**Cefaleia do tipo tensional e seu impacto na vida do trabalhador**

Nívea Maria Carvalho Coutinho1\*, Gabriela Milhomem Ferreira1 ; Luiz Felipe Castro Vaz Poloniato1; Marcela Ribeiro Goulart1; Ana Carolina Tocantins Albuquerque2; Marília Karolyne Dias Pires3.  
1Discente do curso de Medicina da Universidade de Rio Verde, Aparecida de Goiânia, Goiás, Brasil.   
2Discente do curso de Medicina do Centro Universitário de Anápolis, Anápolis, Goiás, Brasil.   
3Enfermeira Mestre em Ciências da Saúde pela Universidade Federal de Goiás, especialista em Micropolítica da Gestão e do Trabalho em Saúde e em Saúde da Família, graduada em Enfermagem pela Universidade Salgado de Oliveira, membro do corpo docente da Faculdade de Medicina da Universidade de Rio Verde da disciplina Medicina Integrada a Saúde Comunitária.

\*Autor correspondente: [nivea-mariac@hotmail.com](mailto:nivea-mariac@hotmail.com)

**Introdução:** A cefaleia do tipo tensional (CTT) caracteriza-se por dor cefálica de caráter constritivo, geralmente bilateral, de intensidade leve a moderada, não agravada por atividades físicas de rotina e com duração variável entre 30 minutos e 7 dias. Com relação à frequência, a CTT pode ser classificada em episódica (podendo ser dividida em frequente e infrequente) ou crônica. Sua incidência é mais alta na faixa de 25 a 55 anos, período de pico de produtividade populacional. Estima-se que o custo anual causado pelas cefaleias na população trabalhadora brasileira seja de 7,5 bilhões de dólares. A CTT, além de afetar a qualidade de vida dos trabalhadores, afeta também sua produtividade, podendo ser associada com ansiedade. A CTT, é o tipo de cefaleia mais presente na população e provoca grande impacto na vida dos trabalhadores. **Objetivo:** O objetivo desse estudo foi analisar o impacto da CTT na vida dos trabalhadores. **Método:** Realizou-se uma revisão integrativa através de pesquisa realizada nas seguintes bases de dados: SciELO e Google Acadêmico. Foram incluídos 11 artigos originais de alto impacto. Os seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) utilizados na seleção dos artigos foram: “Cefaleia do Tipo Tensional” e “Saúde do Trabalhador”. **Resultados:** Sabe-se que a CTT é uma doença muito comum no ambiente de trabalho, o que leva não só ao absenteísmo, como também à redução da eficácia nesta atividade. Além disso, a perda de produtividade também pode resultar em um estado afetivo negativo, o que gera redução da capacidade dos trabalhadores de se concentrar e coordenar esforços com outros trabalhadores. Vale ressaltar que os trabalhadores acometidos por CTT contarão com menos recursos cognitivos para fazer seu trabalho, uma vez que a cefaleia reduz a memória imediata e atrasada, o que aumenta as demandas de uma tarefa e, portanto, diminui a percepção de controle dos trabalhadores. Essa combinação de poucos recursos e altas demandas pode gerar ansiedade, porque os funcionários podem se sentir incapazes de lidar com as exigências de seu trabalho. Essa redução da saúde mental, além de causar impacto na vida profissional, compromete a vida social e familiar do trabalhador. Pouco se sabe sobre o desencadeamento de cefaleia causada por determinadas condições e ambiente de trabalho, no entanto, algumas atividades laborais podem expor o indivíduo a fatores desencadeantes de crises de cefaleia, uma vez que os funcionários tornam-se vulneráveis há uma exposição sistemática, prolongada e extensa a tais fatores. Dentre os fatores desencadeantes de cefaleia frequentemente encontrados no ambiente de trabalho podemos citar o estresse, a privação do sono, o ruído, os odores fortes, o calor e o frio. **Conclusão:** Portanto, a CTT apesar de ser classicamente considerada como uma dor de leve a moderada intensidade, possui impacto individual sobre os trabalhadores Suas consequências para a coletividade não podem ser desprezados e merecem ser reconsiderados, uma vez que implicam em uma redução acentuada da qualidade de vida e da capacidade de trabalho dos indivíduos acometidos.

**Palavras chave:** Cefaleia do Tipo Tensional, Cefaleias primárias, Saúde do Trabalhador.

**REFERÊNCIAS**

MONZANI, L.; ZURRIAGA, R.; ESPÍ LÓPEZ, G.V. et al. Anxiety and the severity of Tension-Type Headache mediate the relation between headache presenteeism and workers’ productivity. PLoS ONE 13, 2018.

MATTA, A. P. C.; MOREIRA, F.; FERREIRA, P. et al. Cefaléia do tipo tensional episódica: avaliação clínica de 50 pacientes. Arq. Neuro-Psiquiatria, São Paulo ,  v. 64, n. 1, p. 95-99,  2006 .

OLIVEIRA, D.A.; BRITO, J.K.; SOUZA, C.M.; CRUZ, C.K., SILVA, L.C.; SIQUEIRA, G.R.; BRINGEL, S.S.; MARTINS, H.A.; VIEIRA, L.P.; VALENÇA, M.M. et al. Cefaleia do tipo tensional e migrânea em funcionários de uma instituição de ensino superior: grau de incapacidade. **Headache Medicine**, 2011.