



**DR. GUSTAVO  
CARDOSO**

NEUROLOGISTA

Manual do paciente

# Diário de Enxaqueca

---

Mais consciência  
para menos dor.

**Dr. Gustavo Cardoso**

Neurologista · CRM/SC 26520 · RQE 21790

# Como o Diário funciona



## Registre só os dias com dor

Dia sem anotação conta como dia sem dor. Não deixe nenhuma crise de fora.



## Toque em um dia

Para registrar a dor de outro dia ou marcar o que aconteceu.



## Leve o relatório na consulta

A aba Relatórios junta tudo. Toque em Exportar PDF.

# É o impacto na sua rotina

Não é uma nota. Pense no quanto a dor atrapalhou o seu dia.

## ● Leve

Consegui fazer tudo o que precisava.

## ● Moderada

Fiz minhas atividades, mas com dificuldade.

## ● Incapacitante

Precisei parar, deitar ou faltar a algo.

# A dor de hoje, em dois toques

## Registro rápido

Como foi sua dor hoje?



Leve



Moderada



Incapacitante

Qual analgésico você usou?

Naratriptana

Rizatriptana

Outro

Não tomei analgésico

Salvar registro de hoje

Fazer registro completo

1

**Marque a intensidade.** Leve, Moderada ou Incapacitante.

2

**Marque o analgésico.** Ou toque em Não tomei analgésico.

3

**Salve.** O dia já aparece no calendário.

# Quando der, detalhe mais

Só a intensidade é obrigatória. O resto, se lembrar.

## Intensidade



### Leve

Consegui fazer tudo



### Moderada

Fiz com dificuldade



### Incapacitante

Precisei parar ou deitar

## Alívio em 2 horas

Completo

Parcial

Sem alívio

Salvar registro

## O que entra aqui

Dia da dor, duração, alívio em 2 horas, desencadeantes e observações. Tudo opcional.

# Marque o que aconteceu

Além da dor, cada dia aceita duas marcações.

## Consulta e tratamentos

Consulta futura vira lembrete na tela inicial.

**C** Consulta   **B** Bloqueio   **T** Toxina

## Acontecimentos

Algo diferente que vale lembrar na consulta.

☒ Período menstrual   ☐ Férias  
☐ Viagem   ☐ Gripe  
☐ Mudança de rotina   ☐ Outro

**Teve mais de uma crise no dia?** Registre cada uma. O calendário mostra a pior delas.

Na tela inicial, o atalho **Marcar no calendário** leva direto à data que você escolher.

## Seus números do mês

Dias com dor

**6**

Média por semana

**1,4**

Incapacitantes

**2**

Medicação aguda

**4**

### O que mais tem na aba

A evolução dos últimos 6 meses, a intensidade no mês, as consultas e acontecimentos e os principais padrões, como o desencadeante mais citado.

### Relatório em PDF

Relatório recente traz até 3 meses com os registros detalhados. Com 4 meses ou mais de uso, aparece também a Visão semestral.

# Preventivo e Meu ciclo

Dois registros opcionais. Ligue a chave Usar quando quiser.



## Tratamento preventivo

Cada medicamento com a dose por comprimido e quantos você toma de manhã e à noite. Salva sozinho.



## Meu ciclo

Em Registrar período, marque de uma vez os dias de sangramento. Se usa anticoncepcional, informe a pausa e o app a prevê no calendário.

Peça suas receitas pelo WhatsApp do consultório com, no mínimo, **3 dias úteis** de antecedência.

# Lembretes e sua conta



## Notificações

Em Perfil, Configurações extras, ligue o lembrete para preencher o diário e para tomar o preventivo, nos horários que escolher.



## Seus registros ficam na conta

Entre com o mesmo e-mail em qualquer celular e tudo estará lá. Funciona sem internet e sincroniza quando a conexão volta.

Instale o app na tela de início pelo menu Compartilhar. No iPhone, as notificações só funcionam assim.

## Ficou com dúvida?



**WhatsApp do consultório**  
**(48) 99614-8977**

Dúvidas sobre o app, sobre o tratamento e pedidos de receita.



### **O Diário não é acompanhado em tempo real**

Dor súbita e muito forte, a pior da sua vida, ou dor com febre, fraqueza, dormência, dificuldade para falar ou alteração da visão: procure um pronto atendimento ou ligue 192.