

Dor de cabeça não é normal

Se lhe chamou a atenção o título, provavelmente já sentiu, em menor ou maior intensidade, o desconforto de uma dor de cabeça. E ela é tão incômoda que só o fato de imaginá-la como companhia ao longo de seu dia, leva ao desespero que, a despeito da consciência do mal da automedicação, provavelmente não irá se furtar de lançar mão de um analgésico qualquer para se safar da malfadada dor de cabeça.

O fato é que não podemos tratá-la como uma unha encravada, há que se ter seriedade, afinal estamos falando da cabeça, nosso órgão pensante. Devemos buscar a causa dessa dor para tratar de maneira contumaz e definitiva.

A dor é definida pela Associação Internacional para o Estudo da Dor da seguinte forma: “uma experiência sensorial e emocional desagradável associada com uma potencial ou real ameaça ao organismo”.

Não se mede a dor por exame. É uma experiência

vivida pela pessoa e, por isso, é subjetiva e recebe interferência de aspectos emocionais, psicológicos, comportamentais, como a preocupação, ansiedade, depressão, assim como hábitos e vícios: cigarro, exercícios físicos, sobrecargas de trabalho.

Por definição, dor de cabeça (ou cefaleia diária) é aquela que aparece por mais do que 15 dias em um mês, durante mais de três meses.

De acordo com a *Revista Internacional Cephalalgia*, que é referência em estudos da dor, 80% dos casos de pacientes com cefaleias crônicas (por exemplo, enxaqueca crônica, cefaleia tipo tensional) apresentam resposta positiva em diagnóstico de DTM (Disfunção Temporomandibular), daí uma indicação para avaliação e tratamento de DTM, que resultaria em uma melhora substancial na intensidade da dor e na diminuição de seus episódios.



Dra. Maria Isabel Critis de Souza CRO 63853

