



DISMENORREIA E AS POSSIBILIDADES DE TRATAMENTO

Micaelle Gonçalves de Souza¹
Nezziany Cezario Silva¹
Weverson Alves Ferreira²

Palavras chave: cólica menstrual, medicação e terapêutica.

O termo dismenorreia significa fluxo menstrual difícil, e é utilizado para denominar as cólicas menstruais dolorosas, manifestadas através de dores em baixo ventre que podem ocorrer durante a menstruação. Pode estar acompanhada de outros sintomas, tais como: náuseas, vômitos, cefaleia e diarreia. É classificada em primária, quando não há patologias que justifiquem a dor; e secundária, que está associada a patologias ginecológicas, como a endometriose. Acredita-se que a origem da dismenorreia primária seja causada pelo aumento na produção de prostaglandinas uterinas, que são encontradas no sangue menstrual e sintetizadas pela ação das enzimas ciclooxigenases 1 e 2 (COX-1 e COX-2). O presente resumo tem por objetivo o estudo da dismenorreia, com foco nas formas farmacológicas e não farmacológicas de tratamento, bem como seu esclarecimento para mulheres e profissionais da saúde. Trata-se de uma revisão bibliográfica, com buscas realizadas no site de pesquisa Google Acadêmico, entre os anos de 2013 e 2018, com combinação dos termos dismenorreia, tratamento e tratamento alternativo. O tratamento da dismenorreia pode ser profilático, com alguns cuidados antes da menstruação, ou durante a crise, sendo direcionado ao alívio dos sintomas. Para tratamento sintomático, a principal escolha de medicamentos isentos de prescrição (MIPs) é a dos inibidores das enzimas COX, que impede a síntese de prostaglandinas, esses são os chamados anti-inflamatórios não esteroidais (AINEs), outros MIPs utilizados são os AINEs atípicos e antiespasmódicos. De acordo com o Guia de Prática Clínica do Conselho Federal de Farmácia (CFF) os fármacos com maior grau de recomendação e nível de evidência são ibuprofeno, naproxeno e cetoprofeno. É indicado que os fármacos sejam utilizados no primeiro dia do período ou até mesmo antes, além disso, não se faz necessária uma dose de ataque. Para pacientes que não toleram o uso desses fármacos é indicada suplementação diária com vitamina B1. Na fitoterapia uma opção é a infusão de *Melissa officinalis*, conhecida como erva cidreira, podendo ser combinada com *Salvia officinalis*, pois além de aliviar os sintomas da cólica menstrual a erva-cidreira age na cefaleia; outra opção é o gengibre (*Zingiber officinale*) em cápsulas ou em pó. A terapia não farmacológica constitui medida adjuvante ao tratamento farmacológico, nela pode-se citar a crioterapia, aplicação de frio local; e a termoterapia, aplicação de calor local; sendo que esta possui o maior grau de recomendação e nível de evidência pelo CFF. A fisioterapia pélvica, como profilaxia, além da prática constante de atividade física e mudança de hábitos alimentares, com redução no consumo de laticínios, açúcares e gordura; a Estimulação Nervosa Elétrica Transcutânea (TENS) também pode reduzir a dor menstrual, bem como a acupuntura, manipulação de coluna vertebral e massagem aromática. Apesar de haverem tantas opções de tratamento e prevenção da dismenorreia as pacientes ainda não conhecem todos os métodos disponíveis, seja por não procurarem atendimento especializado e tentarem resolver o problema por conta própria ou por não serem informadas das possibilidades existentes. Cabe ao farmacêutico, como profissional que tem contato direto com pacientes no balcão da farmácia informar sobre as melhores opções para cada paciente, considerando a peculiaridade de cada uma.

BIBLIOGRAFIA

- MIELI, Maurício Paulo Angelo. et al. Dismenorreia primária: tratamento. **Revista da associação médica brasileira**. São Paulo, 59(5), p.413–419, 2013.
- SANTOS, Amanda Francielle. et al. Métodos não farmacológicos utilizados para o alívio da dismenorreia: revisão integrativa. **Journal of Health Connections**. Aracaju, v. 1, n. 1. p. 19-32. 2017.
- GUIA DE PRÁTICA LÍNICA: SINAIS E SINTOMAS DO APARELHO GENITAL FEMININO: DISMENORREIA. Brasília: Conselho Federal de Farmácia, 2017. 218 p.

¹ Acadêmicas do curso de Farmácia do (CEULJI/ULBRA). E-mail: micaelleg@hotmai.com; nezzianyc@gmail.com

² Doutor em Química pela Universidade Federal de Minas Gerais, Brasil(2010). Professor do Centro Universitário Luterano de Ji-Paraná, Brasil. E-mail: weversonferreira@yahoo.com