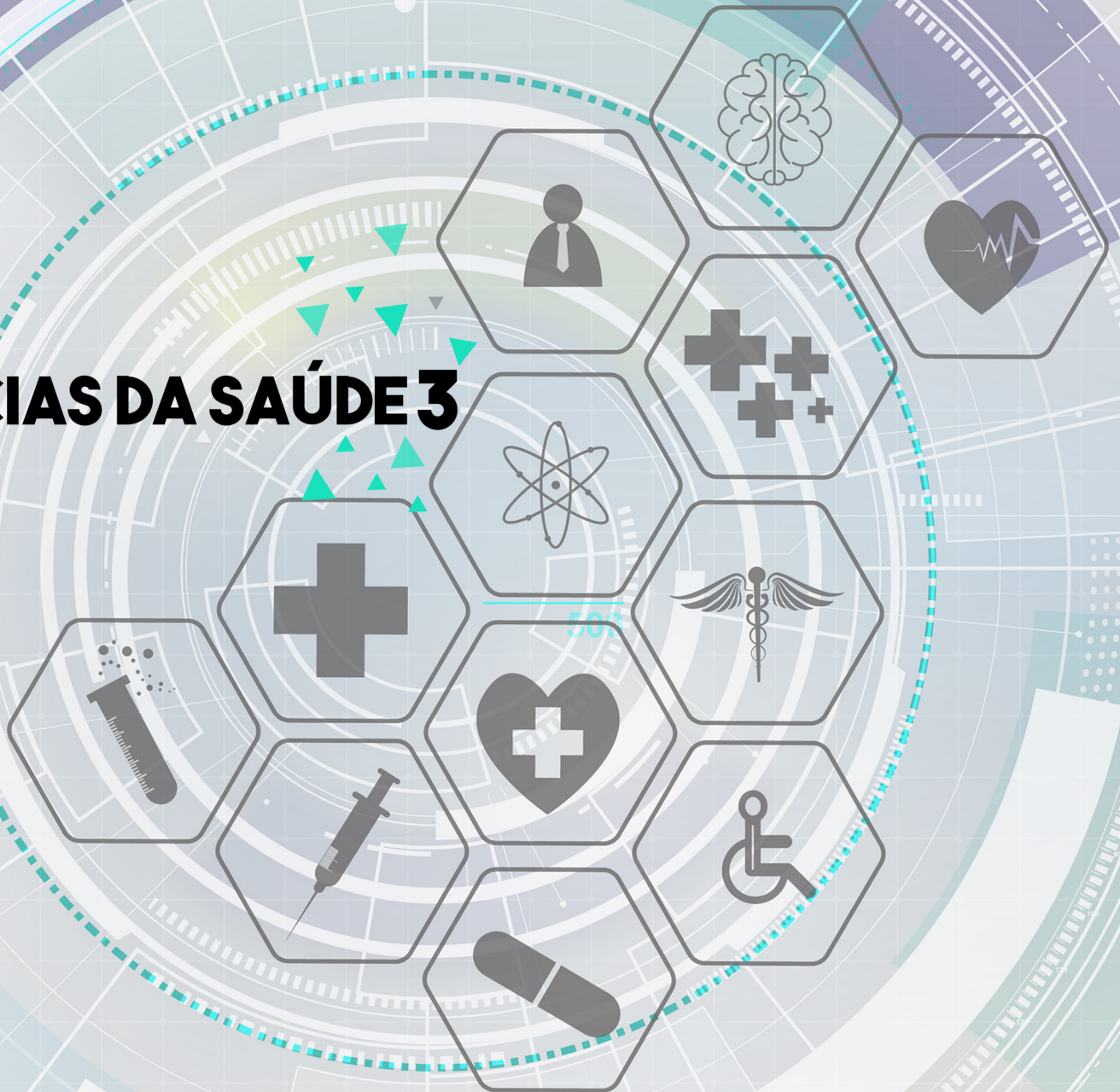


**Nayara Araújo Cardoso
Renan Rhonalty Rocha
(Organizadores)**

CIÊNCIAS DA SAÚDE 3



Atena
Editora

Ano 2019

Nayara Araújo Cardoso
Renan Rhonaly Rocha
(Organizadores)

Ciências da Saúde 3

Atena Editora
2019

2019 by Atena Editora

Copyright © da Atena Editora

Editora Chefe: Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Diagramação e Edição de Arte: Geraldo Alves e Natália Sandrini

Revisão: Os autores

Conselho Editorial

- Prof. Dr. Alan Mario Zuffo – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Darllan Collins da Cunha e Silva – Universidade Estadual Paulista
Profª Drª Deusilene Souza Vieira Dall’Acqua – Universidade Federal de Rondônia
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Profª Drª Juliane Sant’Ana Bento – Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Prof. Dr. Jorge González Aguilera – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)

C569 Ciências da saúde 3 [recurso eletrônico] / Organizadores Nayara Araújo Cardoso, Renan Rhonalty Rocha. – Ponta Grossa (PR): Atena Editora, 2019. – (Ciências da Saúde; v. 3)

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia.

ISBN 978-85-7247-128-2

DOI 10.22533/at.ed.282191802

1. Qualidade de vida. 2. Prática de exercícios físicos. 3. Saúde – Cuidados. I. Cardoso, Nayara Araújo. II. Rocha, Renan Rhonalty. III. Série.

CDD 614.4

Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores.

2019

Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

www.atenaeditora.com.br

APRESENTAÇÃO

A obra “*As Ciências da Saúde*” aborda uma série de livros de publicação da Atena Editora, em seus 23 capítulos do volume III, apresenta a importância do estilo de vida e da inserção da atividade física e cuidados com a saúde em um mundo de rotinas pesadas e pré-definidas, como: a correria do dia a dia, a quantidade crescente de tarefas e responsabilidades, o cansaço no fim de uma jornada de trabalho.

