

## La dismenorrea primaria: una condición normalizada<sup>1</sup>

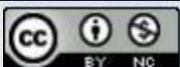
**Palabras clave:** Dismenorrea, tratamiento, mujeres y condición.

La dismenorrea es una condición normalizada en la sociedad, en el sentido en que se le resta importancia, que afecta la vida cotidiana de las mujeres que la padecen. La sintomatología principal de la dismenorrea primaria son dolores uterinos incapacitantes que obligan a las mujeres a aprender a lidiar con el dolor y a buscar métodos que ayuden a sobrellevarlo, debido a que es una condición normalizada que se asume como inherente a la mujer, pero que en realidad puede llegar a afectar de manera significativa su calidad de vida.

Para empezar, la dismenorrea primaria es el dolor menstrual que aparece en el periodo previo o al inicio de la menstruación y consiste en espasmos pélvicos crónicos con una duración aproximada de 72 horas que pueden llegar a ser incapacitantes afectando la rutina diaria de la paciente, como lo son el estudio y el trabajo (1). Aunque esta condición no presenta patología, si posee un gran impacto en la vida de las mujeres que la sufren debido a que no solo son afectadas a nivel físico con los diferentes síntomas, pues también se ve perjudicado su desempeño académico o laboral relacionado con el ausentismo e incapacidad para realizar dichas actividades.

Teniendo en cuenta la literatura acerca del tema, se sabe que la dismenorrea primaria es una condición que se presenta predominantemente en mujeres en edades reproductivas, donde el índice de prevalencia de esta afección se expone en el siguiente fragmento “En el mundo, puede presentarse hasta en un 90 % de las adolescentes y en más del 50 % de las mujeres que tienen menstruación, y un 10-20 % de ellas dicen que el dolor es intenso y angustiante” (1). Esto permite visualizar su magnitud a nivel mundial, la cual aparece en la mayor parte de la población femenina durante su ciclo menstrual y en algunos casos el dolor llega a ser extremo. Demostrando que puede manifestarse y afectar no solo a mujeres jóvenes sino a cualquier mujer que se encuentre en el periodo de la menstruación.

<sup>1</sup> Documento elaborado en el curso Competencias Idiomáticas Básicas a cargo de la Facultad de Filosofía y Ciencias Humanas de la Universidad de la Sabana, Chía-Cundinamarca, Colombia. Orientado por Dr. Javier Herrera Cardozo.

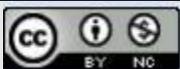


Así pues, es necesario abordar los diferentes factores asociados a esta condición que repercuten en la calidad de vida de las mujeres que la sufren, como lo son: dolores severos, fatiga, cambios de humor, disminución del rendimiento y limitaciones en las actividades diarias (2). De esta manera, se puede observar cómo este trastorno va más allá de padecer dolores incapacitantes, sino que consiste en toda una red de síntomas que trascienden de manera significativa no solo en el ámbito físico además del ámbito psicosocial, que puede llegar a afectar la forma en la que una mujer lleva a cabo su vida cotidiana y sus relaciones interpersonales.

Además, según una investigación realizada para determinar la relación de la dismenorrea primaria y el absentismo académico, revela que “un 57,03% de la población de estudio debido al dolor menstrual presentó ausentismo académico” (1). Teniendo en cuenta lo anterior, se demuestra cómo esta condición afecta de manera integral la vida cotidiana de las mujeres y sus actividades recurrentes como lo son el estudio y el trabajo que, al disminuir el rendimiento en estas áreas significa una desventaja y afectación en el proceso de aprendizaje y desarrollo profesional sólo por el hecho de tener un ciclo menstrual. En este punto recae la necesidad de como sociedad entender la magnitud de las repercusiones que tiene la dismenorrea primaria en la vida de las mujeres y no tratarlo como situaciones comunes y aisladas; en cambio, brindarle la importancia y atención médica que requiere para empezar su debido tratamiento.

