar bastante ligadas ao distúrbio. Segundo Rezende, um terço das mulheres têm enxaqueca, enquanto um sexto dos homens diz ter a doença. Mulheres com a doença dizem que a proximidade do período menstrual costuma agravar crises e dores.

Tratamento

Segundo Rezende, a enxaqueca é uma doença sem cura. Mas existem estratégias para diminuir a quantidade e a intensidade das crises.

Uma delas é a mudança no estilo de vida, com exercícios físicos regulares, meditação e técnicas de relaxamento, boa higiene do sono. Evitar jejum prolongado, consumo de álcool e de alimentos associados a crises também pode ajudar, diz Rezende.

Quando uma pessoa tem uma quantidade de crises que coloca a doença como um problema crônico, segundo Rezende, pelo menos 15 dias com dor de cabeça, com características de enxaqueca, mensais por três meses consecutivos podem ser feitos tratamentos preventivos.

Isso pode ser feito com o uso de medicamentos anti-hipertensivos, medicamentos para epilepsia, aplicação de toxina botulínica nos músculos da

cabeça e do pescoço ou com a injeção de anticorpos para combater a enxaqueca um tratamento que pode chegar a R\$ 1.000 mensais.

Durante uma crise de enxaqueca, o tratamento é feito com analgésicos, como dipirona, anti-inflamatórios, como ibuprofeno, e triptanos, mais eficazes que os analgésicos convencionais e direcionais para enxaquecas.

“Usar em excesso as medicações para ataque de enxaqueca pode fazer com que a frequência das dores de cabeça fique cada vez maior, uma condição chamada de cefaleia por uso excessivo de medicação”, diz Rezende.

Por Barbara Blum (Folhapress)

Dados mostram que câncer de vulva triplicou no país em dez anos

Tara Winstead/ Divulgação

Triplicou no Brasil em uma década o total registrado a cada ano de casos de câncer de vulva, aponta o Painel Oncologia do DataSUS. Saltou de 405, em 2013, para 1.436, em 2023, maior volume da série histórica do painel.

A doença também aumentou entre as mulheres mais jovens. Se em 2013 as mulheres de até 48 anos, idade média na qual começa a menopausa no Brasil, recebiam 13,6% dos diagnósticos, no ano passado elas representaram 22,4% dos casos.

O Ministério da Saúde alerta para uma subnotificação dos dados no painel. Glauco Baiocchi Neto, diretor do Departamento de Ginecologia Oncológica do A.C. Camargo Cancer Center, confirma o crescimento de diagnósticos em mulheres mais jovens nas últimas décadas e associa isso ao HPV (papilomavírus humano).

É o caso de Bárbara (nome alterado a pedido da entrevistada), de Arapongas (PR), que recebeu o diagnóstico da doença em fevereiro, aos 37 anos. A coceira e o aparecimento de verrugas e lesões na vulva a levaram a procurar ajuda médica.

A paranaense diz que esperava o diagnóstico de alguma IST (infecção sexualmente transmissível). Ela passou por quatro ginecologistas e demorou oito meses para ser diagnosticada com o carcinoma, do qual, até então, nunca tinha ouvido falar. “Meu mundo desabou, parece que é uma sentença de morte. Ainda mais por se tratar de um câncer raro, sentia os médicos perdidos”, afirma.



A doença também aumentou entre as mulheres mais jovens

Segundo Baiocchi, o HPV causa cerca de 40% dos casos da doença, enquanto os outros 60% são relacionados à atrofia da vulva, que tem entre suas causas a redução nos níveis de estrogênio, como no pós-menopausa, e doenças crônicas da vulva, principalmente, o líquen escleroso doença inflamatória na pele da região genital e do ânus. De acordo com dados do DataSUS, a idade média das mulheres diagnosticadas com esse câncer, em 2023, foi de 62 anos.

O médico afirma que as pacientes,

em geral, sentem vergonha e demoram a procurar o serviço de saúde. Entretanto, a doença raramente é metastática e, quando identificado um único tumor na vulva, em estágio inicial, a chance de cura é de 95%.

Bárbara conta que o tratamento inicialmente recomendado para ela foi a vulvectomy radical, cirurgia que remove toda a vulva. “Mutila a mulher, acaba a vida. Só fica mesmo o canal da urina e o canal da vagina. Nunca mais você consegue usar uma calça, andar

de moto, andar de bicicleta. Porque a vulva é a proteção ali”, diz.

A outra opção oferecida pelo oncologista foi a vulvectomy parcial, que retira somente as lesões, seguida por quimioterapia e radioterapia. A paciente optou por esse segundo caminho. Mesmo tendo sucesso no tratamento, ela relata que ainda está psicologicamente abalada. “O medo é constante. Qualquer coceira, qualquer ardência, qualquer dorzinha já apavora.”

Luciana Holtz, psico-oncologista

e presidente do Instituto Oncoguia, afirma que a cirurgia na vulva impacta a autoestima feminina devido à ligação direta com a sexualidade. “É ainda mais complexo por ser uma área repleta de tabus, vergonhas e até baixo conhecimento”, comenta.

“A vacinação é a forma efetiva e segura de prevenir esse e outros tumores causados por HPV”, completa Luísa Villa, pesquisadora da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP) e do Instituto do Câncer do Estado de São Paulo (Icesp).

Villa alerta que o vírus não pode ser tratado. Os únicos caminhos são prevenir a contaminação ou tratar as doenças que ele causa, como os cânceres de vulva, colo do útero, pênis, canal anal e orofaríngeo.

A vacina está disponível no SUS (Sistema Único de Saúde) para meninas e meninos de 9 a 14 anos, para vítimas de violência sexual, para pessoas imunossuprimidas e pacientes oncológicos de 9 a 45 anos. Entretanto, a vacinação ainda não atingiu a meta do Ministério da Saúde para 2030 de cobertura vacinal, de 90% entre meninas de até 15 anos. Em 2019, a imunização foi feita em 87% desse público; em 2022, caiu para 75,8%.

A pesquisadora considera que a divulgação científica em diferentes meios e linguagens é o caminho para conscientizar a população sobre a importância do imunizante.

Por Lorena Marcelino (Folhapress)