



# TERAPIAS INTEGRATIVAS NA ENXAQUECA: MECANISMOS DE AÇÃO E IMPACTOS NA DOR E NEUROINFLAMAÇÃO

Fernanda Belle<sup>1</sup>; Denise Laureane Morais<sup>1</sup>; Larissa Macorin Pereira<sup>1</sup>; Rosekelly Echimback Mattei<sup>1</sup>; Kauanny Kárita Isaias da Silva<sup>1</sup>; Julia Bonissoni Somensi<sup>1</sup>; Nicole Rocha Leal<sup>1</sup>; Maria Fernanda Tarifa<sup>1</sup>; Franciane Bobinski<sup>1</sup> (Orientadora)

UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA

Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde, Campus Pedra Branca, [franciane.bobinski@ulife.com.br](mailto:franciane.bobinski@ulife.com.br)

## Introdução

A enxaqueca é uma condição neurovascular incapacitante, com alta prevalência e impacto na qualidade de vida, especialmente entre mulheres (PULEDDA et al., 2023; QUEIROZ; SILVA JUNIOR, 2015). Embora existam diversas opções terapêuticas, muitos pacientes enfrentam dificuldades no controle da doença (SEDDIK et al., 2020). Nesse contexto, as Práticas Integrativas e Complementares (PICS) surgem como possíveis abordagens, promovendo alívio dos sintomas e melhora na qualidade de vida (DIENER et al., 2015; MERCANTE et al., 2018).

## Objetivo

Analisar os mecanismos de ação das terapias integrativas na enxaqueca e seu efeitos na dor e na neuromodulação da inflamação, por meio de estudos clínicos já publicados.

## Metodologia

Este estudo é uma revisão integrativa de estudos clínicos, conduzida em quatro etapas: (1) identificação do tema; (2) triagem pelos critérios de inclusão e exclusão; (3) informações extraídas dos estudos e análise dos artigos selecionados; e (4) apresentação dos resultados e conclusões. A estratégia de busca utilizou uma ampla combinação de descritores, incluindo enxaqueca, dor, neuroinflamação e terapias integrativas, como acupuntura, massagem, fitoterapia, mindfulness, ozonioterapia, aromaterapia, entre outras. As bases de dados consultadas foram Medline (PubMed), CNKI (China National Knowledge Infrastructure), Cochrane Library, SciELO e LILACS, sem restrições de idioma ou data de publicação. Os critérios de inclusão priorizaram estudos clínicos com participantes maiores de 18 anos, publicados em revistas científicas confiáveis, abordando eficácia e mecanismos de ação de terapias integrativas na enxaqueca, com foco na dor e neuroinflamação. Estudos pré-clínicos, relatos de caso e duplicados foram excluídos. A seleção foi realizada por dois revisores independentes, com resolução de discordâncias por um terceiro revisor.

## Resultados Prévios e Discussão

Foram inicialmente identificados 4596 artigos, dos quais 386 foram selecionados para análise de títulos e resumos. Após a leitura completa, 235 estudos foram analisados detalhadamente. As terapias mais investigadas foram acupuntura (71 estudos selecionados de 797 identificados), exercício físico (18 de 655) e biofeedback (21 de 513). O processo de seleção dos estudos está resumido na Figura 1. Terapias como apiterapia, cromoterapia e biodança não apresentaram estudos relacionados à enxaqueca, indicando lacunas para futuras pesquisas. Os estudos destacaram mecanismos comuns das terapias integrativas na enxaqueca, como vasodilatação, modulação do sistema nervoso central e autônomo, e alterações em biomarcadores inflamatórios e oxigenação cerebral. Esses mecanismos foram associados à redução da frequência, intensidade e duração das crises. O foco terapêutico está na modulação da dor, tanto no alívio quanto na prevenção, contribuindo para um manejo mais eficaz dos sintomas (PULEDDA et al., 2023). Além do alívio da dor, os estudos utilizaram questionários para avaliar a qualidade de vida, revelando impacto positivo no bem-estar emocional e social dos participantes.

