

Artigo de opinião

Porque é que continuamos a ignorar a enxaqueca?

Ao contrário de muitas outras dores, a enxaqueca continua a esconder-se atrás de um nome que soa a queixa comum. E é, de facto, uma queixa comum, já que cerca de dois milhões de portugueses vivem com enxaqueca. No entanto, a dimensão do problema não se traduz em visibilidade e tratamento. Pelo contrário: segundo o estudo 'Enxaqueca nas Mulheres — O Padrão Hormonal Invisível', da Aliança Europeia para a Enxaqueca e Cefaleias, um terço (33%) das mulheres com sintomas compatíveis com enxaqueca nunca consultou um médico; uma quase maioria (42%) nunca recebeu um diagnóstico médico e 72% recorrem à automedicação.

É como se esta doença neurológica crónica não tivesse a possibilidade de incapacitar por completo, ou não fosse aquilo que verdadeiramente é: um problema que condiciona, que limita, que impede o funcionamento normal. Tratar a enxaqueca apenas como uma dor de cabeça é reduzi-la a um incómodo passageiro, quando os números mostram outra coisa bem diferente: ainda de acordo com o mesmo estudo, 92% das mulheres com enxaqueca confirmam que as crises as impediram de trabalhar, de estudar ou de cumprir as suas tarefas diárias durante, pelo menos, um dia inteiro.

Estamos a falar de uma condição que se pode manifestar como uma dor moderada a forte, pulsátil ou latejante, acompanhada de náuseas e vómitos e de uma maior sensibilidade à luz, ao ruído e aos cheiros. Um problema que não se limita a desaparecer, mas persiste no tempo, manifestando-se sob a forma de episódios recorrentes, o que faz com que muitos normalizem o que sentem e, mais do que isso, se adaptem à doença em vez de procurar formas de a resolver.

Como? Consultando um especialista. Na presença de crises recorrentes, quando a frequência ou a intensidade aumentam, quando os sintomas interferem com o trabalho, os estudos ou a vida familiar, quando é necessário recorrer frequentemente a medicação ou quando se sente dificuldade em controlar as crises, a procurar de ajuda médica não é exagerar, mas o único caminho para perceber o que está por detrás da dor, distinguir a enxaqueca de outros tipos de cefaleia e definir o tratamento certo para cada pessoa.

Quebrar o ciclo da dor e libertar-se da prisão que é a enxaqueca começa pelo diagnóstico, que continua a chegar tarde ou a não chegar de todo, como mostram os dados já referidos. Sem diagnóstico, não há tratamento dirigido, apenas a gestão de uma dor feita à base de automedicação, com enormes custos pessoais e para a sociedade, fruto da incapacidade causada. E é essa ausência de resposta clínica, mais do que a doença em si, que transforma a enxaqueca numa condição em que se sofre em silêncio, em vez de uma condição que se trata.

Filipe Palavra

Presidente da Sociedade Portuguesa de Cefaleias