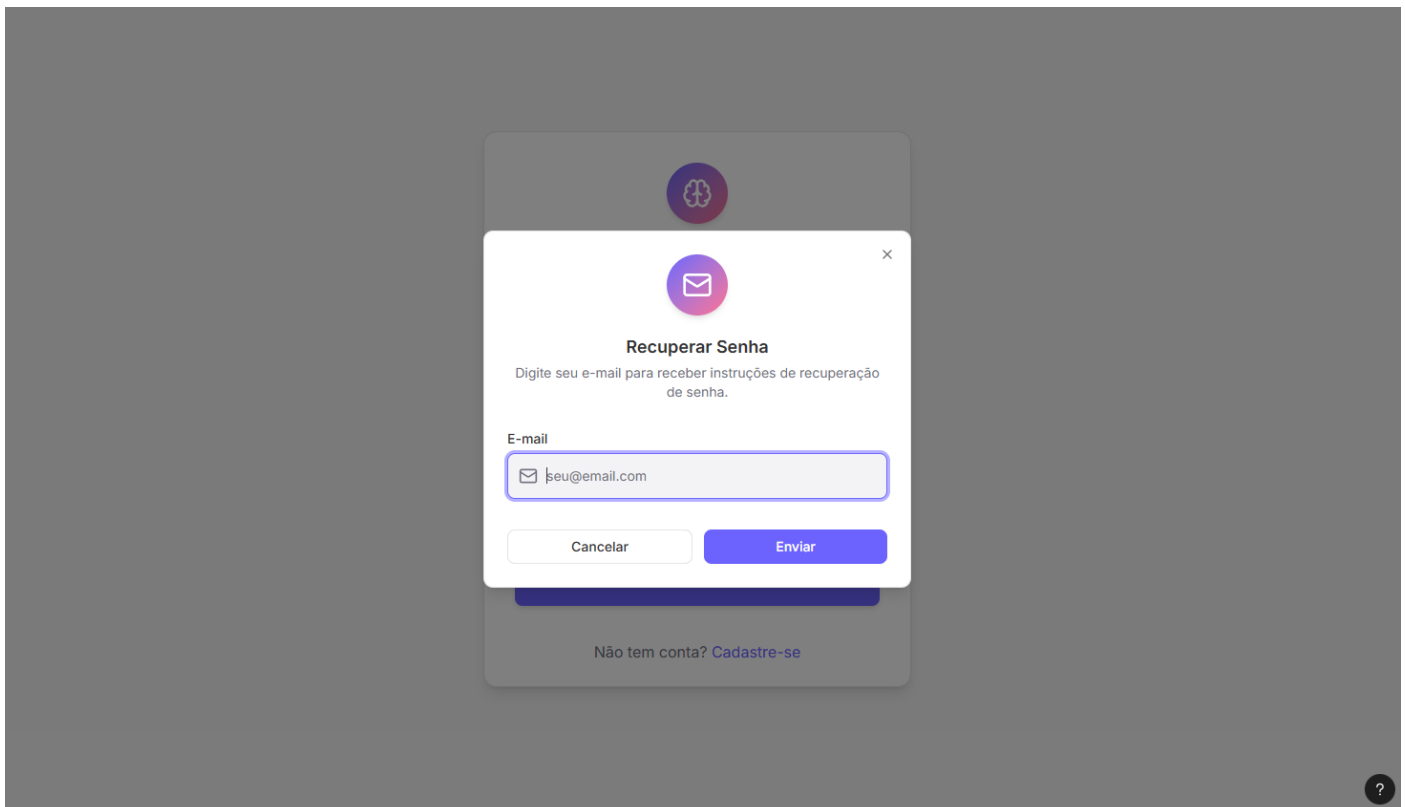
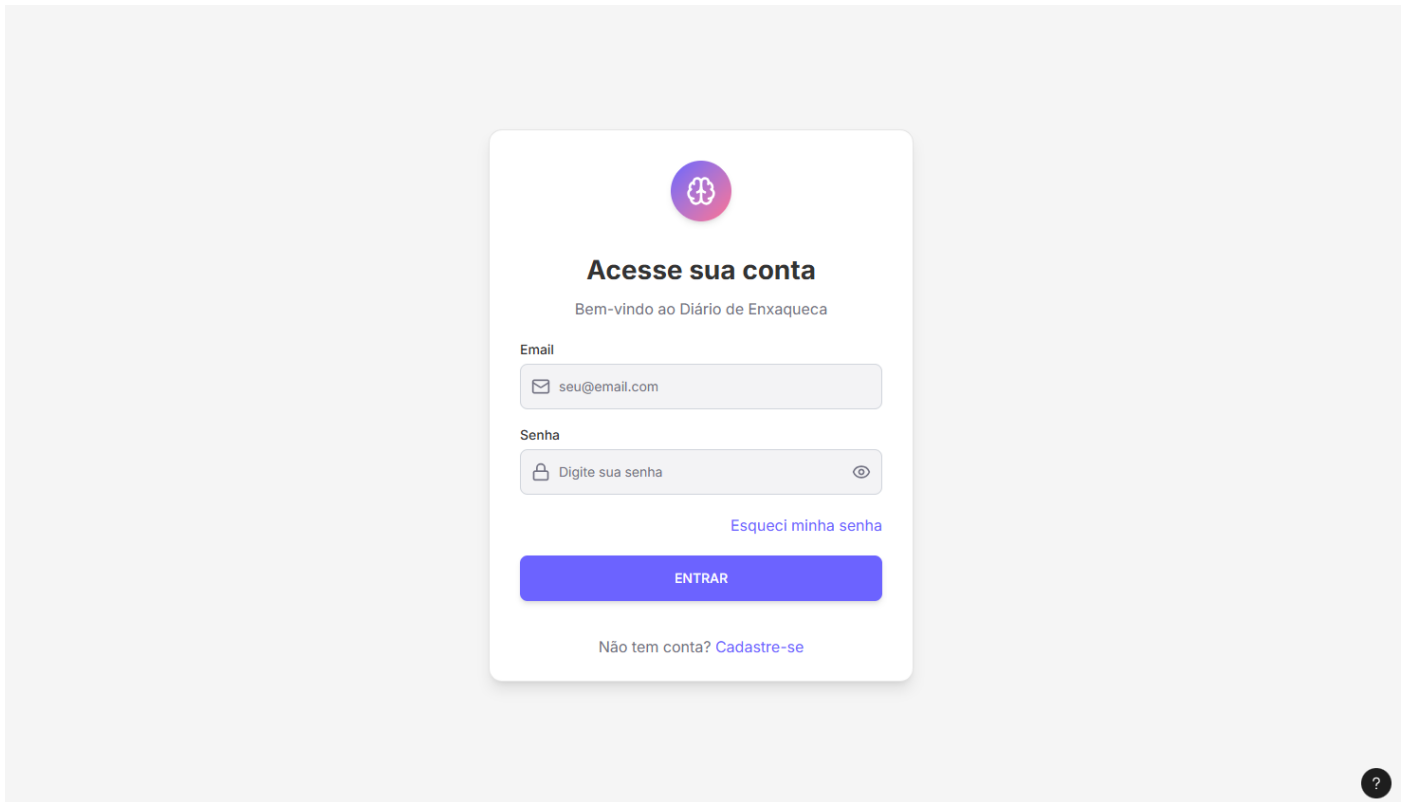


