

ÍNDICE

	Pág.
RESUMO	5
CAPÍTULO I – INTRODUÇÃO	6
1 - Objectivos.....	7
2 - Pertinência e utilidade do estudo.....	7
3 - Plano de exposição do estudo.....	7
CAPÍTULO II – REVISÃO DA LITERATURA	9
1- Retrospectiva histórica.....	10
2 - Definição de cefaleia.....	17
3 - Classificação das cefaleias	18
3.1 Enxaquecas.....	19
3.1.1 - Enxaqueca sem aura	19
3.1.2 Enxaqueca com aura.....	20
3.1.3 – Enxaqueca provável.....	21
3.2 - Cefaleia tipo tensão.....	22
3.2.1 – Cefaleia tipo tensão episódica pouco frequente.....	24
3.2.2 – Cefaleia tipo tensão episódica frequente.....	25
3.2.3 – Cefaleia tipo tensão crónica.....	25
3.3 - Cefaleia primária do exercício.....	26
4 – Aspectos Epidemiológicos, Impacto Social da cefaleia e cefaleias, bem-estar e prescrição do exercício.....	27
4.1 - Aspectos metodológicos.....	27
4.2 – Prevalência das cefaleias primárias.....	29
4.3 – Incidência e prevalência da enxaqueca.....	30
4.3.1 – Prevalência da Cefaleia Tipo Tensão.....	34
4.3.2 – Prevalência da Cefaleia Crónica Diária.....	36
4.4 – Impacto na vida diária causado pela enxaqueca.....	36
4.5 – Efeitos da enxaqueca na qualidade de vida dos pacientes.....	38
4.6 – Avaliações da qualidade de vida específicas para a enxaqueca (MSQOL).....	40
4.7 – Efeitos da enxaqueca sobre as conquistas na vida, sobre a vida social e familiar.....	41

4.8 – Efeitos da enxaqueca nas actividades diárias.....	41
4.9 – Efeitos da enxaqueca sobre a educação.....	42
4.10 – Cefaleias e prática desportiva.....	43
4.11- Preocupações de um professor perante um aluno com Cefaleias.....	46
4.12 Relação do exercício físico com as Cefaleias.....	48
4.13 – Procedimentos a ter em conta perante um aluno com cefaleias.....	50
4.14 – Cefaleias, medicamentos e exercício físico.....	51
4.15 – Cefaleias por uso, abuso ou privação de substâncias.....	52
4.16 – Efeitos da enxaqueca sobre o emprego.....	52
4.17 – Os custos da enxaqueca para a sociedade.....	53
CAPÍTULO III – METODOLOGIA.....	56
1- População em estudo e amostra.....	57
2- Instrumento de colheita de dados.....	57
3- Procedimento de colheita de dados	58
4- Classificação das cefaleias.....	59
5- Tratamento estatístico.....	59
CAPÍTULO IV – RESULTADOS.....	60
CAPÍTULO V – CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÃO.....	87
Conclusões.....	88
Recomendações para próximos trabalhos.....	91
Bibliografia.....	92
Anexos.....	96

ÍNDICE DE QUADROS

	Pág.
Quadro 1.1 Características das estudantes mulheres da amostra.....	61
Quadro 1.2 Características dos estudantes homens da amostra.....	62
Quadro 2 Índice de massa corporal (IMC).....	63
Quadro 3.1 Número e percentagem (%) de estudantes mulheres com cefaleias.....	64
Quadro 3.2 Número e percentagem (%) de estudantes homens com cefaleias.....	64

Quadro 4.1 Prevalência (em %) dos diversos tipos de cefaleias nas estudantes mulheres.....	65
Quadro 4.2 Prevalência (em %) dos diversos tipos de cefaleias nos estudantes homens.....	67
Quadro 5.1 Características das mulheres da Faculdade de Medicina (n=40).....	69
Quadro 5.2 Características das mulheres da FCDEF(n=22).....	70
Quadro 5.3 Características dos homens da Faculdade de Medicina (n=23).....	71
Quadro 5.4 Características dos homens da FCDEF (n=64).....	72
Quadro 6.1 Intensidade da dor nas mulheres de ambas as Faculdades.....	74
Quadro 6.2 Intensidade da dor nos homens de ambas as Faculdades.....	75
Quadro 7.1 Actividade física como causa da cefaleia nas mulheres de ambas as Faculdades.....	77
Quadro 7.2 Actividade física como causa da cefaleia nos homens de ambas as Faculdades.....	78
Quadro 8.1 A actividade física como factor agravante da cefaleia comparando as mulheres de ambas as Faculdades.	79
Quadro 8.2 A actividade física como factor agravante da cefaleia nos homens de ambas as Faculdades.....	81
Quadro 9.1 Cefaleias ocorridas nos últimos três meses nas mulheres de ambas as Faculdades.....	83
Quadro 9.2 Cefaleias ocorridas nos últimos três meses nos homens de ambas as Faculdades.....	85