

Coca-cola combate a dor de cabeça? Veja o que os neurologistas falam da crença popular

Médica americana viralizou nas redes sociais ao revelar que toma o refrigerante para acabar com as crises de enxaqueca

Por Eduardo F Filho — São Paulo

Uma neurologista americana viralizou nas redes sociais ao revelar que um bom remédio para acabar com as dores de cabeça e até mesmo com a enxaqueca é a Coca-Cola. Jessica Lowe admite sofrer com as temidas e famosas enxaquecas e que seu pedido é sempre o mesmo: “uma Coca-Cola grande [aproximadamente 950 ml] que tem cerca de 80 miligramas de cafeína”.

A substância, presente nos refrigerantes de cola, é a responsável por trazer alívio da dor. Isso porque, em quadros de enxaqueca, ocorre a vasodilatação de artérias da cabeça, que estimula nervos de sensibilidade que retroalimentam a dor. Já a cafeína reduz essa vasodilatação, melhorando o aspecto da dor.

— A Coca-Cola é uma bebida que foi lançada lá no passado como um medicamento para a dor de cabeça. Ela era vendida em farmácia, como se fosse um xarope. Em sua composição, a quantidade de cafeína é suficiente para funcionar como um analgésico na hora da dor — afirma Thais Villa, neurologista do Headache Center Brasil.

Entretanto, a médica afirma que não se deve usá-la com frequência, visto que, além de analgésica, a cafeína é estimulante, ou seja, pode ter um efeito de sensibilizar ou estimular o cérebro de uma pessoa que tem enxaqueca.

— Pode ser que ela piore ou deixe a dor de uma forma crônica. Outros refrigerantes com cola e com guaraná também podem ajudar a cronificar dores de cabeça — explica Villa.

A especialista afirma que não são todas as pessoas que podem tomar o refrigerante. Devido a essa estimulação, pessoas que sofrem de enxaqueca, ansiedade, gastrite crônica, hipertensão e arritmia cardíaca, não devem tomar a bebida como forma de alívio para dores de cabeça.

— Deve tomar muito cuidado, usar de maneira esporádica e, se a pessoa tem enxaqueca, ansiedade, insônia, arritmia, problemas de hipertensão, evitar usar os refrigerantes de cola e Guaraná. Obviamente, na dúvida, procure um médico especialista e faça tratamentos próprios para a condição — diz.

A ingestão excessiva e contínua deste tipo de produto leva também ao agravamento de diabetes, obesidade, hipertensão arterial e doenças renais.

<https://oglobo.globo.com/saude/noticia/2025/07/04/coca-cola-combate-a-dor-de-cabeca-veja-o-que-os-neurologistas-falam-da-crenca-popular.ghtml>

Veículo: Online -> Portal -> Portal O Globo - Rio de Janeiro/RJ