## Protótipo de Alta Fidelidade – Diário de Enxaqueca





## Acesse sua conta



### E-mail Enviado!

Enviamos instruções de recuperação para  
**zenilda.vieira@uol.com.br**

Verifique sua caixa de entrada e siga as instruções para  
redefinir sua senha.

ENTRAR


Não tem conta? [Cadastre-se](#)




## Crie sua conta

Comece a acompanhar suas enxaquecas

Nome completo

 Digite seu nome completo

Email


 seu@email.com

Senha

 Mínimo de 8 caracteres



Confirmar senha

 Digite a senha novamente



CADASTRAR

Já tem uma conta? [Faça login](#)



Boa noite, João! 🌙

Aqui está o resumo do seu Diário de Enxaqueca

Total este mês

8 episódios

Intensidade média

6.5 de 10

Gatilho comum

Estresse 5 ocorrências

Duração média

3.2h por episódio

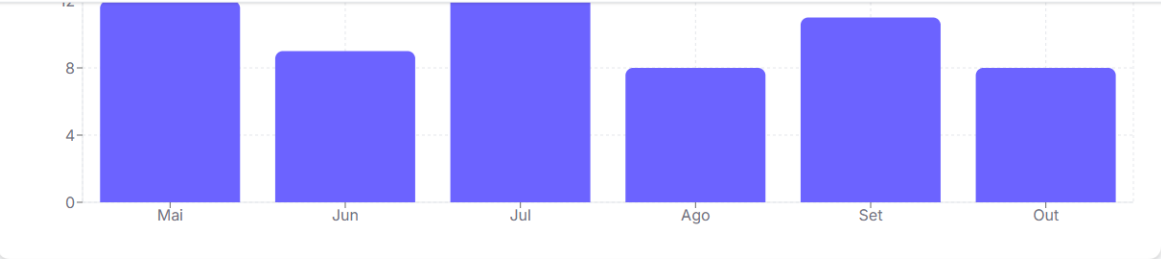
Ações Rápidas

+ Registrar Novo Episódio

Ver Análises Detalhadas

Busca Avançada

Exportar Relatório



Gatilhos Mais Frequentes

Estresse

12 vezes

Falta de sono

10 vezes

Alimentos específicos

8 vezes

Mudanças climáticas

7 vezes

Telas por tempo prolongado

6 vezes

Meus Episódios

Busca Avançada



Todas intensidades

Todos os períodos

23/10/2025

9/10

4h

Gatilhos:

Estresse Falta de sono

Detalhes



21/10/2025

6/10

2h 30min

Gatilhos:

Alimentos específicos Telas prolongadas

Detalhes



18/10/2025

3/10

1h 15min

Gatilhos:

Mudanças climáticas

Detalhes



< Previous 1 2 3 4 5 Next >





## Novo Episódio



### Data do Episódio \*

25/11/2025

### Intensidade da Dor \* (0 = leve, 10 = extrema)

0

5

10

### Duração (em minutos)

Ex: 120

### Gatilhos

- ☐ Estresse
- ☐ Falta de sono
- ☐ Chocolate
- ☐ Café
- ☐ Luz forte



## Novo Episódio



- ☐ Chocolate
- ☐ Café
- ☐ Luz forte

+ Novo gatilho

### Medicações

- ☐ Paracetamol
- ☐ Ibuprofeno

+ Nova medicação

### Observações

Digite aqui observações adicionais sobre o episódio...

