

Caracterización del síndrome premenstrual en estudiantes de la Universidad Metropolitana 2013

Alfredo Barraza¹, Álvaro Jarma², Fabio Otero³

¹Ginecólogo Obstetra. Universidad Metropolitana. Barranquilla, Colombia

²Residente de III año de Ginecología y Obstetricia. Universidad Metropolitana. Barranquilla, Colombia

³Residente de III año de Ginecología y Obstetricia. Universidad Metropolitana de Barranquilla, Colombia

Resumen

Introducción: Uno de los temas de interés en la salud de la mujer comprende la patología premenstrual. Que evoluciona en su estudio debido al padecimiento que implica y la interferencia que producen el desempeño habitual.

Objetivo: Caracterizar el síndrome premenstrual en estudiantes de la Universidad Metropolitana de Barranquilla. Se realizó un estudio prospectivo descriptivo con aplicación de encuesta, se registraron las características de los ciclos menstruales de 181 estudiantes voluntarias.

Materiales y métodos: El síndrome premenstrual se presentó en 19,9% de estudiantes, la incapacidad promedio de 2 días. El 86,1% tuvieron entre dos y cinco síntomas.

Resultados: Edad promedio de 21,9 años, con Síndrome premenstrual de 21,5 años. El 69,4 % de las pacientes se incapacitaron de 2 a 8 días. Con relación a vida sexual activa y el uso de anticonceptivos hormonales, presentaron menor número de síntomas. El 33,3% presentó dos síntomas, el 22,2% tres, el 19,4% cinco. El síntoma emocional más frecuente fue la depresión con 25%. El síntoma fisiopatológico más frecuente fue el dolor abdominal con 77,8%.

Conclusión: Existen diferencias estadísticas significativas entre el número de síntomas con síndrome premenstrual y aquellas que no, ($p=0,000$ y Chi cuadrada= 64,56). Es 3,2 veces más probable que las mujeres que no desarrollen síndrome premenstrual hayan tenido vida sexual que las que lo tuvieron (OR = 3,2, IC95%=1,449 – 6,941, $p=0,0024$). Se halló diferencias significativas entre desarrollar síndrome premenstrual y el uso de anticonceptivos y el menor número de síntomas ($p=0,000$; chi cuadrada= 51,65).

Palabras clave: Caracterización, síndrome premenstrual, síntomas.

Characterization of premenstrual syndrome in students from the Universidad Metropolitana 2013

Abstract

Introduction: One of the subjects of interest in women's health includes premenstrual pathology. It evolves its study because of the condition that involves and the interference that produced the usual performance.

Objective: To characterize premenstrual syndrome in students from the Universidad Metropolitana of Barranquilla. A prospective descriptive study with application of survey, the characteristics of the menstrual cycles of 181 voluntary students were recorded.

Materials and methods: The premenstrual syndrome arose in 19.9% of students, the average disability of 2 days. The 86.1% had between two and five symptoms.

Results: Average age of 21.9 years, with premenstrual syndrome of 21.5 years. 69.4% of patients are disabled from 2 to 8 days. In relation to sexual activity and the use of hormonal contraceptives, showed fewer symptoms. 33.3% presented two symptoms, 22.2% three, 19.4% five. The most common emotional symptom was the depression with 25%. The most common pathophysiological symptom was abdominal pain with 77.8%.

Conclusion: There are significant statistical differences between the number of symptoms with premenstrual syndrome and those that do not, ($p = 0, 000$ and Chi square = 64,56). It is 3.2 times

more likely that women who do not develop PMS have had sexual life than those that it had (OR = 3.2, 95% CI = 1, 449 - 6,941, p = 0, 0024). We found significant differences between developing premenstrual syndrome and the use of contraceptives and fewer symptoms (p = 0, 000; chi square = 51,65).

Key words: Characterization, premenstrual syndrome, symptoms.

Introducción

Uno de los temas de interés en la salud de la mujer comprende la patología premenstrual. Que evoluciona en su estudio debido al padecimiento que implica y la interferencia que producen el desempeño habitual. Los síntomas premenstruales tienen una severidad muy variable en las distintas mujeres. Las alteraciones anímicas relacionadas con la menstruación fueron los primeros trastornos psíquicos vinculados con lo biológico.

