

Pesquisadores da PUCPR Londrina lançam e-book gratuito sobre cefaleia

Professores e estudantes do curso de Medicina organizaram a publicação com informações sobre doença que atinge mais de 30 milhões de brasileiros

Resultado de um ano de pesquisa de profissionais e estudantes que atuam no Ambulatório de Atendimento em Cefaleia da Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUCPR) Campus Londrina, o e-book “*Não é drama, é dor de cabeça*” traz esclarecimentos sobre enxaqueca (migrânea) e dor de cabeça (cefaleia) de acordo com as principais dúvidas dos pacientes. A publicação pode ser acessada de forma gratuita pelo site www.naoedrama.com.br por meio do celular, tablet ou computador.

O estudante de Medicina da PUCPR, Diogo Nabhan Silveira, um dos autores do livro, enfatiza que o acesso à informação de fonte segura estimula o paciente a seguir as orientações médicas e conviver melhor com sua condição. “Hoje sabemos que os hábitos influenciam muito na manifestação da enxaqueca. Aqueles que fazem a prevenção adequada, com auxílio médico e autogestão da doença, têm melhorias na qualidade de vida, diminuem a incapacidade causada pela dor e consomem menos analgésicos”, explica.

O livro teve a supervisão e orientação das professoras Aline Vitali, Regina Célia Poli-Frederico e Valéria Aparecida Bello, do curso de Medicina da PUCPR Campus Londrina. Na obra estão informações sobre os tratamentos mais conhecidos e os mais recentes, como medicamentos que atuam em nível molecular, o uso da toxina botulínica (Botox®) e até uma lista de aplicativos de celular que ajudam o paciente a ficar atento à sua rotina evitando as crises de enxaqueca.

Para os pesquisadores, a adequação de vocabulário para a realidade dos pacientes, bem como encontrar um meio de apresentar evidências científicas de uma forma fácil para os leigos, foi uma experiência desafiadora, mas muito enriquecedora. Além de poder ser acessado com facilidade, o e-book foi estruturado em linguagem simples e acessível.

A enxaqueca trata-se de uma doença neurológica complexa que não tem cura, mas tem tratamento. Bastante comum - estima-se que uma a cada cinco mulheres e um a cada 15 homens têm a doença - a enxaqueca pode ser amenizada por meio de uma série de tratamentos que auxiliam os pacientes a lidarem com sua condição.

Saiba mais

O grupo de pesquisa do Ambulatório de Atendimento em Cefaleia da Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUCPR) Campus Londrina também produziu vídeos informativos sobre quadro clínico e diagnóstico, fisiopatologia e tratamento da enxaqueca, entre outros. Os vídeos estão disponíveis no canal no Youtube [Neurologia PUCPR Londrina](#) e também pela conta de Instagram [@nao.e.drama](#).