0/500 caracteres

SALVAR EPISÓDIO





Episódio



Data

23 de Outubro de 2025

Intensidade



8/10

Forte

Duração

4 horas (240 minutos)

Gatilhos

Estresse

Falta de sono

Medicações Utilizadas

Paracetamol 500mg

Observações

Dor de cabeça intensa que começou no final da tarde após um dia estressante no



Episódio



8/10

Forte

Duração

4 horas (240 minutos)

Gatilhos

Estresse

Falta de sono

Medicações Utilizadas

Paracetamol 500mg

Observações

Dor de cabeça intensa que começou no final da tarde após um dia estressante no trabalho. A dor estava localizada principalmente no lado direito da cabeça. Tive sensibilidade à luz e ao som.

Registrado em: 23/10/2025 às 16:32

Última atualização: 23/10/2025 às 18:15



## Análises e Insights

Visualize padrões e tendências dos seus episódios de enxaqueca

25/05/25 - 25/11/25

Tendência Mensal  
3 episódios  
-57% vs mês anterior

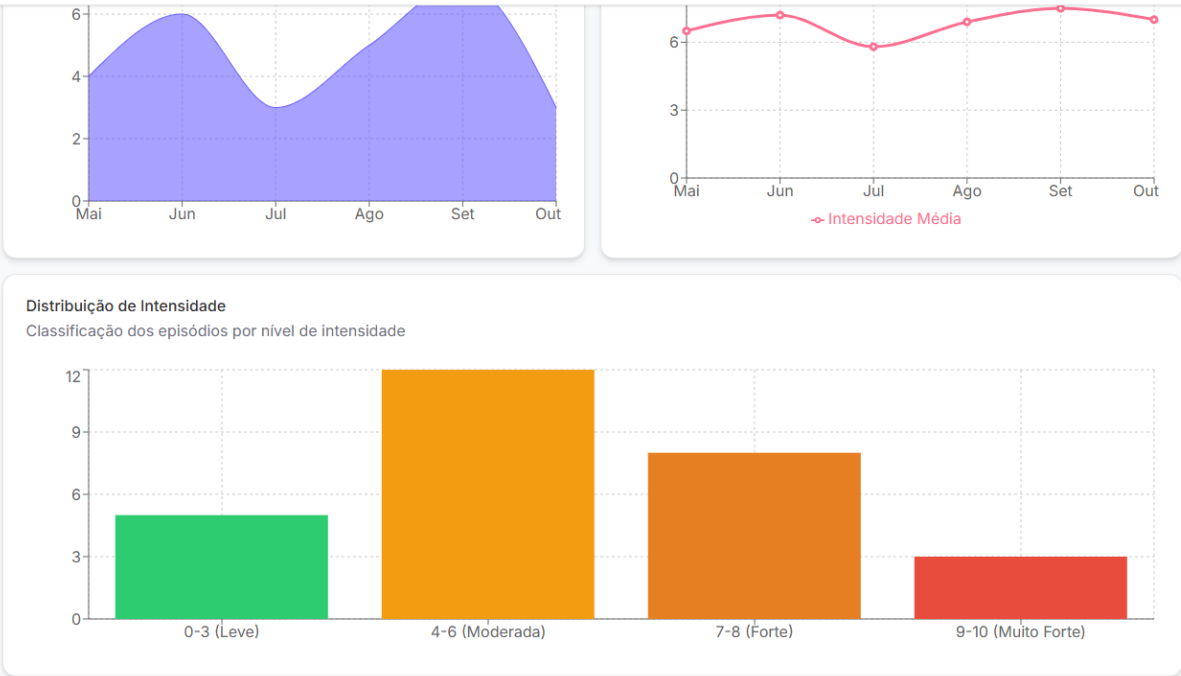
Gatilho Principal  
Estresse  
35% dos episódios

Medicação Eficaz  
Sumatriptano  
85% efetividade

Dia Crítico  
Qui  
7 episódios

### Insights Inteligentes

- Padrão identificado:** Você tem redução de 57% nos episódios este mês. Continue as práticas que estão funcionando!
- Gatilho recorrente:** "Estresse" está presente em 35% dos seus episódios. Tente identificar formas de evitá-lo ou minimizá-lo.
- Medicação recomendada:** Sumatriptano mostrou 85% de efetividade nos seus registros. Converse com seu médico sobre esta opção.
- Horário crítico:** A maioria dos episódios (12) ocorre no período das 12-18h. Planeje descansos preventivos neste horário.



# Busca Avançada

Encontre episódios específicos usando múltiplos filtros

Filtros

Buscar em observações

Q

Digite para buscar...

Período

📅

Data inicial

📅

Data final

Intensidade: 0 - 10

Leve Moderada Forte Muito forte

Gatilhos

☐ Estresse

☐ Falta de sono

☐ Chocolate

☐ Café

☐ Luz forte

☐ Alimentos específicos

☐ Telas prolongadas

5 episódios encontrados

📅

2025-10-23

● 9/10

🕒

4h

Gatilhos:

Estresse

Falta de sono

Detalhes

📅

2025-10-20

● 6/10

🕒

2h

Gatilhos:

Alimentos específicos

Detalhes

📅

2025-10-15

● 8/10

🕒

3h 30min

Gatilhos:

Detalhes

🏠

+

🔍

📊

📄

?