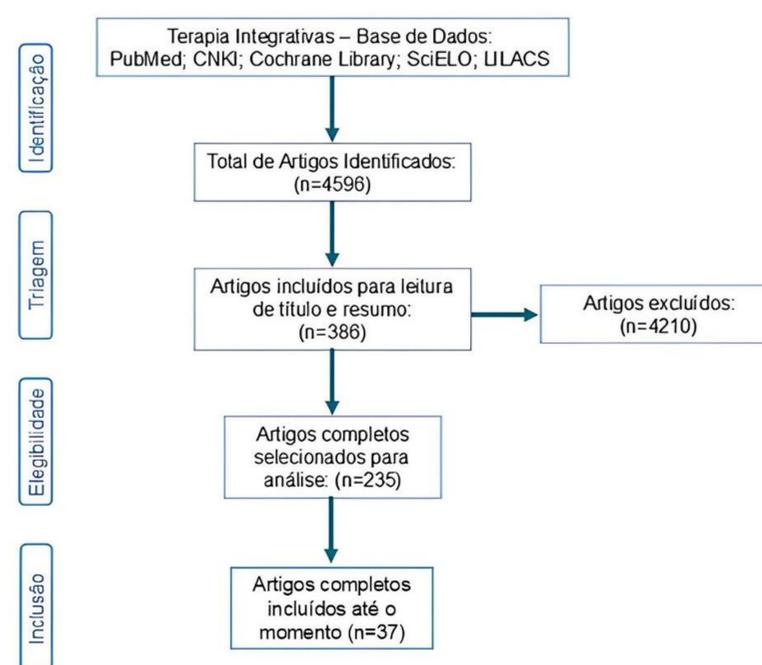


Figura 1 – Fluxograma dos resultados parciais

As terapias integrativas demonstraram potencial multifatorial, com benefícios tanto físicos quanto psicossociais, reforçando sua eficácia como abordagem holística no tratamento da enxaqueca (GRANGEON et al., 2023; DIENER et al., 2015; MERCANTE et al., 2018; SEDDIK et al., 2020).

## Conclusões

Os resultados preliminares mostram que terapias integrativas influenciam positivamente mecanismos fisiológicos da enxaqueca, como modulação da dor, vasodilatação e atividade nervosa. Demonstraram potencial no alívio das crises e na melhoria da qualidade de vida. No entanto, conclusões finais dependem de análises completas e pesquisas sobre terapias pouco exploradas.

## Bibliografia

PULEDDA, F.; SILVA, E.M.; SUWANLAONG, K.; GOADSBY, P.J. Migraine: from pathophysiology to treatment. *Journal of Neurology*, v. 270, p. 3654–3666, 2023. LAGMAN-BARTOLOME, A.M.; LAY, C. Migraine in Women. *Neurologic Clinics*, v. 37, p. 835–845, 2019. QUEIROZ, L.P.; SILVA JUNIOR, A.A. The prevalence and impact of headache in Brazil. *Headache*, v. 55, S1, p. 32–38, 2015. SEDDIK, A.H.; BRANNER, J.C.; OSTWALD, D.A.; SCHRAMM, S.H.; BIERBAUM, M.; KATSARAVA, Z. The socioeconomic burden of migraine: An evaluation of productivity losses due to migraine headaches based on a population study in Germany. *Cephalalgia*, v. 40, p. 1551–1560, 2020. DIENER, H.C.; HOLLE, D.; DODICK, D.W. Treatment of chronic migraine – status and future directions. *The Lancet Neurology*, v. 14, p. 135–144, 2015. SEDDIK, A.H.; BRANNER, J.C.; OSTWALD, D.A.; SCHRAMM, S.H.; BIERBAUM, M.; KATSARAVA, Z. The socioeconomic burden of migraine: An evaluation of productivity losses due to migraine headaches based on a population study in Germany. *Cephalalgia*, v. 40, p. 1551–1560, 2020. MERCANTE, J.; UTIYAMA, S.M.; MALACHIAS, M.V.B. The role of complementary and integrative therapies in migraine treatment. *J Headache Pain*, v. 19, p. 75, 2018.