Se entiende por síndrome premenstrual al conjunto de síntomas y signos físicos, psicoemocionales y cognitivos conductuales que alteran la actividad cotidiana y las relaciones interpersonales de la mujer, los cuales aparecen o se exacerban cíclicamente en la fase lútea del ciclo menstrual, presentando alivio o desaparición durante o tras la menstruación (1).

Se estima del 80% de las pacientes con ovulación, experimentan entre dos o cuatro síntomas físicos psíquicos, leves durante un periodo breve de tiempo sin gran repercusión sobre su vida diaria; estos síntomas frecuentes y no problemáticos típicos de fase lútea tardía, se denominan Molimina (1).

De forma general, el síndrome premenstrual es una entidad frecuente y de difusión mundial, si bien su prevalencia exacta y su severidad, dada las características subjetivas del proceso, es difícil de establecer. Las cifras de prevalencias recogidas en la literatura actual muestran valores en torno al 10-40% de las mujeres en edad reproductiva (2).

El síndrome premenstrual puede ser considerado como un serio problema de salud pública que determina una significativa reducción de la calidad de vida, un aumento de la tasa de ausentismo laboral y una reducción de la productividad con el consiguiente impacto económico asociado. En el ámbito sanitario, el síndrome premenstrual induce al aumento de la

utilización de recursos y en el socio familiar una disminución de la interacción social y de la comunicación familiar (2).

En 2009 se realizó un estudio titulado “El síndrome premenstrual y las actitudes hacia la menstruación en una muestra de estudiantes de enfermería”. El objetivo de este estudio fue evaluar el comportamiento del ciclo menstrual en estudiantes de enfermería y analizar la frecuencia del síndrome premenstrual y sus síntomas.

La edad promedio de los participantes fue de 19,89 ± 1,43, los síntomas del síndrome premenstrual moderados fueron detectados en el 36,4% de los estudiantes de enfermería. 31% de las estudiantes reportaron dolor abdominal. Los hallazgos de esta investigación mostraron que los síntomas de la menstruación son considerados como un evento natural en la mayoría de las estudiantes de enfermería. Además, el dolor abdominal fue el problema menstrual más común asociado al síndrome premenstrual y se encontró más bajo que el encontrado en estudios previos realizados en Turquía (2).

Se han descrito muchos síntomas que pueden ser leves moderados o muy intensos que interfieren en la actividad normal y deterioran las relaciones personales (3).

El SPM puede afectar a las mujeres que menstrúan de todas las edades y con distintos antecedentes. Aunque se desconoce lo que causa el síndrome premenstrual, es posible tratar los síntomas en muchas mujeres (4).

Más allá de los criterios excluyentes y muy similares a los de los desórdenes afectivos mayores, los síntomas y el comportamiento de las pacientes con síndrome premenstrual están descritos por autores latinoamericanos. Describen que estas pacientes: Refieren sentir que el cuerpo entero participa, los movimientos se vuelven más lentos, las extremidades pesadas y frías, como una cenestesia hipertrofiada aunque no amenazante de la integridad. Parece que la inmediatez espacial, propia del sentido del gusto, se expresa también como inmediatez temporal, y altera el orden biológico natural en la urgencia de satisfacer necesidades del medio externo y también biológico (5).

Correspondencia:

Alfredo Barraza. Calle 76 No. 42 - 78. Barranquilla, Colombia

Tel: 009+57 + 5 (código de área) +3697021

alfredbarraza@hotmail.com

Recibido: 25/07/13; aceptado: 25/08/13

La paciente se angustia, no se siente confortable con lo que ocurre, reconoce y recuerda las experiencias cíclicas; aspira y espera que el tiempo transcurra para volver a su normalidad (6).

Se ha podido determinar, que el pico de máxima exacerbación sintomática se produce generalmente en la cuarta década de la vida, iniciándose en la segunda década. Es decir que su inicio no coincide con la manera o las primeras menstruaciones (7).

Para determinar por parte del médico, que se está ante un SPM y ser de ayuda en la selección del mejor tratamiento, se debe tener un registro o patrón de síntomas. De esta manera se puede diagnosticar la presencia del síndrome premenstrual o quizás otra afección. Para mantener un registro de síntomas, se debe escribir los síntomas en un calendario o usar una tabla para hacer el registro durante 2 a 3 meses (8).