Período

📅

Data inicial

📅

Data final

Intensidade: 0 - 10

Leve Moderada Forte Muito forte

Gatilhos

☐ Estresse

☐ Falta de sono

☐ Chocolate

☐ Café

☐ Luz forte

☐ Alimentos específicos

☐ Telas prolongadas

Medicações

☐ Paracetamol

☐ Ibuprofeno

☐ Dipirona

☐ Sumatriptano

☐ Naproxeno

🕒

3h 30min

Gatilhos:

Estresse

Telas prolongadas

Detalhes

📅

2025-10-10

● 5/10

🕒

1h 30min

Gatilhos:

Café

Luz forte

Detalhes

📅

2025-10-05

● 7/10

🕒

3h

Gatilhos:

Falta de sono

Detalhes

🏠

+

🔍

📊

📄

?





Meus Gatilhos

+ Novo

Estresse

Usado em 12 episódios



Falta de sono

Usado em 8 episódios



Chocolate

Usado em 5 episódios



Café

Usado em 4 episódios



Luz forte

Usado em 3 episódios



Meus Gatilhos

+ Novo

Falta de sono

Usado em 8 episódios



Chocolate

Usado em 5 episódios



Café

Usado em 4 episódios



Luz forte

Usado em 3 episódios



Novo Gatilho

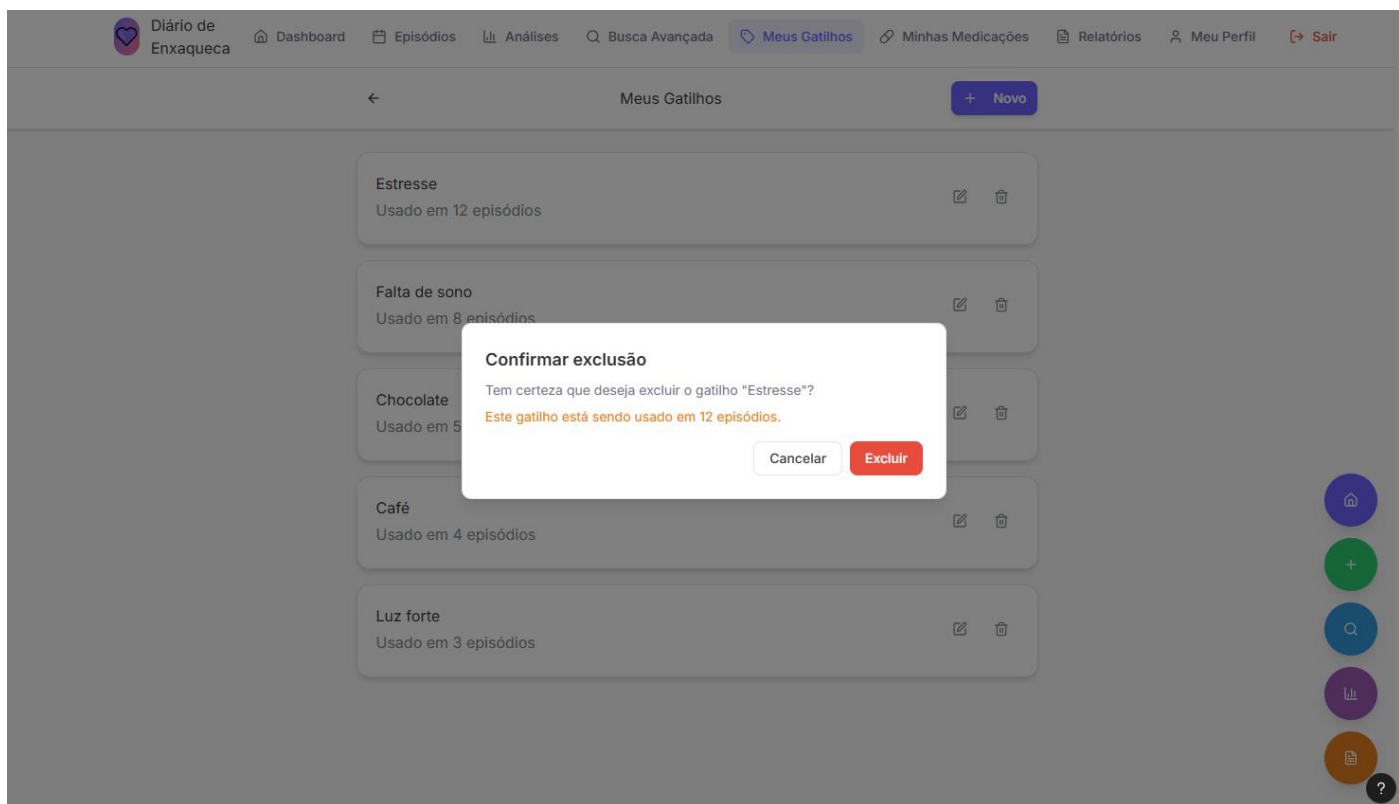
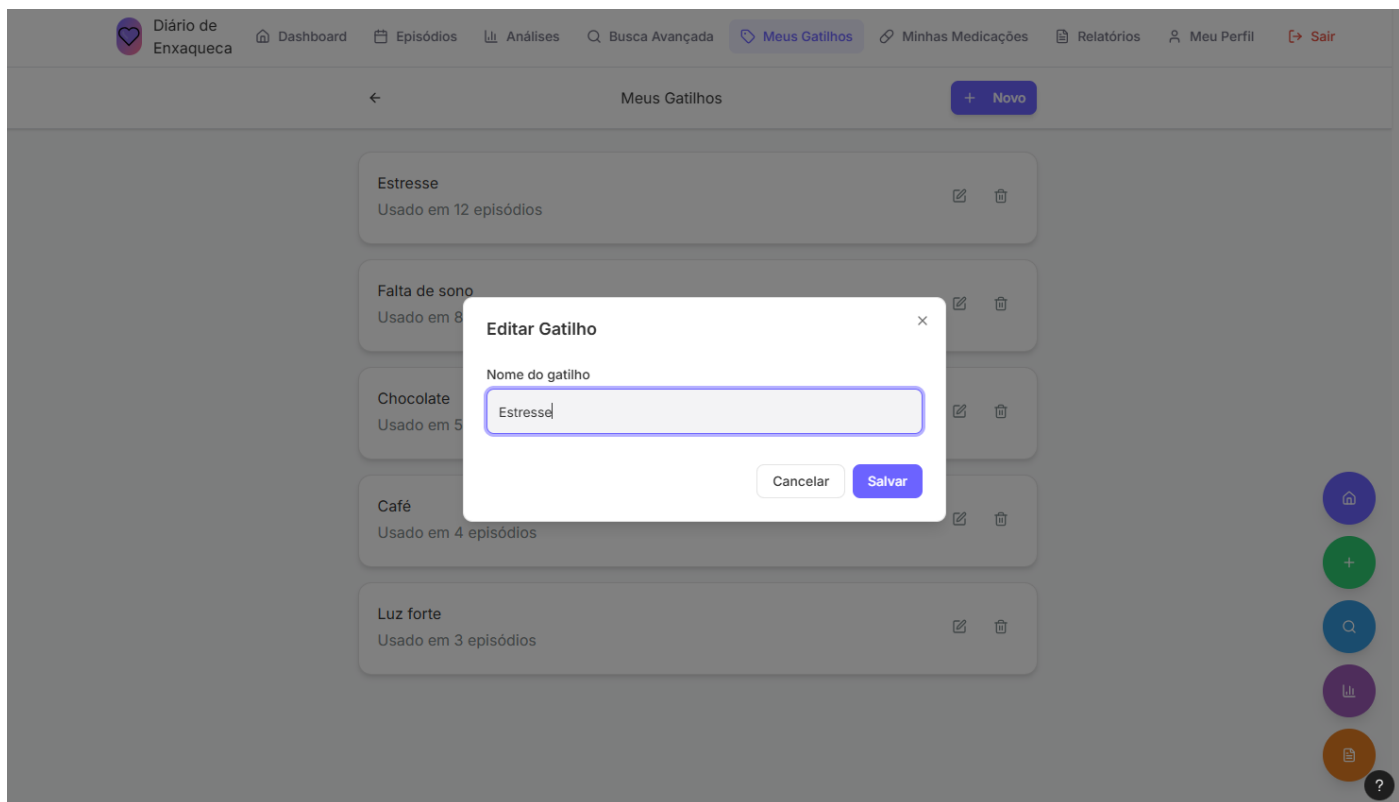
Nome do gatilho

