



PERFIL DE ACADÊMICAS DE FISIOTERAPIA COM SINTOMAS DE DISMENORREIA

Maria Heloyse Martins de Lima Silva ¹
Emmily Santos Ribeiro ²
Roberto Vinícius Antonino da Silva ³
Kedma Anne Lima Gomes ⁴
Gabriela Lopes Gama ⁵

INTRODUÇÃO

A dismenorreia é definida por Hu e colaboradores (2020) como uma sensação dolorosa que afeta a região do baixo ventre, região lombar, abdômen inferior e membros inferiores em indivíduos do sexo feminino durante a vida fértil, podendo ainda ser associada a sintomas sistêmicos como náuseas. Desta forma, se torna a principal causa de dores pélvicas em mulheres e compromete significativamente a qualidade de vida da população afetada, sendo ainda, uma das principais causas de absenteísmo e ausência em atividades recreativas (YACUBOVICH et al., 2019).

Por se tratar de uma condição que sofre influência multifatorial, Machado et al. (2017) estimam que 50% da população feminina seja afetada pela dismenorreia, de tal maneira, que 10% desse percentual chega a incapacidade temporária, e aproximadamente 45% apresentam queixas dolorosas em todos os ciclos menstruais. Concomitante a estes dados, Hu et al. (2020) descrevem que a sintomatologia relacionada à dismenorreia tem início médio entre 6 e 24 meses após a menarca, e a duração do quadro algico vai de 8 a 72 horas.

Alguns estudos avaliaram de maneira individual a prevalência da dismenorreia em países distintos, variando entre aproximadamente 45% da população feminina no Reino Unido (MACHADO et al., 2019), até 85,7% na Arábia Saudita (HU et. al, 2020), entretanto, apenas Pitangui e colaboradores (2013) investigaram a prevalência da dismenorreia no Brasil, não

¹ Graduanda do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Unifacisa - PB, m.heloysemartins@gmail.com;

² Graduanda do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Unifacisa - PB, emsantos201@gmail.com;

³ Graduando do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Unifacisa - PB, viniantonino01@gmail.com;

⁴ Docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Unifacisa - PB,
kedma.gomes@maisunifacisa.com.br;

⁵ Doutora e Docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Unifacisa – PB,
gabriela.gama@maisunifacisa.com.br



sendo passível de generalização o resultado obtido, diante de limitações da amostra investigada e da diversidade sócio demográfica do país.

No que diz respeito à etiologia, a dismenorreia é subdividida em primária e secundária, onde a primeira não é influenciada por desordens estruturais ou hormonais, e a secundária é decorrente de uma condição patológica (AMEADE; AMALBA; MOHAMMED, 2018). A dismenorreia primária (DP) ocorre pelo mecanismo de liberação de prostaglandinas durante o período menstrual da mulher, a exacerbada produção e liberação hormonal desencadeiam uma reação contrátil e isquêmica, gerando uma descamação uterina em maior quantidade e apresentando a sintomatologia típica (ABU HELWA et al., 2018).

A principal estratégia medicamentosa para tratamento da dismenorreia tem como base anti-inflamatórios não esteroidais e anticoncepcionais orais (ABU HELWA et al, 2018). Além disso, estudo tem descrito terapias alternativas como a acupuntura, eletroestimulação, cinesioterapia e termoterapia empregados de forma isolada ou combinada, sendo então uma alternativa não farmacológica e de baixo custo para alívio dos sintomas da dismenorreia (MACHADO et al., 2019).

Em suma, a dismenorreia se apresenta como uma problemática em saúde, que afeta a qualidade de vida e a condição psicológica da população do sexo feminino. De acordo com estudos como a metanálise de Armour e colaboradores (2019), a sintomatologia associada à dismenorreia afeta de forma expressiva a capacidade de concentração e o desempenho nos estudos. Desta forma, a presente pesquisa é justificável, pois ajuda a definir a prevalência, o impacto e o manejo da dor utilizado por estudantes universitárias de todo o país, além de auxiliar na prática clínica dos profissionais de saúde, na busca por abordagens farmacológicas e não farmacológicas que atenuem os efeitos deletérios da dismenorreia. O presente estudo objetiva investigar o perfil de acadêmicas de fisioterapia com sintomas de dismenorreia, além de obter dados sobre as atuais formas de manejo da dismenorreia adotadas por esta população.