Nas últimas décadas a inatividade física tem contribuído para o aumento do sedentarismo e seus malefícios associados à saúde. Dessa forma, a prática de atividade física regular e seus benefícios para a saúde é vista como importante aliada contra as consequências do sedentarismo, como, por exemplo, a probabilidade aumentada de desenvolvimento de doenças crônicas degenerativas. Esses resultados são debatidos frequentemente entre os profissionais na área da saúde e amplamente documentados na literatura atual.

Colaborando com essa transformação de pensamentos e ações, este volume III é dedicado aos pesquisadores, educadores físicos, desportistas, professores e estudantes de saúde em geral trazendo artigos que abordam: análise do conhecimento cognitivo do profissional de educação física sobre treinamento de força em crianças e adolescentes; perfil bioquímico e imunológico de idosos praticantes de diferentes modalidades de exercício físico em um projeto de promoção da saúde; prevalência de lesões em atletas profissionais durante o primeiro turno da liga ouro de basquete; relação entre força muscular e distribuição plantar após corrida de rua; Características sociodemográficas e estilo vida de usuários de uma clínica de atenção especializada em oncologia.

Por fim, esperamos que este livro possa melhorar a relação com a prática do exercício, colaborando com praticantes, professores e pesquisadores, e abordando sobre as práticas corretas, achados importantes, sentimentos e opiniões alheias, visando o entendimento e a qualidade de vida dos leitores.

Nayara Araújo Cardoso
Renan Rhonalty Rocha

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1	1
ANÁLISE DO CONHECIMENTO COGNITIVO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA SOBRE TREINAMENTO DE FORÇA EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES	
Jonathan Moreira Lopes Gabriela de Almeida Barros Vanessa da Silva Lima	
DOI 10.22533/at.ed.2821918021	
CAPÍTULO 2	9
ANÁLISE DA FLEXIBILIDADE DA CADEIA POSTERIOR EM ADULTOS PRATICANTES DE TREINAMENTO FORÇA	
Júlio César Chaves Nunes Filho Robson Salviano de Matos Marília Porto Oliveira Nunes Matheus Magalhães Mesquita Arruda Carina Vieira de Oliveira Rocha Gabrielle Fonseca Martins Rodrigo Vairam Guimarães Fisch Elizabeth de Francesco Daher	
DOI 10.22533/at.ed.2821918022	
CAPÍTULO 3	18
ANÁLISE DA INSATISFAÇÃO CORPORAL EM PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO E SUA RELAÇÃO COM A REPRODUÇÃO DE EXERCÍCIOS DISPONIBILIZADOS EM MEIOS DE COMUNICAÇÃO SOCIAL	
Welton Daniel Nogueira Godinho Ana Neydja Angelo da Silva Guilherme Lisboa de Serpa Jonathan Moreira Lopes Francisco Sérgio Lopes Vasconcelos Filho Paula Matias Soares	
DOI 10.22533/at.ed.2821918023	
CAPÍTULO 4	32
AVALIAÇÃO DA MOBILIDADE FÍSICA E DA CAPACIDADE FUNCIONAL EM HEMODIALÍTICOS QUE REALIZARAM EXERCÍCIO FÍSICO DE RESISTÊNCIA DURANTE A HEMODIÁLISE	
Cíntia Krilow João Victor Garcia de Souza Matheus Pelinski da Silveira Pedro Augusto Cavagni Ambrosi Cristiane Márcia Siepko Débora Tavares de Resende e Silva	
DOI 10.22533/at.ed.2821918024	

CAPÍTULO 5 40

O ADOLESCENTE QUE CONVIVE COM HIV E SEU COTIDIANO TERAPÊUTICO

Camila da Silva Marques Badaró
Zuleyce Maria Lessa Pacheco
Camila Messias Ramos
Renata Cristina Justo de Araújo
Natália de Freitas Costa
Ana Claudia Sierra Martins

DOI 10.22533/at.ed.2821918025

CAPÍTULO 6 53

PERFIL BIOQUÍMICO E IMUNOLÓGICO DE IDOSAS PRATICANTES DE DIFERENTES MODALIDADES DE EXERCÍCIO FÍSICO EM UM PROJETO DE PROMOÇÃO DA SAÚDE

David Michel de Oliveira
Rodrigo Paschoal Prado
Daniel dos Santos
Daniel Côrtes Beretta
Eliane Aparecida de Castro
Makus Vinícius Campos Souza
Cléria Maria Lobo Bittar

DOI 10.22533/at.ed.2821918026

CAPÍTULO 7 71

OS CRITÉRIOS PARA ESCOLHA DE UM PERSONAL TRAINER POR MULHERES

João Bosco de Queiroz Freitas Filho
Ângela Maria Sabóia de Oliveira
Eduardo Jorge Lima
Jarde de Azevedo Cunha
Dionísio Leonel de Alencar
Davi Sousa Rocha
Cláudia Mendes Napoleão
Celito Ferreira Lima Filho
Sérgio Franco Moreira de Souza
Danilo Lopes Ferreira Lima

DOI 10.22533/at.ed.2821918027

CAPÍTULO 8 79

O USO DA LUDOTERAPIA EM CRIANÇAS HOSPITALIZADAS

Hennes Gentil de Araújo
Diana Kadidja da Costa Alves
Francisco Ewerton Domingos Silva
Míria Medeiros Dantas