Ex: Vinho tinto

Cancelar

Adicionar







## Minhas Medicações

+ Nova

Paracetamol (500mg)

Usada em 15 episódios



Ibuprofeno (400mg)

Usada em 10 episódios



Dipirona (1g)

Usada em 8 episódios



Sumatriptano (50mg)

Usada em 6 episódios



Naproxeno (500mg)

Usada em 4 episódios



## Minhas Medicações

+ Nova

Paracetamol (500mg)

Usada em 15 episódios



Ibuprofeno (400mg)

Usada em 10 episódios



Dipirona (1g)

Usada em 8 episódios



Sumatriptano (50mg)

Usada em 6 episódios



Naproxeno (500mg)

Usada em 4 episódios



## Nova Medicação



Nome da medicação

Ex: Paracetamol

Dosagem (opcional)

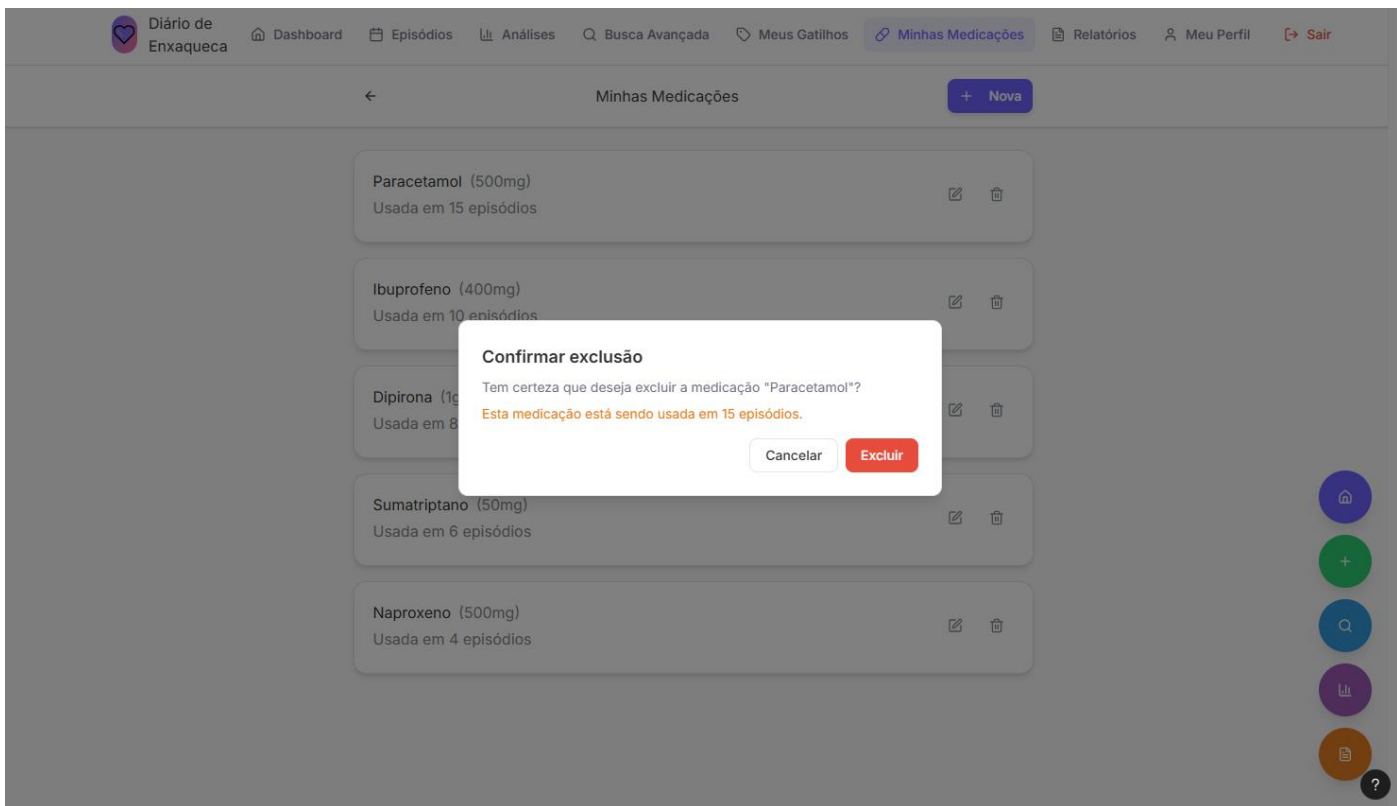
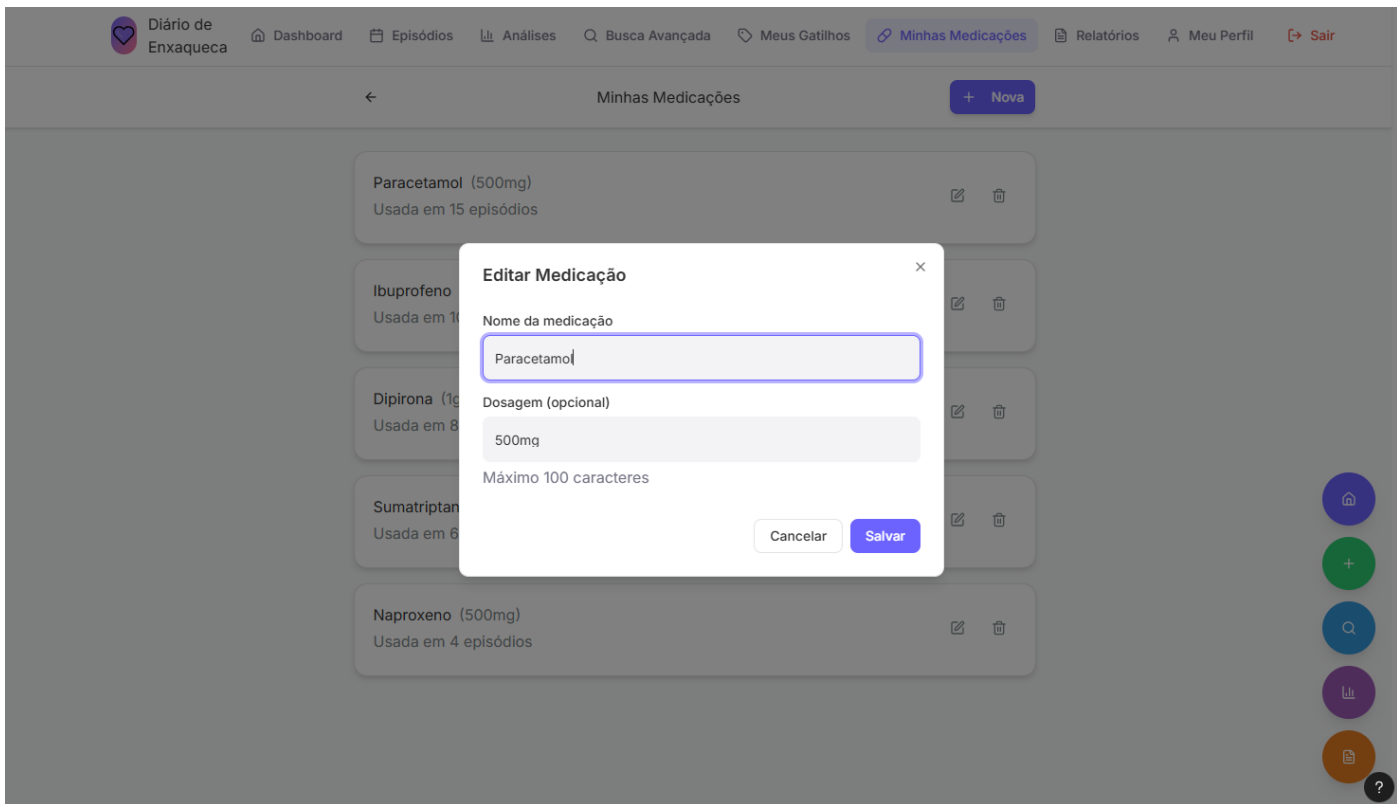
Ex: 500mg, 1 comprimido

