



CEFALEIA TENSIONAL EM ESTUDANTES DE MEDICINA E SUA RELAÇÃO COM A CAFEÍNA

Geovanna Oliveira Silva¹

Maria Eduarda Oliveira Teixeira¹

Vinicius de Moraes Laabs¹

Laís Rezende Claudio¹

Larissa Peres Delgado²

A cefaleia tensional é uma disfunção neurológica frequente, caracterizada por dor de cabeça crônica, tipicamente bilateral e descrita como uma sensação de pressão ou aperto. Este estudo se propõe a investigar a relação entre a cefaleia tensional e o consumo de cafeína em estudantes de medicina, explorando fatores neurofisiológicos subjacentes. O objetivo principal deste estudo é analisar a influência da cafeína na fisiopatologia da cefaleia tensional em estudantes de medicina, levando em consideração variáveis como frequência, duração e intensidade da dor. Além disso, busca-se identificar possíveis mecanismos neurobiológicos envolvidos nessa relação. Este trabalho foi realizado por meio de revisão de literatura exploratória descritiva na plataforma “PubMed”, “SciELO”. Utilizando os descritores “Cefaleia tensional”, “Cafeína” e “Estudantes de medicina”, em um período de 5 anos (2018 a 2023), foram encontrados diversos estudos clínicos controlados que avaliaram os estudantes de medicina quanto a frequência e a duração dos episódios de cefaleia naqueles que consomem cafeína regularmente. Nesse sentido, foi encontrada uma correlação significativa entre o consumo excessivo de cafeína e a frequência e intensidade da cefaleia tensional em estudantes de medicina. Além disso, os estudos de neuroimagem revelaram alterações na ativação cerebral em áreas associadas à percepção da dor e à regulação do estresse. Acredita-se que a cafeína possua capacidade de desencadear ou piorar a cefaleia tensional através do seu efeito vasoconstritor e efeito de abstinência. Além desta substância atuar como um estimulante do sistema nervoso central, aumentando a liberação de neurotransmissores, como a adenosina. Essa ação pode levar à tensão muscular e vasoconstrição, contribuindo para a fisiopatologia da cefaleia tensional. Ademais, a relação entre o estresse crônico e a cefaleia

¹ Discente do curso de Medicina, Centro Universitário de Mineiros – UNIFIMES, Mineiros/GO, Brasil. geovannaos@academico.unifimes.edu.br

² Docente do curso de Medicina, Centro Universitário de Mineiros – UNIFIMES, Mineiros/GO, Brasil.



tensional pode ser explicada pela ativação prolongada do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal, desencadeando respostas inflamatórias e disfunção autonômica. Portanto, evidencia-se a importância de monitorar o consumo de cafeína em estudantes de medicina, dada sua associação com a cefaleia tensional. Outrossim, os achados neurofisiológicos sugerem que mecanismos de modulação da dor e do estresse desempenham um papel central nessa relação. Recomenda-se, assim, a implementação de estratégias de limitar o consumo de cafeína e buscar alternativas para lidar com o estresse, como parte da abordagem terapêutica para prevenir e tratar a cefaleia tensional em estudantes de medicina, visando à melhoria da qualidade de vida e ao desempenho acadêmico. Estudos futuros devem aprofundar a compreensão dos mecanismos biológicos subjacentes a essa associação e avaliar a eficácia de intervenções específicas.

Palavras-chave: Cefaleia tensional. Cafeína. Estudante de medicina.