DOI 10.22533/at.ed.2821918028

CAPÍTULO 9 87

PREVALÊNCIA DE DISTÚRBIOS OSTEOMUSCULARES EM ESTAGIÁRIOS DE FISIOTERAPIA DA FACULDADE LEÃO SAMPAIO

Thamires Bezerra Bispo
Évelim Soleane Cunha Ferreira
Ana Lulsa Ribeiro Arrais
Rebeka Boaventura Guimarães

DOI 10.22533/at.ed.2821918029

CAPÍTULO 10 96

PREVALÊNCIA DE LESÕES EM ATLETAS PROFISSIONAIS DURANTE O PRIMEIRO TURNO DA LIGA OURO DE BASQUETE

Wasington Almeida Reis
Natiely Costa da Silva
João Paulo Campos de Souza
Luiz Arthur Cavalcanti Cabral

DOI 10.22533/at.ed.28219180210

CAPÍTULO 11 98

PREVALÊNCIA DE CASOS DE CEFALEIA TENSIONAL NOS ALUNOS DO PRIMEIRO SEMESTRE DO CURSO DE DIREITO DA UNILEÃO

Erisleia de Sousa Rocha
Cicera Geovana Gonçalves de Lima
Crissani Cassol
Rejane Cristina Fiorelli de Mendonça
Paulo César de Mendonça

DOI 10.22533/at.ed.28219180211

CAPÍTULO 12 107

PREVALÊNCIA DE PROBLEMAS RELACIONADOS AO SONO EM IDOSOS

Maria Valeska de Sousa Soares
Maria Gessilania Rodrigues Silva
Maria Misleidy Da Silva Félix
José Willyam De Sousa Silva
Lara Belmudes Botcher
Marcos Antônio Araújo Bezerra
João Marcos Ferreira de Lima Silva

DOI 10.22533/at.ed.28219180212

CAPÍTULO 13 113

QUALIDADE DE VIDA DE TRABALHADORES DE UNIDADES DE SAÚDE DA FAMÍLIA

Francisco Rodrigo Sales Bacurau
Alexandre José de Melo Neto
Fernanda Burle de Aguiar
Cristine Hirsch-Monteiro

DOI 10.22533/at.ed.28219180213

CAPÍTULO 14 127

RELAÇÃO ENTRE FORÇA MUSCULAR E DISTRIBUIÇÃO PLANTAR APÓS CORRIDA DE RUA

Rayane Santos Andrade Tavares
Midian Farias de Mendonça
Ian Paice Moreira Galindo
Jammison Álvaro da Silva
Felipe Lima de Cerqueira

DOI 10.22533/at.ed.28219180214

CAPÍTULO 15 140

TREINAMENTO RESISTIDO E QUALIDADE DO SONO – UM ESTUDO DE 116 INDIVÍDUOS

Robson Salviano de Matos
Júlio César Chaves Nunes Filho
Carina Vieira de Oliveira Rocha
Gabrielle Fonseca Martins
Mateus Alves Rodrigues
Gervânio Francisco Guerreiro da Silva Filho
Marília Porto Oliveira Nunes

DOI 10.22533/at.ed.28219180215

CAPÍTULO 16 151

EFEITO DO TREINO PROPRIOCEPTIVO NO EQUILÍBRIO E POSTURA DOS ATLETAS DE BADMINTON

Gabriele Cavalcante Pereira
Edilson dos Santos Souza
Larissa Cristiny Gualter da Silva Reis
Monize Tavares Galvão
Ludmila Brasileiro do Nascimento
Diego Miranda Mota

DOI 10.22533/at.ed.28219180216

CAPÍTULO 17 162

EFEITOS DA FISIOTERAPIA MOTORA NA PARALISIA BRAQUIAL OBSTÉTRICA DO TIPO ERB-DUCHENNE: RELATO DE CASO

Rayane Santos Andrade Tavares
Iandra Geovana Dantas dos Santos
Jamilly Thais Souza Sena
Aida Carla Santana de Melo Costa

DOI 10.22533/at.ed.28219180217

CAPÍTULO 18 167

EFEITOS DE UM PROGRAMA DE CINESIOTERAPIA EM PACIENTE COM SEQUELA ORTOPÉDICA APÓS PARALISIA CEREBRAL

José Edson Ferreira da Costa
Márcia da Silva
Cícera Kamilla Valério Teles
Nara Luana Ferreira Pereira
Maria de Sousa Leal
Ivonete Aparecida Alves Sampaio
José Nielyson de Souza Gualberto
Elisangela de Souza Pereira

DOI 10.22533/at.ed.28219180218

CAPÍTULO 19 175

INFLUÊNCIA DA CORRIDA DE RUA NA DISTRIBUIÇÃO PLANTAR E FORÇA MUSCULAR DE CORREDORES AMADORES

Midian Farias de Mendonça
Rayane Santos Andrade Tavares
Juliana Souza Silva
Karoline de Brito Tavares
Felipe de Lima Cerqueira

DOI 10.22533/at.ed.28219180219

CAPÍTULO 20 189

NÍVEIS DE PROTEINÚRIA EM PRATICANTES RECREACIONAIS DE TREINAMENTO RESISTIDO

Júlio César Chaves Nunes Filho
Carina Vieira de Oliveira Rocha
Robson Salviano de Matos
Marília Porto Oliveira Nunes
Levi Oliveira de Albuquerque
Daniel Vieira Pinto
Karísia Santos Guedes
Mateus Henrique Mendes
Elizabeth de Francesco Daher