Máximo 100 caracteres

Cancelar

Adicionar





## Relatórios e Exportação

Exporte seus dados de enxaqueca em PDF ou CSV para análise ou compartilhamento

### Filtros do Relatório

#### Período

Data inicial



Selecionar

Data final



Selecionar

#### Tipo de Relatório (PDF)

- ☒ Resumido - Estatísticas e lista simplificada
- ☐ Detalhado - Inclui observações completas

#### Incluir no relatório

- ☒ Estatísticas gerais
- ☒ Lista de episódios
- ☒ Gatilhos mais frequentes
- ☒ Medicamentos mais utilizados

3 episódios no total



Exportar como PDF

Relatório formatado e visual



Exportar como CSV

Planilha para Excel/Google Sheets

Data inicial



Selecionar

Data final



Selecionar

#### Tipo de Relatório (PDF)

- ☒ Resumido - Estatísticas e lista simplificada
- ☐ Detalhado - Inclui observações completas

#### Incluir no relatório

- ☒ Estatísticas gerais
- ☒ Lista de episódios
- ☒ Gatilhos mais frequentes
- ☒ Medicamentos mais utilizados

3 episódios no total



Exportar como PDF

Relatório formatado e visual



Exportar como CSV

Planilha para Excel/Google Sheets



**Dica:** Use o formato CSV para análises em planilhas e o PDF para compartilhar com profissionais de saúde. Os arquivos serão salvos automaticamente na pasta de Downloads do seu navegador.



