

Eficácia Preliminar do Treinamento Aeróbico nos Sintomas de Enxaqueca

Objetivo

Este estudo tem como objetivo analisar a eficácia preliminar do treinamento aeróbico no nível de dor da enxaqueca, qualidade do sono, qualidade de vida e ondas cerebrais em repouso em estudantes universitários com sintomas de enxaqueca.

A enxaqueca é uma cefaleia neurológica primária. O tratamento geralmente inclui medicamentos; entretanto, quando administrados por períodos prolongados, esses medicamentos podem causar efeitos colaterais. Caso a enxaqueca não seja tratada ou diagnosticada, estima-se que cerca de 2,5% dos indivíduos podem desenvolver uma condição crônica.

Resultados

Após a análise inicial de EEG usando MATLAB, serão analisados amplitude, frequência, razão de bandas de frequência e densidade espectral de potência. Análises de desenho misto (*mixed design analysis*) e *intention to treat* serão utilizadas para avaliar a eficácia do treinamento aeróbico, monitorado por procedimentos como eletromiografia (EMG).

Participantes e Clínicos

Os participantes-alvo são 88 estudantes universitários com sintomas de enxaqueca, de ambos os sexos, com idades entre 18 e 40 anos.

Os pesquisadores são: Kiruthika Selvakumar, M. Kandiah Faculty of Medicine and Health Sciences, Department of Physiotherapy, Universiti Tunku Abdul Rahman, Selangor, Malásia; Tan Lee Fan e Mun Hou Kit, Department of Mechatronics and BioMedical Engineering, Lee Kong Chian Faculty of Engineering and Science, Universiti Tunku Abdul Rahman, Selangor; e Foo Chai Nien, M. Kandiah Faculty of Medicine and Health Sciences, Department of Population Medicine, Universiti Tunku Abdul Rahman, Selangor.

Métodos

Os participantes deste grupo realizarão treinamento de biofeedback por EMG nos músculos trapézio e frontal usando um jogo de “rosa para relaxamento”, três vezes por semana durante seis semanas. Cada sessão terá duração de 30 minutos, com um período de descanso de cinco minutos entre cada sessão muscular. O instrumento NeuroTrac MyoPlus 4 Pro será utilizado para o treinamento de biofeedback por EMG.

No jogo da rosa, o biofeedback EMG é fornecido quando a rosa do participante se abre ao detectar relaxamento; o objetivo é relaxar completamente e manter-se relaxado.

O desfecho primário é a atividade cerebral em repouso medida por eletroencefalografia (EEG), e os desfechos secundários são qualidade do sono, qualidade de vida e nível de dor da enxaqueca. As avaliações pós-teste serão realizadas na sexta semana.

O resumo completo pode ser encontrado em:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37747888/>