DOI 10.22533/at.ed.28219180220

CAPÍTULO 21 197

ANÁLISE DOS INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO DA ESCOLA DE POSTURAS DA UFPB:
COMPARAÇÃO ENTRE TESTES DE FLEXIBILIDADE DA COLUNA VERTEBRAL E AVALIAÇÃO
FOTOGRAMÉTRICA NA POSIÇÃO DE FLEXÃO ANTERIOR DO TRONCO

Tiago Novais Rocha
Maria Cláudia Gatto Cardia

DOI 10.22533/at.ed.28219180221

CAPÍTULO 22 212

CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS E ESTILO VIDA DE USUÁRIOS DE UMA CLÍNICA DE
ATENÇÃO ESPECIALIZADA EM ONCOLOGIA

Bruna Matos Santos
Julita Maria Freitas Coelho
Carlos Alberto Lima da Silva
Caroline Santos Silva
Samilly Silva Miranda
Êlayne Mariola Mota Santos
Lorena Ramalho Galvão

DOI 10.22533/at.ed.28219180222

CAPÍTULO 23 223

DOENÇA DE FREIBERG EM ATLETAS: EVIDÊNCIAS ATUAIS

Mariana Almeida Sales
José Sales Sobrinho
Bruna Caldas Campos
Renato Sousa e Silva

DOI 10.22533/at.ed.28219180223

SOBRE OS ORGANIZADORES..... 225

PREVALÊNCIA DE CASOS DE CEFALEIA TENSIONAL NOS ALUNOS DO PRIMEIRO SEMESTRE DO CURSO DE DIREITO DA UNILEÃO

Erisleia de Sousa Rocha

Centro Universitario Dr. Leão Sampaio(UNILEAO)
Juazeiro do Norte-CE

Cicera Geovana Gonçalves de Lima

Centro Universitario Dr. Leão Sampaio(UNILEAO)
Juazeiro do Norte-CE

Crissani Cassol

Centro Universitario Dr. Leão Sampaio(UNILEAO)
Juazeiro do Norte-CE

Rejane Cristina Fiorelli de Mendonça

Centro Universitario Dr. Leão Sampaio(UNILEAO)
Juazeiro do Norte-CE

Paulo César de Mendonça

Centro Universitario Dr. Leão Sampaio(UNILEAO)
Juazeiro do Norte-CE

RESUMO: Cefaleia tensional é um distúrbio neurológico que acomete a cabeça podendo ser relacionada com diversos problemas de saúde. Os alunos passam em média de 5 a 6 horas sentados, na maior parte do tempo com a cabeça voltada para baixo. Podendo causar tensão muscular, pinçamento de nervos, e ao longo do tempo pode modificar a curvatura fisiológica da coluna cervical. Técnicas como a de mobilização acessória e outros métodos cinesioterapêuticos são recursos de tratamento.

Objetivo: Verificar a prevalência de casos de cefaleia tensional nos alunos dos semestres iniciais do curso de direito da UNILEÃO.

Materiais e métodos: Trata-se de um estudo do tipo transversal, com aplicação de questionário de múltipla-escolha sobre a quantidade de horas de estudo, a postura adotada pelos alunos durante os estudos e o conhecimento destes acadêmicos sobre possíveis alterações posturais. **Resultados:** Uma análise univariada com 77 participantes no qual 36(46,80%) são mulheres e 41(53,20%) homens, 56(72,70%) dos alunos estudam 2 a 4 horas diariamente, além das horas que eles permanecem na instituição levando a uma associação estatisticamente significativa entre as horas de estudo e a inicio de dores relacionados a cefaleia tensional mencionada por 35(45.50%) dos investigados, dados preocupantes em uma população que 41(53,20%) apresentaram idade entre 16 e 18 anos. **Conclusão:** Com os resultados encontrados pela pesquisa e aqui explanados, conclui-se que o estudo expressa uma ocorrência considerável de casos da disfunção no grupo de amostra, partindo da sua grande positividade em relação aos agentes causadores e sinais/sintomas compatíveis aos relacionados à esta patologia.

PALAVRAS CHAVES: cefaleia tensional; Fisioterapia; tratamento

ABSTRACT: Headache is characterized by a neurological disorder that affects the head and may be related to several health problems.

Students spend on average of 5 hours and 45 minutes sitting, most of the time with the head facing downwards. May cause muscular tension, clamping of nerves, and over time you can even modify the physiological curvature of the cervical spine. Very prestigious techniques such as the “Accessory mobilization” and other kinesiotherapeutic methods are great features of treatment. **Objective:** This is a cross-sectional study with the purpose of verifying the occurrence of cases of tension headache in the students of the initial semesters of the UNILEAO. **Materials and methods:** Application of a multiple choice questionnaire on the number of hours of study, the posture adopted by the students during study hours and the knowledge of these students about possible postural changes. **Results:** A univariate analysis of 77 participants in which 36 (46.80%) are women and 41 (53.20%) men, 56 (72.70%) of the students study 2 to 4 hours daily, in addition to the hours they remain in the institution leading to a statistically significant association between the study hours and the onset of pain related to tension headache mentioned by 35 (45.50%) of the investigated ones, a concern in a population that 41 (53.20%) had ages between 16 and 18 years. **Conclusion:** From the results found by the research and explained here, it can be concluded that the study expresses a considerable occurrence of cases of tension headache in the sample group, starting from its great positivity in relation to causative agents and signs / symptoms compatible with those related to this pathology.

