



## Material educativo sobre cefaleia (dor de cabeça) Diário de cefaleia

Quer gerada pelos pacientes, quer pelos médicos, os diários de cefaleia que tenho revisto ao longo dos anos parecem muitas vezes incompreensivelmente elaborados. Destacamos aqui o "simples, mas adequado" diário que temos utilizado em nosso centro há mais de uma década. A partir deste diário, podemos calcular e identificar os dias "com dor de cabeça" por mês e os "dias quando a dor de cabeça foi incapacitante funcionalmente" por mês (ou seja, intensidade 3), bem como obter alguma informação se o paciente fez uso excessivo de medicação analgésica abortiva para o tratamento agudo da dor. Usamos este diário para calcular um "perfil de dor de cabeça" para cada paciente (por exemplo, 17/7 significa que ao longo do mês em questão, o paciente apresentou 17 dias de dor de cabeça, 7 dos quais com dor de cabeça provocando incapacidade funcional). Se nós temos um interesse em determinar se a paciente apresenta crises de enxaqueca associadas ao período menstrual e desejamos avaliar a associação temporal da dor de cabeça com a menstruação, nós simplesmente pedimos para a paciente indicar, no diário, o início e o fim do fluxo menstrual.

John F. Rothrock, MD  
Editor-in-Chief, *Headache*  
Professor and Vice Chair  
Director, Headache Treatment and Research Program  
University of Alabama at Birmingham  
Birmingham, AL, USA

*Traduzido por Marcelo M. Valença, MD, PhD*



Mês \_\_\_\_\_

Dor de cabeça? (sim/não)	Maior Intensidade (1-3)*	Usou medicação analgésica? (sim/não)	Qual medicamento abortivo?
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			
20.			
21.			
22.			
23.			
24.			
25.			
26.			
27.			
28.			
29.			
30.			
31.			

\*1 = leve

2 = intensa, mas não é incapacitante

3 = incapacitante, impedindo a realização das atividades habituais por pelo menos parte do dia