



## Pesquisa identifica os gatilhos da dor de cabeça no futuro

*Mapeamento destaca tendências comportamentais que podem desencadear a dor de cabeça e possíveis soluções para prevenção deste problema*

**São Paulo, 10 de abril de 2018** – A pesquisa “*O futuro da dor de cabeça*”, encomendada por Neosaldina®, marca de analgésico especialista em dor de cabeça, e conduzida pela WGSN Mindset, divisão de consultoria da empresa líder global em pesquisa de tendências, WGSN, aponta a **era da ansiedade, o esgotamento cerebral, a dor da pós-verdade, a autoexigência e o barulho** como as cinco tendências da dor de cabeça no futuro.

Realizado em março deste ano, o estudo foi feito com base nos comportamentos da população e o resultado mostra que a maioria dos provocadores da dor de cabeça está relacionada a questões externas já conhecidas, como estresse e falta de sono, mas também a fatores emocionais e à crescente influência da tecnologia na rotina.

*“É importante ressaltar que os gatilhos podem variar de indivíduo para indivíduo. Dessa forma, é preciso que a pessoa observe como o corpo reage aos diferentes estímulos da rotina, o que auxilia no diagnóstico mais assertivo do tipo da dor de cabeça”,* destaca a Dra. Célia Roesler, diretora da Sociedade Brasileira de Cefaleia e vice-coordenadora do Departamento Científico de Cefaleia da Academia Brasileira de Neurologia.

**A era da ansiedade:** No Brasil, a Organização Mundial de Saúde<sup>2</sup> estima que 9,3% da população sofra de ansiedade, o que coloca o país em primeiro lugar na lista dos que apresentam a patologia no mundo. Como consequência, a condição se torna uma preocupação social e de saúde pública.

*“O transtorno de ansiedade é marcado por sintomas como a dificuldade de concentração, problemas no sono, preocupação excessiva e uso da alimentação como válvula de escape. Também pode causar dores sem justificativa física, como a própria dor de cabeça”,* explica a psicóloga Juliane Peres Mercante, especialista em cefaleias e doutora pelo departamento de Psiquiatria do Hospital das Clínicas, da Faculdade de Medicina da USP.

De acordo com a pesquisa, para combater esse cenário, é importante investir em momentos de interação social que proporcionem calma, espaços que propõem a redução da ansiedade e técnicas para relaxar e aprimorar a qualidade do sono.

**Esgotamento cerebral:** Em um mundo conectado, em que o virtual é o real, o foco passa a ser um desafio. Cada vez mais as pessoas estão criando a cultura de distração, em que tentam prestar atenção em tudo ao mesmo tempo, mas não estão efetivamente concentradas. *“A sobrecarga de informações, principalmente com o aumento do consumo de conteúdo digital, pode ocasionar um esgotamento do cérebro e o aumento do estresse. Ambas as situações podem desencadear a dor de cabeça e devem ser combatidas por meio de uma aposta em um estilo de vida mais saudável e equilibrado”,* reforça a Dra. Célia.

**A dor da pós-verdade:** Segundo o Oxford Dictionary - Departamento da universidade de Oxford responsável pela elaboração de dicionários, a pós-verdade pode ser definida como a situação na qual os

fatos têm menos influência na opinião pública do que o apelo à emoção e as crenças pessoais. Ou seja, cada vez mais as pessoas tratam os fatos como opiniões, descartando aqueles que não gostam.

*“A busca incessante pelo que é ‘real’ pode criar momentos de estresse e tensão, gerando uma possível dor de cabeça”, completa a Dra. Juliane. Os resultados da pesquisa recomendam que as pessoas procurem utilizar a tecnologia a seu favor, apostando em soluções que as ajudem a verificar, por exemplo, o que é ou não verdade.*

**Autoexigência:** A busca pelo perfeccionismo é constante e contribui para o aumento da ansiedade na população, segundo estudo feito pela University of Bath e pela York St John University<sup>3</sup>. Em paralelo, a população passa a associar o excesso de atividades e a produtividade ao sucesso pessoal e profissional.

Tais autoexigências têm criado uma cultura do “perfeito”, o que é prejudicial à saúde, principalmente quando o assunto é alimentação. *“A autoexigência tem relação direta com a alimentação e no fluxo de ‘preciso ser bom em tudo’, o conceito de se alimentar bem é constantemente confundido. Comer saudável contempla consumir o que gostamos e de forma equilibrada. Na falta de algum nutriente, em dietas restritivas ou com o mau funcionamento do intestino e na presença de problemas digestivos, o corpo pode reagir e desencadear uma dor de cabeça”, alerta a nutricionista Marcia Daskal.*

**Barulho 2.0:** Os ruídos aumentam exponencialmente e, como consequência, a angústia e o estresse pioram. E esse barulho tem causado mais do que apenas irritação: resultados da Organização Mundial da Saúde<sup>4</sup> mostram que 3% dos ataques cardíacos e derrames cardíacos fatais na Europa são causados pelo ruído do trânsito. *“Além de prejudicar a audição, o barulho em excesso pode ocasionar distúrbios de sono, estresse e problemas psicológicos – algumas das principais condições para o surgimento da dor. As pessoas precisam garantir maneiras de ter momentos de silêncio em sua rotina, seja no ambiente de trabalho, na rua ou em casa”, completa a Dra. Célia.*

Para Julia Curan, Consultora da WGSN Mindset, a pesquisa chama atenção para questões bastante impactantes no cotidiano da população: *“As tendências descobertas já são uma realidade e a previsão é que elas só se intensifiquem nos próximos anos. Por isso, precisamos prestar cada vez mais atenção em quais pontos as influências externas podem ajudar ou prejudicar, desencadeando uma dor de cabeça”, explica.*