KEYWORDS: Tension-Type Headache; Physical Therapy Specialty; treatment

INTRODUÇÃO

Nas condições normais, a coluna cervical é orientada verticalmente no plano frontal com uma pequena convexidade. O crânio se liga à coluna pelos côndilos do occipital e das superfícies articulares do atlas. A posição da cabeça é mantida por músculos localizados na frente e atrás da coluna. Os músculos anteriores, conectam-se com o osso esterno e com a clavícula. A força de gravidade é equilibrada posteriormente pelos músculos da nuca que são mais potentes e dão estabilidade a cervical e cabeça. Toda essa estrutura faz com que a nossa cabeça e pescoço tenha um equilíbrio com o resto do corpo. Mas, algumas mudanças em alguns desses padrões pode acarretar numa série de algias na cervical, como por exemplo, a cefaleia cervicogênita.

Nos dicionários, apresenta-se a cefaleia como uma dor de cabeça, porém, ela é caracterizada por um distúrbio neurológico que como acomete a cabeça pode ser relacionada a diversos problemas de saúde. Um deles é a cervicalgia ou dor na região cervical. É de extremo interesse da área médica, um conhecimento abrangente dessa doença, pois na prática clínica os pacientes apresentam variadas queixas.

Podemos caracterizá-la por cefaleia primária que é diagnosticada por história clínica e a cefaleia secundária que é desencadeada por outras doenças. As cefaleias primárias são usualmente moderadas, contudo, elas são consideradas como crônicas e requerem uma maior atenção médica. Uma cefaleia bastante encontrada é a de tensão (cefaleia tensional), ocasionada pela tensão muscular ou cefaleia psicogênica.

Nesse caso, o corpo e as mudanças do mesmo são realmente envolvidos, por exemplo, a esse tipo de cefaleia, que é acarretada por estresse excessivo podendo assim causar as contraturas musculares com muita inabilidade para relaxar. Essa contratura da musculatura da coluna cervical pode desencadear a compressão das artérias subjacentes, resultando num processo isquêmico-doloroso.

Os alunos passam cerca de 5 a 6 horas sentados, diversas vezes com a cabeça voltada para baixo. A posição sentada é considerada a mais prejudicial para a coluna, pois provoca o aumento da pressão entre as vértebras. Não bastando este tempo em que o corpo fica fora de seu padrão ergométrico, ainda há fatores adicionais que agem contra a boa postura como, por exemplo, o mobiliário que em alguns casos é inadequado. As posturas inadequadas adotadas em sala de aula podem levar a alterações biomecânicas, no movimento de flexão do pescoço as facetas deslizam cefalicamente, o disco é tensionado posteriormente e comprimido anteriormente e o núcleo pulposo deslocado para trás.

Ao ficar com a cervical direcionada para baixo é como se um peso de 25 quilos estivesse sobre a mesma, o que faz com que o pescoço se projete cada vez mais para frente, levando a uma irritação dos tecidos moles devido o estiramento por um longo período de tempo, podendo causar tensão muscular, pinçamento de nervos e ao longo do tempo pode até modificar a curvatura fisiológica da coluna cervical e hérnia discal. Uma das alterações biomecânicas mais comuns encontradas em indivíduos com dor cervical é a presença da postura anteriorizada da cabeça. Esta postura coloca a cabeça à frente da linha de gravidade e pode gerar diferentes disfunções, o sintoma mais frequente nesses casos é a dor, sintoma que está relacionado aos esforços repetitivos e a adesão de posturas inadequadas.

Depois de estudos baseados na ação da gravidade, peso e má postura como agentes causadores da cefaleia tensional, desenvolveu-se algumas técnicas para seu tratamento, mais favoráveis para melhora de efeito rápido e também duradouro para o paciente. Podendo ser ativas ou passivas, estas técnicas promovem relaxamento da musculatura, mobilização vertebral e alinhamento postural, tendo efeito sobre a dor e disfunção.

Considerando a relação entre trabalho, estudos, pessoas que passam a maior parte do tempo sentadas com a cabeça e pescoço em posição de flexão sustentada, surgiu a hipótese de que esta cefaleia fosse causada pela tensão constante em músculos suboccipitais e ligamentos.

OBJETIVO

Verificar a prevalência de casos de cefaleia tensional nos alunos dos semestres iniciais do curso de direito da UNILEÃO, devido ao seu longo período de tempo em atividades de cunho teórico.

MATERIAIS E MÉTODOS (METODOLOGIA)

Trata-se de um estudo do tipo transversal para evidenciar a prevalência dos casos de cefaleia tensional nos discentes do curso de Direito. Visando atender o objetivo da presente pesquisa foram investigados 77 alunos que se encontram devidamente matriculados no primeiro semestre nos turnos matutino e noturno do curso de Direito de uma instituição de ensino superior na cidade de Juazeiro do Norte – CE, entre os dias 23 e 25 de maio, a partir da aplicação de um questionário de múltipla-escolha sobre a quantidade de horas de estudos, a frequência no qual os alunos sentem algum sintoma referido à cefaleia, a postura adotada pelos alunos durante as horas de estudo e o conhecimento destes acadêmicos sobre possíveis alterações posturais. A coleta dos dados realizou-se em sala de aula no centro universitário investigado, convidando e explicando aos participantes o propósito da pesquisa e administrando o questionário para obter as informações necessárias. Foram investigadas idade, sexo, se o discente realiza atividade profissional ou não, horas de estudo, posição adotada para estudo, local onde costuma estudar, tipo de dor que o estudante sente e escala de dor.

A partir das respostas foi elaborado um banco dados no programa SPSS, realizando-se estatística descritiva e apresentando seus resultados na forma de números inteiros e porcentagem, seguido da discussão a partir da literatura capaz de explicar os resultados encontrados.