METODOLOGIA

O estudo caracteriza-se como um estudo exploratório, observacional, de caráter transversal e abordagem quantitativa, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) do Centro Universitário UNIFACISA (CAAE 35532620.3.0000.5175). Todas as participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), e só após, a coleta de dados foi iniciada.



A amostra foi selecionada de forma não probabilística por conveniência, dentre estudantes do curso de graduação em fisioterapia de todo o Brasil. Foram considerados como critério de inclusão: (1) acadêmicas do curso de bacharelado em fisioterapia do sexo feminino; (2) maiores de 18 anos que aceitaram participar do estudo de forma voluntária. Adotou-se como critério de exclusão: estudantes que relataram ausência do fluxo menstrual ou aborto nos últimos seis meses, e aquelas que devido algum problema técnico não conseguiram preencher o formulário virtual utilizado para coleta de dados e posteriormente descrito.

A pesquisa foi realizada por meio do Google Forms, ferramenta digital que possibilita a construção de formulários online. Através desta ferramenta, as estudantes puderam responder de forma voluntária e anônima o questionário previamente elaborado acerca do histórico ginecológico, das características da dismenorreia, assim como seus impactos e manejos.

O recrutamento das participantes foi realizado de forma não probabilística por conveniência por meio da estratégia de recrutamento por “bola de neve”, onde o pesquisador responsável enviou o link com o formulário da pesquisa para as estudantes universitárias por meio de redes sociais, como, Whatsapp e Instagram. Nessa ocasião as estudantes foram convidadas a participar do estudo, e encaminhar o link da pesquisa para outros colegas igualmente estudantes, criando com isso o efeito “bola de neve”, na tentativa de alcançar um maior número de participantes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra final do estudo foi composta por 205 acadêmicas de fisioterapia, com sintomas de dismenorreia com idade média de $22,08 \pm 3,44$ anos, das quais 66,3% (n=136) apresentaram ciclos menstruais regulares. Em relação ao número de gestações, 94,1% (n=193) das estudantes avaliadas eram nuligestas e 4,8% (n=10) já estiveram grávidas.

Das acadêmicas avaliadas, 62,9% (n=129) fazem uso do anticoncepcional, e 90,1% (n=182) relataram fazer uso de algum fármaco para alívio das dores durante o período menstrual. Apenas 40% (n=82) das participantes afirmaram a utilização de outros recursos para o manejo das dores, entre eles a termoterapia 64,6% (n=53), terapia manual 30,4% (n=25) e a eletroterapia 2,4% (n=2). De toda a amostra apenas 45,5% (n=92) relataram a prática de atividades físicas, e destas, 63,7% (n=65) afirmaram sentir diminuição na intensidade das cólicas diante da prática.



De acordo com Silva et al. (2019), estudos sugerem que a dismenorreia atinja em sua maioria a população jovem adulta, o que corrobora com resultados da idade média de 22,08 anos das participantes da atual pesquisa, média de idade semelhante a descrita por de Hu et al. (2020) de 19,0 anos. No estudo de Sousa et al. (2020), a regularidade do ciclo menstrual foi relatada por 100% das participantes, resultados similares aos apresentados no presente estudo, onde 66,3% das 205 participantes referem regularidade nos ciclos.

Segundo Silva et al. (2019), adolescentes e nuligestas apresentam útero menor, o que favorece a produção e concentração de prostaglandinas, resultando em dores mais intensas do que as apresentadas por mulheres em idade mais avançada, onde existe um crescimento, amadurecimento e possível gestação, levando a distensão do útero e do colo uterino. Tal fato pode justificar a maior ocorrência de dismenorreia entre acadêmicas jovens e nulíparas.

No atual estudo, a prática de atividades físicas esteve relacionada a um maior alívio das cólicas menstruais para 63,7% das participantes, o que segundo Santos et al. (2017) poderia ser explicado pelo aumento do fluxo sanguíneo na região da pélvis, estimulando os receptores de beta-endorfina, auxiliando na diminuição da dismenorreia.

Das 205 acadêmicas, 53 (64,6%) relataram o uso da termoterapia como agente não farmacológico no manejo da dismenorreia. Como sugere Suter (2019), diversos estudos trazem a termoterapia como forte agente não farmacológico no alívio das dores relacionadas a dismenorreia, o estudo aponta que o efeito do frio sobre a dor cause diminuição da temperatura, agindo como possível estímulo sensorial no mecanismo de comportamento da dor, levando a possíveis liberações de endorfinas e acefalinas. Em contrapartida, o calor induz ao aumento do fluxo sanguíneo local, resultando em um relaxamento da musculatura lisa, e conseqüentemente diminuindo a intensidade da dor (SANTOS et al., 2017).