## Meu Perfil



### Email

joao.silva@email.com

### Nome

João Silva

### Membro desde

01 de Janeiro de 2025

SALVAR ALTERAÇÕES

### Segurança

ALTERAR SENHA



## Meu Perfil

### Membro desde

01 de Janeiro de 2025

SALVAR ALTERAÇÕES

### Segurança

ALTERAR SENHA

### Sair da Conta

SAIR DA CONTA

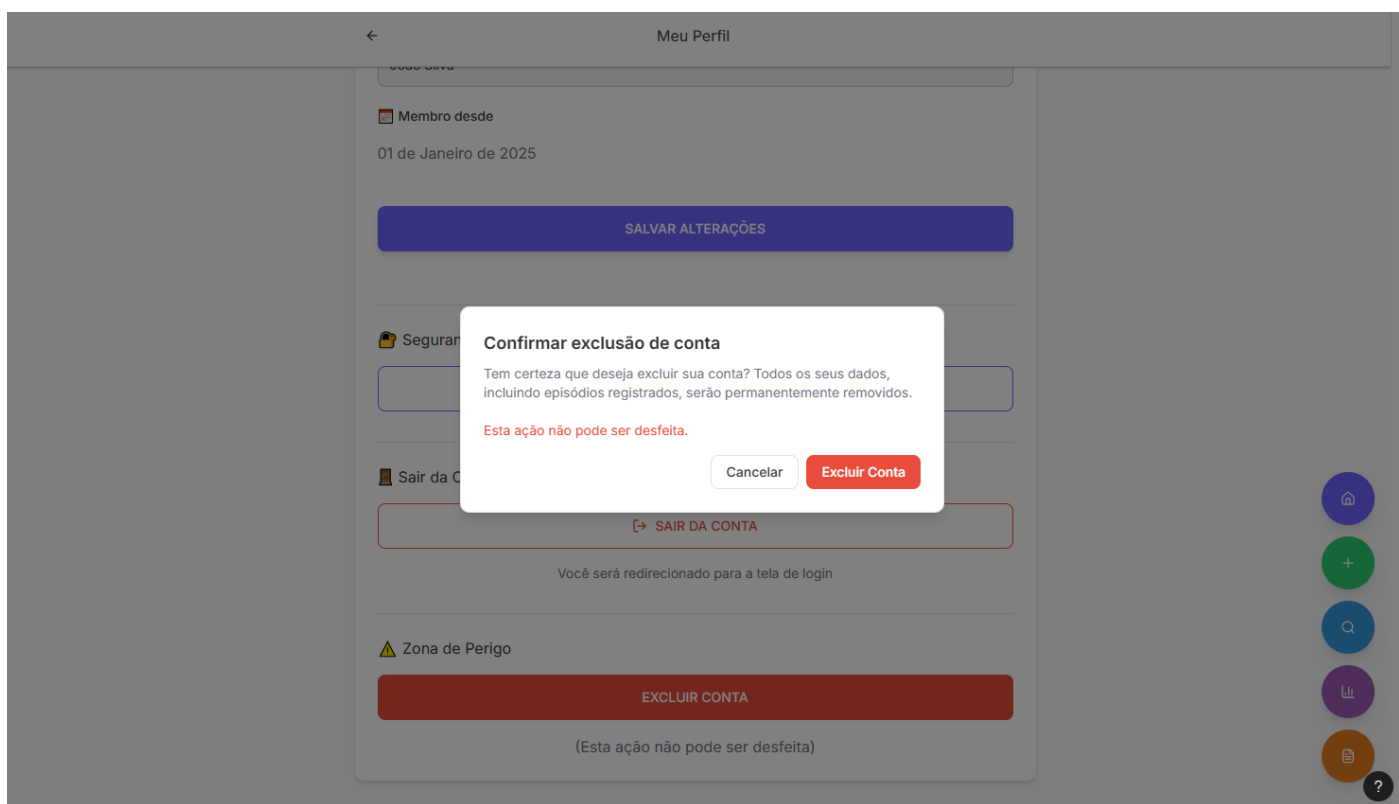
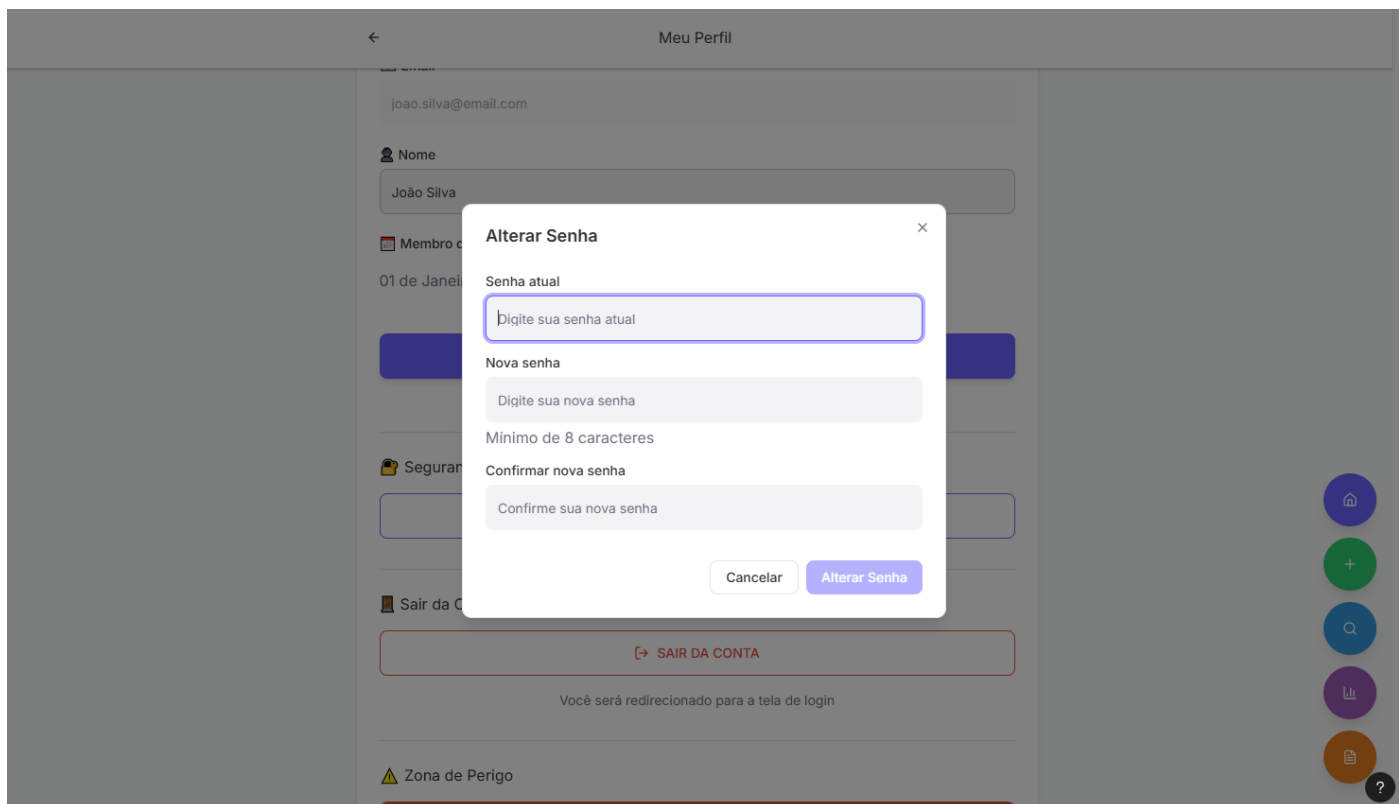
Você será redirecionado para a tela de login

### Zona de Perigo

EXCLUIR CONTA

(Esta ação não pode ser desfeita)







## Meu Perfil



### Email

joao.silva@

### Nome

João Silva

### Membro desde

01 de Janeiro de 2025

SALVAR ALTERAÇÕES

### Segurança

ALTERAR SENHA

### Confirmar saída

Tem certeza que deseja sair da sua conta? Você precisará fazer login novamente para acessar seus dados.

Cancelar

Sair