*“Entendemos o impacto da dor de cabeça na vida das pessoas. Por isso, buscamos sempre inovar e trazer dados e estudos que ajudam a melhorar o dia-a-dia das pessoas que sofrem com a condição. O objetivo com a pesquisa foi antecipar o que tende a gerar o desconforto no futuro, permitindo às pessoas investir em maneiras de prevenir a dor de cabeça”, completa Abner Lobão, Diretor de Assuntos Científicos Brasil e LATAM.*

#### Referências bibliográficas

1. WGSN Mindset. Pesquisa O futuro da dor cabeça. São Paulo: WGSN Mindset para Takeda mar 2018. Foi utilizada a metodologia de desk research, olhando tanto para a plataforma WGSN, como para outras fontes secundárias.
2. World Health Organization – WHO. [Organização Mundial da Saúde]. Estudo Depression and Other Common Mental Disorders. [Depressão e outros distúrbios mentais comuns: estimativas globais de saúde]. [Internet]. 2017. [Cited 2018 apr]. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf;jsessionid=EDD0731EC07BE0807E9F1D96E42CAC1E?sequence=1>.
3. Curran T., & Hill AP. Perfectionism Is Increasing Over Time: A MetaAnalysis of Birth Cohort Differences From 1989 to 2016. American Psychological Association. [Internet]. Psychological Bulletin. 2017 Dec 28 abstract. [Cited 2018 apr]. Available from: <http://dx.doi.org/10.1037/bul0000138>.



4. World Health Organization – WHO. [Organização Mundial da Saúde]. Burden of disease from environmental noise. [Internet]. 2011. [Cited 2018 apr]. Disponível em: [http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0008/136466/e94888.pdf](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0008/136466/e94888.pdf).

**SE PERSISTIREM OS SINTOMAS, O MÉDICO DEVERÁ SER CONSULTADO. NEOSALDINA® É UM MEDICAMENTO. SEU USO PODE TRAZER RISCOS. PROCURE O MÉDICO E O FARMACÊUTICO. LEIA A BULA.**

**NEOSALDINA® Drágeas** dipirona, mucato de isometepteno, cafeína. **NEOSALDINA® Solução oral** – Gotas dipirona, cloridrato de isometepteno, cafeína. Indicações: como analgésico e antiespasmódico, indicado para o tratamento de diversos tipos de dor de cabeça ou cólicas. SE PERSISTIREM OS SINTOMAS, O MÉDICO DEVERÁ SER CONSULTADO<sup>3</sup>.  
Registro MS 1.0639.0231

#### **Sobre a Takeda**

A Takeda é uma empresa farmacêutica global, comprometida em proporcionar ao paciente saúde melhor e um futuro mais brilhante, traduzindo a ciência em medicamentos que mudam vidas. A companhia concentra os seus esforços de pesquisa nas áreas de oncologia, gastroenterologia e sistema nervoso central e tem programas específicos de desenvolvimento com especialidade em doenças cardiovasculares, assim como produção de vacinas. A companhia investe em Pesquisa e Desenvolvimento internamente e com parceiros, com o objetivo de permanecer na liderança das inovações. Mais de 30 mil funcionários, em 70 países, estão empenhados em melhorar a qualidade de vida dos pacientes. Novos produtos, bem como sua presença nos mercados emergentes, fomentam o seu crescimento de forma sustentada.

A Takeda no Brasil está entre as 10 principais farmacêuticas do país e tem duas fábricas instaladas em território nacional - Jaguariúna (SP) e São Jerônimo (RS). A área de MIPs (medicamentos isentos de prescrição) conta no portfólio com produtos consagrados para dor de cabeça, má digestão e antibactericida. Na área de prescrição médica, as principais especialidades atendidas pela Takeda são gastroenterologia, cardiometabólica e imunologia, além da oncologia, lançada em 2015. Para mais informações sobre a Takeda, consulte o site: <http://www.takedabrasil.com>.

SAC: +55 11 0800 7710345

#### **SOBRE A WGSN**

Plataforma pioneira em tendências e previsões. A WGSN foi a primeira a combinar tecnologia de ponta com a criatividade humana para atender às necessidades únicas da indústria criativa internacional. Informações e inspirações de todo o mundo podem ser acessadas com um só clique. Mantemos nosso cliente informado e à frente do mercado, podendo criar o futuro para seu negócio e para seus consumidores. Com mais de 250 especialistas em previsão de tendências e cientistas de dados em todo o mundo, nós ajudamos 6.500 empresas a se manterem relevantes e encontrarem as próximas oportunidades de crescimento. Junto com os nossos 74.000 usuários, criamos o amanhã ao unir pesquisa qualitativa com análises quantitativas e serviços personalizados de consultoria. Mais informações em: <https://www.wgsn.com/pt/>

**Sobre a pesquisa:** A pesquisa “O futuro da dor de cabeça” é uma realização da WGSN Mindset, encomendada pela marca Neosaldina®, da farmacêutica Takeda, para avaliar os gatilhos da dor de cabeça nos próximos anos. O estudo foi realizado em março de 2017 e foi utilizada a metodologia de desk research, olhando tanto para a plataforma WGSN, como para outras fontes secundárias.

#### **INFORMAÇÕES PARA A IMPRENSA:**



**Nahia Rosa - [nahia.rosa@edelman.com](mailto:nahia.rosa@edelman.com)  
Telefone: 11 3060 3124**

Abril de 2018 [BR/NEO/1804/0062](#)

Material destinado para a imprensa. Em caso de dúvidas ligue gratuitamente - SAC: 0800 771 0345