Apesar do conhecimento acerca dos efeitos benéficos dos recursos utilizados pela fisioterapia no alívio das dores, muitas acadêmicas ainda recorrem ao uso de medicamentos para a diminuição da intensidade da dismenorreia, apesar dos efeitos adversos que os fármacos podem gerar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após análise dos dados fornecidos pelas participantes por meio do questionário online, conclui-se que o perfil da acadêmica do curso de fisioterapia com dismenorreia é composto, em sua maioria, por jovens nuligestas, com idade média de 22,0 anos, e com ciclo menstrual



regular. Observou-se também que parte da amostra realiza o uso de recursos não farmacológicos a fim de proporcionar o alívio do quadro algico, no entanto, uma grande parcela das estudantes utilizam medicamentos, apesar dos efeitos colaterais que podem vir associados ao uso. Sugere-se que novos estudos sejam realizados envolvendo outros grupos de mulheres, e na busca de melhor compreensão a respeito do uso de medidas não farmacológicas para o alívio da dor relacionada a dismenorrea.

Palavras-chave: Cólica, Ciclo Menstrual, Ginecologia, Tratamento, Impacto.

REFERÊNCIAS

ABU HELWA, H. A. et al. Prevalence of dysmenorrhea and predictors of its pain intensity among Palestinian female university students. **BMC Women's Health**, v. 18, n. 1, p. 1–11, 2018.

AMEADE, E. P. K.; AMALBA, A.; MOHAMMED, B. S. Prevalence of dysmenorrhea among University students in Northern Ghana; its impact and management strategies. **BMC Women's Health**, v. 18, n. 1, p. 1–9, 2018.

ARMOUR, M. et al. Self-care strategies and sources of knowledge on menstruation in 12,526 young women with dysmenorrhea: a systematic review and meta-analysis. **Plos One**. v. 14, n. 7, p. 1-18, 2019.

HU, Z. et al. Prevalence and Risk Factors Associated with Primary Dysmenorrhea among Chinese Female University Students: A Cross-sectional Study. **Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology**. v. 33, n. 1, p. 15–22, 2020.

MACHADO, A. F. P. et al. Effects of thermotherapy and transcutaneous electrical nerve stimulation on patients with primary dysmenorrhea: A randomized, placebo-controlled, double-blind clinical trial. **Complementary Therapies in Medicine**. v. 47, p. e102188, 2019.

MACHADO, A. F. P. et al. Microwave diathermy and transcutaneous electrical nerve stimulation effects in primary dysmenorrhea: clinical trial protocol. **Pain management**. v. 7, n. 5, p. 359–366, 2017.

PITANGUI, A. C. R. et al. Menstruation disturbances: prevalence, characteristics, and effects on the activities of daily living among adolescent girls from Brazil. **Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology**. v. 26, n. 3, p. 148-152, 2013.

SANTOS, A. F., MACHADO, R. R., RABELO, C. R. M., ARGOLO, F. R. G. Métodos não farmacológicos utilizados para o alívio da dismenorrea: revisão integrativa. **Journal of Health Connections**. v. 1, n. 1. p. 19-32, 2017.



SILVA, F. B. P., SOUZA, J. O., JANUÁRIO, P. O.; CRUZ, A. T. Prevalência da dismenorreia e sua influência na vida de trabalhadoras brasileiras. **Revista Saúde e Desenvolvimento**. v. 13, n. 14, 2019.

SOUSA, F. F., SOUSA JUNIOR, J. F. M., VENTURA, P. L. Características sociodemográficas e avaliação da dor através do questionário de McGill em mulheres com dismenorreia primária submetidas à auriculoterapia. **Rev Pesqui Fisioter**. v. 10, n. 2, p. 220–231. 2020.

SUTER, T. M. C. Dismenorreia primária: estudo comparativo do tratamento com crioterapia e termoterapia sobre a dor. **Revista Saber Acadêmico**. n. 27, p. 83-93, 2019.

YACUBOVICH, Y. et al. The prevalence of primary dysmenorrhea among students and its association with musculoskeletal and myofascial pain. **Journal of Bodywork and Movement Therapies**. v. 23, n. 4, p. 785–791, 2019.