



# A influência da obesidade no desenvolvimento da migrânea: uma revisão sistemática da literatura

Caio Lellis, Weldes Junior, Camila Martins, Sara Silva, Ana Dib, Pedro Tertuliano, Ledismar Silva  
Pontifícia Universidade Católica de Goiás

### Introdução

A migrânea é um tipo de cefaleia primária que apresenta alta prevalência na sociedade, ocasionando prejuízo na qualidade de vida dos acometidos. Embora ainda questionado a relação entre obesidade e migrânea, observa-se uma maior prevalência dessa cefaleia em indivíduos obesos. O objetivo desta revisão é buscar na literatura atual se há alguma relação da obesidade com a manifestação da migrânea, avaliando a eficácia de dietas menos calóricas e redução de peso.

### Material e Métodos

Foi realizada uma revisão sistemática da literatura nos bancos de dados do PubMed e Lilacs, com os descritores: "Obesity AND Migraine", sendo selecionados os relatos de caso, metanálises e ensaios clínicos publicados nos últimos 10 anos (n= 22 artigos). Foram excluídos os estudos que ainda não foram concluídos e aqueles que não se enquadravam nos objetivos, assim restaram 13 artigos.

### Resultados

Os estudos concluíram que há uma relação direta entre a obesidade e a pré-obesidade com o aumento da intensidade e frequência da migrânea, independentemente da idade, sendo o sexo feminino mais afetado. Um dos artigos apontou que a dieta cetogênica pobre em calorias é eficaz para a melhoria rápida e a curto prazo das crises de migrânea em pacientes com excesso de peso, no entanto, necessita-se de mais estudos que apontem a duração efetiva da dieta e se ela se aplica a todos os pacientes obesos. Também, foi apontado que a terapia comportamental e o exercício físico obtiveram efeitos significativos sobre a intensidade e a frequência dos episódios de migrânea nos pacientes obesos. Ademais, um ensaio clínico observou que o programa de intervenção interdisciplinar reduziu significativamente a adiposidade em adolescentes obesos entre 14 e 16 anos, sendo essa mudança no IMC associada com uma melhora significativa da migrânea nos 12 meses após a terapêutica. Acerca da cirurgia bariátrica, dois estudos concluíram que houve relação entre essa técnica cirúrgica e o alívio acentuado da gravidade e duração da enxaqueca, bem como o aumento significativo do número de dias sem crises, principalmente em mulheres obesas na pré menopausa.

### Conclusões

A redução de peso mostrou impacto positivo no manejo da migrânea em pacientes obesos, dessa forma, a dieta cetogênica pouco calórica, exercícios físicos regulares, a terapia comportamental e, em casos necessários, a cirurgia bariátrica são opções terapêuticas seguras e eficazes na redução da frequência e intensidade das crises de enxaqueca.

**Palavras-chave:** Migrânea; obesidade; cefaleia