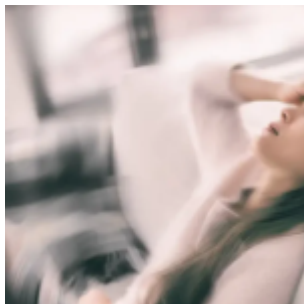


# Médicos alertam para dor de cabeça recorrente

Category: GERAL, SAÚDE

escrito por Alice Catharinne | 20 de maio de 2026



Neste Dia Nacional de Combate à Cefaleia (dor de cabeça), médicos chamam a atenção para a sétima dor mais incapacitante do mundo e fazem um alerta àquelas pessoas que costumam ter três ou mais episódios de dor de cabeça por mês, durante pelo menos três meses, para que procurem um especialista.

Embora muitas vezes a cefaleia esteja associada a fatores comuns, como estresse, desidratação ou uma noite mal dormida, ela também pode ter origem em condições mais graves, como sinusite, enxaqueca crônica ou até mesmo aneurisma.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) os transtornos de dor de cabeça estão entre as condições neurológicas mais comuns no mundo, afetando milhões de pessoas e impactando diretamente na qualidade de vida de quem sofre com o problema.

Ainda de acordo com a OMS as cefaleias estão entre as três principais condições neurológicas para a faixa etária dos 5 anos aos 80 anos. A organização estima que cerca de 40% da população mundial (3,1 bilhões de pessoas) sofra com dor de cabeça regularmente. Por isso, quando os episódios se tornam frequentes ou prolongados é fundamental redobrar a atenção.

A enxaqueca, especificamente, é considerada a segunda maior causa de incapacidade no mundo e afeta aproximadamente 15% da população global, sendo que mulheres são significativamente

mais afetadas devido a fatores hormonais. No Brasil, mais de 30 milhões de brasileiros sofrem de enxaqueca crônica.

“Pode se tratar de enxaqueca crônica, caracterizada por crises que ocorrem 15 dias ou mais por mês, frequentemente acompanhadas de náuseas e sensibilidade à luz e ao som. A dor de cabeça é um sintoma comum no dia a dia, mas quando deixa de ser episódica e passa a ser constante, precisa ser investigada”, explica o neurocirurgião Orlando Maia.

Ele ressalta que a maioria das cefaleias tem origem benigna, como nos casos de tensão. Ainda assim, existe uma linha clara entre o que é habitual e o que exige investigação. Segundo ele, dores de cabeça constantes podem ser um quadro primário, mas podem estar relacionadas a outras condições.

“Podem ser condições neurológicas, infecções ou alterações estruturais que demandam avaliação especializada. Essa diferença nem sempre é percebida. Em muitos casos, a dor persistente é tratada apenas com analgésicos, ignorada ou incorporada à rotina, o que pode atrasar diagnósticos importantes”, alerta.

## **Alerta**

Os sinais de alerta são dores frequentes e até diárias, mudança no padrão habitual da dor, início súbito e muito intenso, intensidade fora do comum, associação com alterações visuais, na fala ou na força, episódios acompanhados de confusão mental, perda de consciência ou desequilíbrio.

“Esses sinais não devem ser normalizados, pois indicam a necessidade de investigação. A maioria das dores de cabeça não está relacionada ao AVC, por exemplo, mas o problema surge quando o sintoma foge do padrão habitual”, afirma o neurologista.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Cefaleia (SBC), alguns

hábitos e comportamentos podem contribuir para o desenvolvimento das dores de cabeça: má alimentação, jejum prolongado, excesso de gordura e álcool e, atualmente, principalmente o estresse.

“A enxaqueca tem uma relação muito grande com o estilo de vida, com o sedentarismo, tabagismo, obesidade, alimentação inadequada, transtornos do humor (depressão e ansiedade) e alterações orofaciais, que são as disfunções temporomandibulares. Por isso, geralmente o tratamento dos pacientes é realizado de maneira multidisciplinar, ou seja, com a atuação não apenas do neurologista, mas também do odontólogo, nutricionista, psicólogo, enfermeira e fisioterapeuta”, explica a SBC.

## **Automedicação**

A entidade aponta como um dos principais erros para tratar essas dores, a automedicação, já que no Brasil o acesso a analgésicos e anti-inflamatórios é muito fácil, permitindo que a população se automedique.

“Quando a frequência da cefaleia é baixa, dois ou menos episódios por mês, isto não acarreta maiores problemas. Porém, quando as dores de cabeça aparecem em uma frequência superior, o paciente possui indicação de tratamento preventivo e a automedicação pode até piorar tanto a frequência quanto a intensidade dos seus sintomas”, diz a SBC.

A SBC informa ainda que cerca de 90% de quem sofre com a cefaleia tem algum prejuízo no trabalho, estudos, atividade de lazer e vida sexual.

“Por isso entre as diversas formas de tratamento existentes como medicamentos, fitoterápicos, neuroestimuladores periféricos, bloqueios anestésicos, acupuntura, toxina botulínica, entre outros, é preciso estudar cada caso para personalizar o tratamento, fazendo um planejamento terapêutico

a cada consulta”.

## Maio bordô

O Maio Bordô foi instituído pela Sociedade Brasileira de Cefaleia como o mês de conscientização sobre o assunto e esta terça-feira (19) marca o Dia Nacional de Combate à Cefaleia.

Com a campanha 3 é Demais, a entidade reforça que quem sofre três episódios mensais de dor de cabeça, por três meses seguidos, deve buscar ajuda profissional.

Fonte: *Agência Brasil* e Publicado Por: Jornal Folha do Progresso 20/05/2026/15:21:54

*O formato de distribuição de notícias do [Jornal Folha do Progresso](#) pelo celular mudou. A partir de agora, as notícias chegarão diretamente pelo formato Comunidades, ou pelo canal uma das inovações lançadas pelo WhatsApp. Não é preciso ser assinante para receber o serviço. Assim, o internauta pode ter, na palma da mão, matérias verificadas e com credibilidade. Para passar a [receber as notícias](#) do Jornal Folha do Progresso, clique nos links abaixo siga nossas redes sociais:*

- [Clique aqui e nos siga no X](#)
- [Clica aqui e siga nosso Instagram](#)
- [Clique aqui e siga nossa página no Facebook](#)
- [Clique aqui e acesse o nosso canal no WhatsApp](#)
- [Clique aqui e acesse a comunidade do Jornal Folha do Progresso](#)

*Apenas os administradores do grupo poderão mandar mensagens e saber quem são os integrantes da comunidade. Dessa forma, evitamos qualquer tipo de interação indevida. Sugestão de*

*pauta enviar no e-mail: [folhadoprogresso.jornal@gmail.com](mailto:folhadoprogresso.jornal@gmail.com).*

**Envie vídeos, fotos e sugestões de pauta para a redação do JFP (JORNAL FOLHA DO PROGRESSO) Telefones: WhatsApp [\(93\) 984046835](tel:+5511984046835)– (93) 98117 7649.**

“Informação publicada é informação pública. Porém, para chegar até você, um grupo de pessoas trabalhou para isso. Seja ético. Copiou? Informe a fonte.”

*Publicado por Jornal Folha do Progresso, Fone para contato 93 981177649 (Tim) WhatsApp: [-93- 984046835](tel:+5511984046835) (Claro)  
-Site: [www.folhadoprogresso.com.br](http://www.folhadoprogresso.com.br) e-mail: [folhadoprogresso.jornal@gmail.com](mailto:folhadoprogresso.jornal@gmail.com)/ou e-mail: [adeciopiran.blog@gmail.com](mailto:adeciopiran.blog@gmail.com)*