

Resumo Expandido/Expanded Summary

INTERFERÊNCIAS BIOPSIKOSSOCIAIS DA SÍNDROME PRÉ-MENSTRUAL NA VIDA DA MULHER: ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO

Duane Silva Machado Lima¹, Karine Lubiana. Satilho¹, Halina Folador², Sharon Fernandes Silva³, Helena Meika Uesugui⁴.

1. Discente do curso de Enfermagem na Faculdade de Educação e Meio Ambiente (FAEMA).
2. Enfermeira. Especialista em Ginecologia e Obstetrícia, pós-graduanda em UTI pediátrica e neonatal e pós-graduanda em Metodologia do Ensino Superior. Docente da Faculdade de Educação e Meio Ambiente (FAEMA).
3. Enfermeira. Especialista em Ginecologia e Obstetrícia e pós-graduanda em Metodologia do Ensino Superior. Docente da Faculdade de Educação e Meio Ambiente (FAEMA).
4. Enfermeira. Mestre em Doenças Tropicais, Doutora em Ciências da Saúde, Docente e Coordenadora do Curso de Graduação em Enfermagem da Faculdade de Educação e Meio Ambiente (FAEMA).

INTRODUÇÃO

Designa-se síndrome pré-menstrual um conjunto de diversos sintomas que afetam cerca de 80% das mulheres em fase reprodutiva. Esses sintomas interferem frequentemente na vida da mulher e de seus familiares por causar modificações afetivoemocionais e físicas. Essas modificações influenciam diretamente na história evolutiva da mulher que busca conquistar os espaços na sociedade, enfrentando desafios específicos do gênero. A menstruação se caracteriza pela descamação hemorrágica do endométrio, ocorre sempre que o óvulo não é fecundado por influências hormonais e sob o controle da hipófise. A mulher contemporânea enfrenta com maior frequência os desafios da Síndrome Pré-Menstrual (SPM) devido a sua apropriação, autonomia e maior controle sobre

Resumo Expandido/Expanded Summary

a saúde, o corpo e a vida. Durante a consulta, o enfermeiro atua na escuta ativa das principais queixas que caracterizam a SPM e faz orientações para que haja o reconhecimento dos sinais e sintomas. Assim, estimula a melhor adesão ao tratamento e incentiva as mudanças necessárias no estilo de vida, como atividade física e dieta balanceada. Este trabalho tem por objetivo compreender, através de revisão bibliográfica, a fisiologia do ciclo menstrual, as causas, sintomas e tratamento da Síndrome Pré-Menstrual (SPM), bem como a atuação do enfermeiro, permitindo a ampliação do conhecimento que possibilite melhoria na qualidade de vida da mulher durante o período pré-menstrual, além de reforçar o valor de uma abordagem biopsicossocial.

MATERIAIS E MÉTODOS

Estudo de revisão bibliográfica, sendo realizado revisão, através de livros e busca virtual de artigos indexados nos sites: U.S. National Library of Medicine National Institutes of Health (PubMed) e Scientific Electronic Library Online (SciELO) no período de abril de 2009 à maio de 2011. Os descritores utilizados na pesquisa virtual foram: síndrome, tensão, menstruação e fase lútea, sendo analisados somente os artigos que estavam disponíveis na língua portuguesa.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Na análise do referencial foram encontrados 22 artigos e somente 11 referências foram utilizadas. Sobre as causas da Síndrome Pré-Menstrual (SPM) pouco se sabe, mesmo sem comprovação científica algumas hipóteses têm sido aceitas. As alterações hormonais que ocorrem devido a ausência da fecundação justificam o desencadeamento de sintomas que caracterizam a SPM. Os sintomas ocorrem de maneira cíclica e variam de intensidade, mas quase sempre se mantêm a amplitude. Inúmeros sintomas já foram descritos e entre eles os mais prevalentes são: edema nas mãos e pés (17,8%), confusão (24,4%), ganho de peso (26,5%),

Resumo Expandido/Expanded Summary

raiva (35,3%), isolamento (39%), tristeza (40,1%), dores articulares (42,1%), mastalgia (51,7%), cansaço (52,4%), cefaléia (56,9%), nervosismo (56,9%), desconforto abdominal (70,1%) e irritabilidade (71,4%). Quanto ao tratamento, são considerados dois grandes grupos: o das drogas (psicoativas e os antiinflamatórios) que corrigem um distúrbio de base e as terapias que alteram o ciclo ovulatório normal (contraceptivos orais e o Danazol). Além disso, o enfermeiro deve orientar sobre as alterações da dieta quanto a limitação do consumo de sal, de proteínas de origem animal e da cafeína. Incentivar o consumo de carboidratos, essenciais na síntese do precursor da serotonina, além de ressaltar a importância da atividade física que provocam a liberação de endorfinas.

CONCLUSÃO

A síndrome pré-menstrual ainda é considerada por muitos como algo insignificante, ou mesmo como um fator exclusivamente psicológico, porém sabe-se que há uma grande variabilidade de sintomas. Devido à alta prevalência e pelas interferências causadas na vida mulher nos aspectos profissional, familiar, social e econômico, essa patologia deve ser considerada um problema de saúde pública. Deve-se levar em conta a importância de estudos relacionados tanto sobre a causa, o tratamento e o reconhecimento dos fatores associados à SPM, bem como sobre as formas de intervenção do enfermeiro na redução do quadro sintomatológico, uma vez que se notou a ausência de trabalhos que abordam estes aspectos. Desta forma, é possível oferecer uma maior qualidade de vida à mulher durante o período pré-menstrual, reforçando o valor de uma abordagem biopsicossocial.

Palavras – Chave: Síndrome Pré-Menstrual, Transtorno Disfórico Pré-Menstrual, Ciclo Menstrual e Disforia Menstrual.