



Conforto lumínico e cefaleia no ambiente escolar no ensino fundamental no Maranhão

Manoel de Araujo Neto, Willyanna Lima, Lídia da Silva, Leonardo Ramos, Guilherme Pinto, Alisson Santos, Maria Gonçalves
Universidade CEUMA

A prevalência de dores de cabeça aumenta significativamente com a idade e cresce de 37% para 51% em crianças com idade de 7 anos e eleva-se gradativamente para 57% a 82% a partir dos 15 anos de idade. Avaliar a influência da luminosidade na queixa de cefaleia e o nível de luminância nas salas de aula de escolares do ensino fundamental. Estudo transversal analítico, realizado com crianças, de ambos os sexos, idade entre 9 e 12 anos, de uma escola particular de São Luís - MA. Foram excluídas as crianças que tinham algum problema cognitivos e que não apresentaram o consentimento assinado pelos pais. De início foi realizada uma coleta dos dados gerais (idade, sexo, escolaridade) e percepção da iluminação ambiente. Seguida pela avaliação das queixas de cefaleia que foi realizada com questionário feito pelo próprio autor, como, a intensidade da dor, frequência e os principais gatilhos para a dor, como, luz, cheiro, fome, som, esforço e nervosismo. Para as medições do nível de luminância, foi utilizado um luxímetro portátil, o espaço escolar (duas salas), foi dividido em 16 pontos, a uma altura de 0,50 m do chão e em cada sala foram realizadas quatro medições diárias, duas de manhã (às 8 e 11 horas) e duas à tarde (às 14h e 17 horas). Este projeto foi submetido pelo Comitê de Ética em pesquisa da Universidade CEUMA CAAE: 80335117.4.0000.5084. Foram avaliados 43 alunos, 53,49% eram do gênero feminino, onde 100% apresentaram queixa de cefaleia, a principal característica associada a cefaleia no gênero feminino foram fotofobia e osmofobia (82.61%) $p=0,002$, no gênero masculino foi 65% ($p=0,04$) fonofobia e (20%) $p=0,002$ fotofobia. Foi observada média com luz natural 259.6 (± 60.3) lux e com luz artificial entre 162.4 (± 78.2) lux, mostrando que as médias estavam abaixo do recomendado pela NBR 5413. Pode-se concluir que houve alta prevalência de cefaleia em crianças expostas a níveis lumínicos fora dos padrões da NBR, ainda, condições ambientais no âmbito escolar podem ser fatores prejudiciais para a aprendizagem e também economicamente nas crianças.

Palavras-chave: Cefaleia, Crianças, Luminosidade