

CAMARA, Flávia. Enxaqueca X chocolate. Bragança Paulista, SP: FESB, 2009. (IMPRESSO)

## RESUMO

A enxaqueca é uma doença relatada e estudada a milênios. As primeiras teorias sugeriam que a enxaqueca seria de origem vascular. Hoje, os estudos mais recentes apontam que as origens das crises de enxaqueca estão relacionadas a alterações na recaptção de serotonina, liberação de óxido nítrico, distúrbios de magnésio e outros. Também já se sabe que existem fatores desencadeantes para as crises, entre esses fatores os mais citados são os hormonais, e emocionais e os alimentares. As mais atingidas pelos fatores hormonais são as mulheres, nas fases da gestação, menstruação, menopausa, menarca e até durante o uso de anticoncepcionais. Entre os fatores emocionais, o mais citado é o estresse. Já em relação a enxaqueca alimentar, um dos alimentos mais incriminados e estudados é o chocolate. Inúmeros trabalhos realizados em diversos países, realmente sugerem que muitas pessoas são sensíveis a substâncias presentes no chocolate. Essa sensibilidade, é apontada como causa do desencadear de uma crise de enxaqueca após o consumo de chocolate. O objetivo desse trabalho é conhecer e relatar a relação entre o consumo de chocolate e enxaqueca alimentar.