Ahora bien, a pesar de que la dismenorrea primaria se considera una afección con alta prevalencia en la población de las mujeres, esta se encuentra normalizada en la sociedad como una índole inherente a la mujer y por eso muchas pacientes no acuden a un médico para un debido tratamiento y, al contrario, recurren a la automedicación que puede resultar perjudicial para su salud si es administrada incorrectamente, o se inclinan por tratamientos no tradicionales. Así, es necesario abordar estas patologías con una perspectiva de género para que de esta manera se implemente una investigación y atención médica personalizada que reconozca sus consecuencias en la vida de las mujeres para así obtener un mejor abordaje del tema (3).

En este orden de ideas, la poca investigación acerca de las causas de la dismenorrea primaria recae directamente en el tratamiento tradicional establecido para esta condición, como lo son los antiinflamatorios, que en algunos casos llegan



a ser ineficientes y las pacientes deben recurrir a métodos terapéuticos alternativos como lo es la actividad física para poder lidiar con el dolor. Actualmente, no es clara la causa; sin embargo, la más respaldada es un exceso de producción de prostaglandinas, que son las encargadas de la vasodilatación y la contracción uterina (4).

Por otro lado, existe una discusión en torno a cuál es el mejor tratamiento (tradicional o alternativo) para su terapia, teniendo en cuenta la respuesta de las pacientes durante el procedimiento con fármacos, su sintomatología disminuye significativamente, pero al suspenderla los dolores vuelven y llegan a agravarse, por eso el interés por dar a conocer terapias alternativas como una forma de regular la inhibición de los síntomas durante los diferentes ciclos menstruales (5). Sin embargo, según la literatura, los medicamentos antiinflamatorios han mostrado una respuesta positiva para la terapia de los cólicos menstruales de tal forma que es el método de tratamiento establecido ya que este medicamento reduce exponencialmente los niveles de prostaglandinas durante el periodo menstrual provocando un alivio del dolor producido por las contracciones uterinas (6).

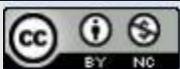
Finalmente, la dismenorrea primaria es una condición que afecta diferentes ámbitos en la vida de las mujeres que la padecen, afectando de manera relevante su rendimiento en actividades diarias como lo son el estudio y el trabajo. Para esto, es necesario que esta no sea normalizada en la sociedad, para que se desarrolle una mayor investigación acerca de las posibles causas, su tratamiento y manejo para brindar a las pacientes la información y asesoramiento necesario para que adopten una terapia adecuada y evitar prácticas potencialmente peligrosas para su salud como lo es la automedicación; contribuyendo así a que esta afección no siga siendo un impedimento para que las mujeres gocen de una vida de calidad.



**Mariajosé Domínguez Pérez**

Medicina

Correo: mariajosedope@unisabana.edu.co



## Referencias

1. Santa Cruz Rojas SO. Asociación entre dismenorrea primaria y ausentismo académico en estudiantes de medicina de primer y segundo año de la Universidad Ricardo Palma en junio del 2016 [Internet]. [Lima]: Universidad Ricardo Palma; 2017. Disponible en: <https://acortar.link/1VnGeT>
2. Claudel BN. Consecuencias de la dismenorrea primaria en la calidad de vida. Revisión bibliográfica [Internet]. [Sevilla]: Universidad de Sevilla; 2018. Disponible en: <https://acortar.link/XvS38C>
3. Núñez B, Cáceres R, Vásquez S, Gil-García E. Consecuencias de la Dismenorrea primaria en mujeres adolescentes y adultas, revisión sistemática exploratoria. Revista de género e igualdad [internet]. 2020 [citado 31 agosto 2022]; (3): 132-147. Disponible en: <https://acortar.link/uuSf63>
4. Buestán FMF. Diagnóstico, tratamiento y complicaciones de la Dismenorrea. Revisión bibliográfica [Internet]. [Ecuador]: Universidad Católica de Cuenca; 2022. Disponible en: <https://acortar.link/gCq8W8>
5. Laga Cuen E. Terapias alternativas en el tratamiento de la dismenorrea y el síndrome premenstrual. Revista electrónica de portales médicos [Internet]. 2020 Dec 14 [cited 2022 Sep 21];1. Disponible en: <https://acortar.link/UniQHE>
6. Mosquera GA. Dismenorrea [Internet]. [Colombia]: Universidad de Antioquia; 2010. Disponible en: <https://acortar.link/KlzKjJ>