As dores de cabeça são caracterizadas como um problema de saúde pública de enormes proporções, com grande impacto para os pacientes e para a sociedade, pois são desordens debilitantes que deixam na maioria das vezes, os pacientes incapazes de realizarem atividades de rotina (RASMUSSEN, 2001; GOADSBY; BOES, 2002)

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Segundo (QUEIROZ; SILVA JUNIOR,2015) existem 6 estudos epidemiológicos publicados de cefaleia no Brasil, os resultados mostram que a prevalência média é 15,8%, sobre casos de cefaleia do tipo tensional.

		Matutino		Noturno		Geral	
		n	%	n	%	N	%
idade	de 16 a 18	29	64,40%	12	37,50%	41	53,20%
	de 19 a 22	13	28,90%	18	56,30%	31	40,30%
	de 23 a 25	0	0,00%	1	3,10%	1	1,30%
	26 ou mais	3	6,70%	1	3,10%	4	5,20%
sexo	masculino	21	46,70%	20	62,50%	41	53,20%
	feminino	24	53,30%	12	37,50%	36	46,80%

De 77(100%) dos participantes 36(46,80%) são mulheres e 41(53,20%) homens, 41 (53,20%) apresentaram idade entre 12 e 18 anos.

Em seu estudo (MATTA; FILHO,2006) foram obtidos dados divergentes já que 80% dos participantes eram do sexo feminino, mantendo uma relação de 4:1 e em relação a idade por ocasião da pesquisa variou entre 18 e 60 anos, com média de 30 (± 12) anos.

		Matutino		Noturno		Geral	
		n	%	n	%	N	%
posicao	sentado	40	88,90%	29	90,60%	69	89,60%
	decubito dorsal	3	6,70%	1	3,10%	4	5,20%
	decubito ventral	2	4,40%	2	6,30%	4	5,20%
	rede	0	0,00%	0	0,00%	0	0,00%
	outras	0	0,00%	0	0,00%	0	0,00%
local	mesa	36	80,00%	28	87,50%	64	83,10%
	cama	9	20,00%	4	12,50%	13	16,90%
	onibus	0	0,00%	0	0,00%	0	0,00%
	rede	0	0,00%	0	0,00%	0	0,00%
	poltrona	0	0,00%	0	0,00%	0	0,00%

Altas prevalências foram encontradas por alguns autores, como (BAHAMI et al.,2012) que verificam prevalência de 78,2% em seu estudo. Na literatura a prevalência de cefaleia em adolescentes é muito variável, apresentando-se de 9,7 a 78,2%(5,7-9). Corroborando com este estudo, o alto índice de cefaleias em adolescentes são variáveis significantes.

	Matutino	n	%	Noturno	n	%	Geral	N	%
inicio_muitas_horas	sim	24	53,30%	11	34,40%	35	45,50%		
	nao	16	35,60%	10	31,30%	26	33,80%		
frequencia_dor	nao sinto dores	5	11,10%	11	34,40%	16	20,80%		
	todos os dias	10	22,20%	1	3,10%	11	14,30%		
	poucas vezes na semana	18	40,00%	20	62,50%	38	49,40%		
	uma vez por semana	7	15,60%	3	9,40%	10	13,00%		
	nao sinto dores	10	22,20%	8	25,00%	18	23,40%		

Em nosso estudo obteve-se que 38(49,40%) dos entrevistados sentem dor poucas vezes durante a semana, essa dor descrita pelos entrevistados surgiu após muitas horas de estudo. (MELHADO, et. al., 2013) corroboram com nossa pesquisa, em seu estudo 422 universitários preencheram o questionário sobre cefaleia e 334 relataram dores de cabeça durante o ano, com os resultados semelhantes aos nossos em que a os estudantes relataram dor após algumas horas de estudo.

		Matutino		Noturno		Geral	
		n	%	n	%	N	%
tipo_de_dor	pontual	16	35,60%	14	43,80%	30	39,00%
	irradiada	19	42,20%	9	28,10%	28	36,40%
	nao sinto dores	10	22,20%	8	25,00%	18	23,40%
	pontual e irradiada	0	0,00%	1	3,10%	1	1,30%

Também corroboram com nossa pesquisa (Junior, *et. al.*, 2012) relatando, por meio da aplicação de uma entrevista semiestruturada para o diagnóstico de cefaleia, de acordo como os critérios da Classificação Internacional das Cefaleias, 289 dos pacientes encaminhados ao serviço de neurologia do Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Minas Gerais, a Cefaleia Tipo Tensional (CTT), á segunda causa mais frequente de cefaleia e que o tipo de dor descrita são pontuais.

		Matutino		Noturno		Geral	
		n	%	n	%	N	%
eva	nao sinto dores	9	20,00%	6	18,80%	15	19,50%
	de 1 a 2	17	37,80%	13	40,60%	30	39,00%
	de 3 a 4	16	35,60%	13	40,60%	29	37,70%
	grau 5	3	6,60%	0	0,00%	3	3,90%

Braga, *et. al.*, 2012 também mostrou uma maior porcentagem de acadêmicos, 35,7% tinham prejuízos muito grandes nas atividades do dia a dia, por consequência da dor. Correlacionando os resultados com a nossa pesquisa que 30(39,00%) dos estudantes sentem dor caracterizada como 1 a 2 na escala de EVA, mantem-se uma associação positiva entre os estudos.

