

RESUMO - CIÊNCIAS DA SAÚDE

IMPACTO DA CEFALEIA TENSIONAL NO DESEMPENHO ACADÊMICO DE ESTUDANTES DE MEDICINA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Sabrina Silvestre (ssilvestre0011@gmail.com)

Michel Monteiro Macedo (michel.macedo@afya.com.br)

Fabrizio Dos Santos Cardoso (fabrizio.cardoso@uniredentor.edu.br)

Renata Clementino Gontijo (renatacanavarrogontijo@gmail.com)

Sérgio Gomes Da Silva (Sergio.gomes@afya.com.br)

A cefaleia tensional é uma condição neurológica comum entre estudantes de Medicina, refletindo os altos níveis de estresse, privação de sono e exigência cognitiva do curso. Esta revisão sistemática teve como objetivo investigar a prevalência, características clínicas e o impacto da cefaleia tensional no desempenho acadêmico de estudantes de Medicina. Foram encontrados dez artigos no PubMed dos últimos 10 anos (2015-2025) usando os seguintes descritores HEADACHE and ACADEMIC PERFORMANCE and MEDICAL STUDENTS, sendo excluídos cinco deles por incompatibilidade com o objetivo da revisão, sendo os estudos incluídos na revisão cinco estudos transversais conduzidos com amostras representativas de estudantes de graduação em Medicina. Os resultados demonstraram que a cefaleia tensional é uma das formas mais prevalentes de cefaleia primária nesse grupo, frequentemente associada ao uso excessivo de dispositivos eletrônicos, baixa atividade física e fatores psicossociais como ansiedade e estresse. A condição mostrou-se relacionada à redução da concentração, piora do humor,

absenteísmo e queda no rendimento acadêmico. Os achados reforçam a necessidade de políticas institucionais voltadas à promoção da saúde mental e física dos estudantes, além de intervenções que incentivem práticas de autocuidado e gerenciamento do estresse.

Palavras-chave: cefaleia tensional; estudantes de medicina; desempenho acadêmico; estresse; revisão sistemática.