¿QUÉ ES LA DISMENORREA?

La dismenorrea es el dolor intenso pélvico y abdominal que aparece en la mujer antes o durante el periodo menstrual, es un malestar común que afecta a muchas mujeres. En ocasiones, este dolor se acompaña de cefalea.

¿QUÉ CAUSA LA DISMENORREA?

Debido a las contracciones uterinas el dolor puede ser primario presentándose al inicio del ciclo mestrual, o secundario debido a enfermedades pelvicas inflamatorias. Hay mayor tendencia en mujeres fumadoras, que consumen alcohol durante la mestruación o con exceso de peso.

¿QUÉ TIPOS DE DISMENORREA HAY?

Hay dos tipos principales de dismenorrea:

- **Dismenorrea primaria:** Es la más común, se produce por alteraciones en el funcionamiento normal de los ciclos mestruales, no hay una patología ginecológica que provoque el dolor.
- **Dismenorrea secundaria:** Hay una enfermedad o trastorno que condiciona periodos muy dolorosos, en cuanto a duración o cantidad de sangrado. Pueden ser originadas por miomas, quistes, endometriosis, infecciones, entre otras.

En ausencia de patologia se puede presentar dolor que irradia hacia el muslo y la espalda.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?

El síntoma principal, son los calambres musculares dolorosos en la parte inferior del abdomen. En ocasiones se puede presentar:

- Debilidad
- Mareo
- Dolor de cabeza
- Dolor en la parte inferior de la espalda y muslos
- Cansancio
- Malestar general

¿CÓMO SE DIAGNOSTICA?

Es importante acudir donde el profesional, quien podrá evaluar mediante exámen físico, incluyendo exámen pelvico, si hay alguna anormalidad o signos de infección. Si hay sospecha de otros trastornos, mediante exames especializados podrá analizar la información para establecer diagnóstico.

¿CUÁL ES SU TRATAMIENTO?

El tratamiento es variable y depende del tipo de dismenorrea y del diagnóstico que realiza el profesional, además, inciden factores como la edad, el estado de salud, los antecedentes, la severidad del dolor, la tolerancia a medicamentos, entre otros.

NO SE AUTOMEQUE.

TENGA EN CUENTA

- La dismenorrea no se puede prevenir, existen medidas que pueden reducir los síntomas.
- Realice actividad física
- Evite el consumo de azúcares, grasas, alcohol y té.

"SALUD Y AUTOCUIDADO…CLAVES DE TU BIENESTAR"

Tomado de:
https://www.geosalud.com/ginecologia/dismenorrea.htm,
https://www.tuotromedico.com/temas/dismenorrea.htm,
https://www.webconsultas.com, y aporte profesionales del Área de Salud – Bienestar Universitario.

Sus aportes y sugerencias son importantes

Mayor Información:

Servicios Médicos Tel.: 3821000 Ext. 1572
4232700 Ext. 1574
Oficinas de Bienestar Universitario
Tel.: 3821000 Ext. 1571 – 4232700 Ext.1576

Línea Exprésate Libremente (Psicología):
4232700 Ext.1575

NOTAS DE SALUD

DISMENORREA

BIENESTAR UNIVERSITARIO

ÁREA DE SALUD

Porque tú cuentas…Marca la diferencia