		Matutino		Noturno		Geral	
		n	%	n	%	N	%
alivio	parar a atividade	13	28,90%	6	18,80%	19	24,70%
	dormir	14	31,10%	8	25,00%	22	28,60%
	medicacao	10	22,20%	14	43,80%	24	31,20%
	fazer massagem	4	8,90%	1	3,10%	5	6,50%
	nada	4	8,90%	2	6,30%	6	7,80%
	todos os métodos	0	0,00%	1	3,10%	1	1,30%

No total 77 jovens e adultos foram investigados, 36(46,80%) são do sexo feminino e 41(53,20%) do sexo masculino, os indivíduos examinados apresentaram idade entre 16 e 18 anos com incidência de 41(53,20%) entre o total de jovens e adultos, 61(79,20%) dos alunos não realizam atividade remunerada, 56(72,70%)destes alunos estudam 2 a

4 horas por dia, além das horas que eles permanecem na instituição. Destacando que as variáveis: posição de estudo sentado e o local de estudo adotadas pelos discentes obteve um resultado respectivamente significativo de 69(89,60%) estudam sentados e 64(83,10%) preferem a comodidade da mesa. Depois de muitas horas de estudo constatou-se que 35(45,50%) dos investigados sentem dores relacionadas a cefaleia tensional, no qual 11(14,30%) dos indivíduos sentem dores todos os dias, necessitando de alguma intervenção para melhoria do quadro álgico, dos investigados 38(49,40%) sentem dores poucas vezes na semana, apenas uma pequena parcela de 18(23,40%) dos indivíduos não sentem dores.

Dos alunos examinados uma quantidade de 28(36,40%) lamenta-se de dores irradiadas, tornando essa variável preocupante pois essas dores são fatores de risco para inúmeras doenças, uma apuração de 30(39,00%) dos participantes dessa pesquisa sentem dores pontuais, levando ao possível diagnóstico de cefaleia tensional de origem facetaria, esta hipótese baseia-se na dor descrita pelos acometidos como pontual. Um total de 24(31,20%) faz o uso de medicação (tratamento farmacológico) para as dores qualificadas acima e 22(28,60%) preferem dormir como método de alívio da dor.

CONCLUSÃO

A partir dos resultados encontrados pela pesquisa e aqui explanados, pode-se concluir que o estudo expressa uma ocorrência considerável de casos de cefaleia tensional no grupo de amostra, partindo da sua grande positividade em relação aos agentes causadores e sinais/sintomas compatíveis aos relacionados à esta patologia.

Ressalta-se também que a posição sentada obteve um resultado significativo expondo os discentes a um fator de risco para a cefaleia tensional que é a permanência durante varias horas com a cabeça e o pescoço em flexão, portanto o aparecimento dessa patologia é algo conjecturado, necessitando de alguma intervenção para o alívio de possíveis dores.

REFERENCIAS

AGUIAR, Luís Eugênio Silva, et al. "Efeito do tempo de mobilização pelo método maitland nas cervicalgias e lombalgias inespecíficas." *Manual Therapy, Posturology & Rehabilitation Journal* (2014): 671-692.

ANDRADE, Sobrinho, J. "Cefaléia tensional crônica e psicopatologia." *Revista Brasileira Neurologia* (2002): 30-43.

Bahrami P, Zebardast H, Zibaei M, Mohammadzadeh M, Zabandan N. Prevalence and characteristics of headache in Khoramabad, Iran. *Pain Physician* 2012;15:327-32.

BERNARDI, Marília Travassos, et al. "CORRELAÇÃO ENTRE ESTRESSE E CEFALÉIA." *Fisioter. Mov.* 2008 jan/mar;21(1):87-93: :87-93.

- BRAGA, P. C.V.; SOUZA, L. A. F.; EVANGELISTA, R. A.; PEREIRA, L. V. Ocorrência e prejuízos da cefaleia em estudantes universitárias de enfermagem. *REV ESC ENFERM USP*. V.46, p 138-44,2012.
- EDMOND, S.L. et all. *Manipulação e mobilização: técnicas para membros e coluna*. São Paulo: Brasileira, 2008.
- MATTA, ANDRÉ PALMA DA CUNHA; MOREIRA FILHO, PEDRO FERREIRA. EPISODIC TENSION-TYPE HEADACHE: CLINICAL EVALUATION OF 50 PATIENTS. *ARQUIVOS DE NEURO-PSIQUIATRIA*, v. 64, n. 1, p. 95-99, 2006.
- QUEIROZ, LUIZ P.; SILVA JUNIOR, ARIIVALDO A. THE PREVALENCE AND IMPACT OF HEADACHE IN BRAZIL. *HEADACHE: THE JOURNAL OF HEAD AND FACE PAIN*, v. 55, p. 32-38, 2015.
- MELHADO, E. M.; BIGAL, M. E.; GALEGO, A. R.; GALDEZZANI, J. P.; QUEIROZ, L. P. HEADACHE CLASSIFICATION AND ASPECTS OF. *HEADACHE: YOUNG WOMEN*. v. 72,p.17-23, 2013.
- JUNIOR, S. A. A; TAVARES, M. R; LARA, P. R; FALEIROS, E. B; GOMES, S. R; TEIXEIRA, L. A. FREQUÊNCIA DOS TIPOS DE CEFALEIA NO CENTRO DE ATENDIMENTO TERCIÁRIO DO HOSPITAL DAS CLÍNICAS DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS. *REV ASSOC MED BRAS*. V.58, p.709-713, 2012.
- XAVIER, MICHELLE KATHERINE ANDRADE ET AL. PREVALENCE OF HEADACHE IN ADOLESCENTS AND ASSOCIATION WITH USE OF COMPUTER AND VIDEOGAMES. *CIENCIA & SAUDE COLETIVA*, v. 20, n. 11, p. 3477 -3486, 2015.
- SPECIALI, JOSE G. CEFALÉIAS. *CIÊNCIA E CULTURA*, v. 63, n. 2, p. 38-42, 2011.
- VALENÇA, MARCELO MORAES; DA SILVA, AMANDA ARAÚJO; BORDINI, CARLOS ALBERTO. HEADACHE RESEARCH AND MEDICAL PRACTICE IN BRAZIL: AN HISTORICAL OVERVIEW. *HEADACHE: THE JOURNAL OF HEAD AND FACE PAIN*, v. 55, p. 4-31, 2015
- FREITAS, Karla Leite. “.” *Alterações na coluna decorrentes de maus hábitos posturais entre estudantes de Campina Grande/PB*. 2014.
- FURLAN, Maria Irma Ferreira, et al. “PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA “MENINO RETO”: RELATO DE CASO.” *EXTENDERE* vol. 2 nº1 (2014): 69-82.
- GALDINO, Gilma Serra, Tales Iuri Paz e Albuquerque e Jovany Luís Alves de Medeiros. “Cefaléias primárias.” *Arq Neuropsiquiatr* 2007: 681-684.
- JUNIOR, Windsor Ramos da Silva. *Prevalência de dor musculoesquelética e associação ao transporte de material escolar em estudantes universitários*. Maio de 2013.
- MESQUITA, Caroline Alencar e Dayana Priscila Maia Mejia. “O efeito da terapia manual em mulheres com cefaleia tensional.” 2010.
- SILVA, W,F. *Diagnóstico das cefaléias*. São Paulo: Lemos Colitonia, 2003.
- SOARES, Juliana Corrêa, et al. “Fisioter. Pesqui.” *Correlação entre postura da cabeça, intensidade da dor e índice de incapacidade cervical em mulheres com queixa de dor cervical jan./mar. de 2012*.
- SPECIALI, Jose G. “Cienc. Cult.” *Cefaleias* Apr. 2011.
- VARJÃO, Fabiana Mansur, et al. “CEFALÉIA, TIPO TENSIONAL.” *Revista Saúde e Pesquisa*, v. 1, n.2, (2008): p.185-191.

