



## A PERCEPÇÃO DE PACIENTES COM CEFALÉIA CRÔNICA SOBRE O ESTRESSE E OS EPISÓDIOS DE DOR

Eixo Horizontal: EH3: SUBJETIVIDADE, SOFRIMENTO E URGÊNCIA SUBJETIVA

Eixo Vertical: EV1: PRÁTICAS PROFISSIONAIS

Gabriele Honscha Gomes; Mariana Calessio Moreira;

**Introdução:** A dor é mais complexa que sintomas físicos, consiste em uma sensação global que atinge o indivíduo em relações, trabalho, lazer e percepção de si mesmo. Trata-se de uma condição que influencia e é influenciada pelo ambiente no qual se vive e portanto, não deve ser avaliada como sintoma isolado. As cefaleias são consideradas um problema de saúde pública, sendo transtornos debilitantes que impossibilitam atividades da vida diária e impactam a nível pessoal, social e econômico. Um dos principais estados relacionados as crises de cefaleia é o estresse. Pesquisas mostram que a maioria dos pacientes com cefaleia crônica evidenciam sintomas de estresse e este, muitas vezes é descrito como fator desencadeante dos episódios de dor de cabeça. **Objetivos:** explorar a percepção do sujeito com cefaleia crônica sobre o papel do estresse nos episódios de dor de cabeça. **Método:** Estudo exploratório e descritivo, realizado a partir de entrevistas semi-estruturadas com seis pessoas diagnosticadas com cefaleia crônica. A amostra foi recrutada por conveniência com divulgação na Internet e foram incluídas pessoas que realizaram acompanhamento médico após o diagnóstico e estavam trabalhando ou estudando no momento da coleta de dados. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética da UFCSPA e foi aplicado o TCLE. As entrevistas foram transcritas e analisadas com método de análise temática de conteúdo. **Resultados:** Em relação ao estresse, percebe-se que apareceu nas entrevistas em três contextos distintos: 1) Estresse como desencadeante da dor, onde situações consideradas estressantes pelo sujeito são percebidas como gatilhos para início de crises de cefaléia; 2) Estresse como consequência da dor, onde a presença constante da dor é vista como propulsora para estado de estresse e 3) Afastamento de atividades estressantes, em que o sujeito se afasta de atividades e/ou pessoas que julga estressantes como tentativa de evitar o desencadeamento de crises de cefaleia, resultando em isolamento e diminuição de responsabilidades no ambiente de trabalho/estudo. **Discussão:** O estresse pode ser visto como componente importante dos quadros de cefaleia, sendo referenciado em diversos momentos do ciclo da dor, tanto desencadeando uma crise como podendo surgir em consequência de um episódio doloroso. É subjetivo e varia de indivíduo para indivíduo, conforme suas capacidades de lidar com diferentes situações do cotidiano. Nas entrevistas realizadas, essas situações em sua maioria estiveram relacionadas ao ambiente de trabalho ou estudo, onde a pressão de cumprir prazos e ter um desempenho produtivo foram os principais causadores de estresse e, por conseguinte, de cefaleia. Por outro lado, a frustração de não conseguir desempenhar tarefas da forma desejada devido a presença de cefaleia, também foi descrita como fator estressante. **Considerações finais:** A relação entre estresse e cefaleia se mostrou relevante nas entrevistas realizadas e assim, percebe-se a importância de avaliar os fatores estressantes de forma individual, para compreender de forma subjetiva como a cefaleia se apresenta em cada caso e quais suas implicações na vida cotidiana das pessoas. Além disso, é importante para o cuidado humanizado na saúde o entendimento da dor para além de sua sintomatologia física e orgânica.