ANEXO: QUESTIONÁRIO APLICADO

PREVALENCIA DE CASOS DE CEFALEIA TENSIONAL NOS ALUNOS DO PRIMEIRO SEMESTRE DO CURSO DE DIREITO DA UNILEÃO

Questionário

Idade: _____

Turno: M() N() Curso: Direito (x)

Sexo : M () F()

Você realiza algum trabalho remunerado? ()sim ()não

- Caso sim, quantas horas por dia? _____

1) Além das horas de aula na instituição, quantas horas você costuma estudar durante o dia? _____ horas.

2) Qual a posição adotada para estudo?

() Sentado () Deitado com a barriga para cima () Deitado com a barriga para baixo

() Deitado na rede () Outras: _____

3) Qual o local em que costuma estudar? Mesa() Cama() Ônibus() Rede() Poltrona()

4) Sua dor inicia, especificamente, depois de muitas horas de estudo?

Sim() Não() Não sinto dores ()

5) Com que frequência você sente dores de cabeça?

() Todos os dias () Poucas vezes na semana () 1 vez por semana () Não sinto dores

6) Essas dores são pontuais(apenas um local) ou irradiadas(espalhada pelo pescoço) ?

Pontuais () Irradiadas() Não sinto dores ()

7) Em uma escala de 1 a 5(sendo 1 uma dor muito leve e 5 uma dor insuportável) qual a intensidade da sua dor?

Não sinto dores () 1() 2() 3() 4() 5()

8) O que você costuma fazer para aliviar a dor?

Paro a atividade() Durmo () Utilizo medicação() Faço massagem()

Obrigado por responder!

SOBRE OS ORGANIZADORES

NAYARA ARAÚJO CARDOSO Graduada com titulação de Bacharel em Farmácia com formação generalista pelo Instituto Superior de Teologia Aplicada – INTA. Especialista em Farmácia Clínica e Cuidados Farmacêuticos pela Escola Superior da Amazônia – ESAMAZ. Mestre em Biotecnologia pela Universidade Federal do Ceará – *Campus* Sobral. Membro do Laboratório de Fisiologia e Neurociência, da Universidade Federal do Ceará – *Campus* Sobral, no qual desenvolve pesquisas na área de neurofarmacologia, com ênfase em modelos animais de depressão, ansiedade e convulsão. Atualmente é Farmacêutica Assistente Técnica na empresa Farmácia São João, Sobral – Ceará e Farmacêutica Supervisora no Hospital Regional Norte, Sobral – Ceará.

RENAN RHONALTY ROCHA Graduado com titulação de Bacharel em Farmácia com formação generalista pelo Instituto Superior de Teologia Aplicada - INTA. Especialista em Gestão da Assistência Farmacêutica e Gestão de Farmácia Hospitalar pela Universidade Cândido Mendes. Especialista em Análises Clínicas e Toxicológicas pela Faculdade Farias Brito. Especialista em Farmácia Clínica e Cuidados Farmacêuticos pela Escola Superior da Amazônia - ESAMAZ. Especialista em Micropolítica da Gestão e Trabalho em Saúde do Sistema Único de Saúde pela Universidade Federal Fluminense. Farmacêutico da Farmácia Satélite da Emergência da Santa Casa de Sobral, possuindo experiência também em Farmácia Satélite do Centro Cirúrgico. Membro integrante da Comissão de Farmacovigilância da Santa Casa de Misericórdia de Sobral. Farmacêutico proprietário da Farmácia Unifarma em Morrinhos. Foi coordenador da assistência farmacêutica de Morrinhos por dois anos. Mestrando em Biotecnologia pela Universidade Federal do Ceará.

Agência Brasileira do ISBN
ISBN 978-85-7247-128-2



9 788572 471282