A continuación figuran síntomas comunes del síndrome premenstrual que puede usar en el registro (9).

Tabla 1. Síntomas comunes del síndrome premenstrual

Síntomas Emocionales	Síntomas Fisiopatológicos
Depresión	Cambios en la sed y el apetito (deseos intensos de comer ciertos alimentos)
Arrebatos de ira	Sensibilidad en los senos
Irritabilidad	Hinchazón estomacal y aumento de peso
Episodios de llanto	Dolor de cabeza
Ansiedad	Dolores generalizados
Confusión	Agotamiento
Distanciamiento social	Problemas en la piel
Insomnio	Síntomas gastrointestinales
Mayor número de siestas	Dolor abdominal
Cambios en deseo sexual	

Fuente: The American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG) SP057, April-2010,

Casi siempre, los síntomas comienzan la semana antes del periodo de la mujer y terminan unos días después del comienzo del periodo. Llevar un registro de síntomas le ayudará a su proveedor de atención médica a determinar si tiene el TDPM (10).

En 2009 se realizó un estudio titulado "El síndrome premenstrual y las actitudes hacia la menstruación en una muestra de estudiantes de enfermería", publicado en la *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, 2012.

La metodología utilizada fue un estudio transversal, el cual, se llevó a cabo entre el 15 de febrero y 10 de marzo 2009, en Ankara, Turquía. Los participantes del estudio eran 250 estudiantes voluntarias, universitarias de enfermería. Los datos fueron

recopilados mediante un cuestionario demográfico, con la validación versión turca del Cuestionario de Actitud Menstrual (MAQ) y la escala del síndrome premenstrual turca validado (PMS). Los datos obtenidos fueron analizados mediante el paquete estadístico SPSS versión 15.0 (11).

El objetivo de este estudio fue evaluar el comportamiento del ciclo menstrual en estudiantes de enfermería y analizar la frecuencia del síndrome premenstrual (SPM) y sus síntomas, así como la relación entre el comportamiento y las actitudes hacia la menstruación y los síntomas del síndrome premenstrual (11).

Resultados

La edad promedio de los participantes fue de $19,89 \pm 1,43$.

Puntuaciones medias del MAQ indicaron actitudes naturales a moderadas hacia la menstruación. La puntuación media del PMS fue $114,86 \pm 35,15$, indicando los síntomas del síndrome premenstrual moderados. Los síntomas del síndrome premenstrual fueron detectados en el 36,4% de los estudiantes de enfermería. 31% de las estudiantes reportaron dolor abdominal (dismenorrea) durante cada ciclo menstrual. Las estudiantes que tenían síntomas de síndrome premenstrual marcados fue significativamente mayor en la sub-escala de debilitamiento y marcado significativamente más bajos en la sub-escala negativa de la MAQ ($p < 0,05$) (11).

Tipo de estudio

Se realizó estudio prospectivo descriptivo, con aplicación de encuesta.

Población y muestra

La población está conformada por las estudiantes de los programas ofrecidos por la Universidad Metropolitana, la cual está constituida por 3.053 estudiantes de los programas de bacteriología, enfermería, fisioterapia, fonoaudiología, medicina, nutrición y dietética, odontología, optometría, psicología, terapia ocupacional, trabajo social.

Se calculó el tamaño de muestra para un tamaño poblacional de 3.053, con una proporción esperada del 10,0%, teniendo en cuenta los síntomas menos frecuentes en el síndrome premenstrual.

La precisión utilizada fue del 5%, obteniéndose un tamaño muestra de 133 a ello se le incrementó el 20% para evitar el efecto de las pérdidas, estimando una muestra total de 160 mujeres a encuestar.

Criterios de inclusión

- Estudiantes de la Universidad Metropolitana de Barranquilla.
- Deseo voluntario de participar en el estudio.
- Mujeres mayores de 15 años.
- Mujeres menores de 40 años.

Criterios de exclusión

- Mujeres menores de 15 años.
- Mujeres mayores de 40 años.
- Mujeres embarazadas.

Técnicas de recolección de la información

Para la recolección de la información se elaboró una encuesta que recoge todas las variables del estudio, las cuales se entregaron a las estudiantes que aceptaron participar en la investigación.

Estas durante tres meses registraron los síntomas objeto de estudio y las fechas en las cuales se presentan; transcurrido este tiempo la encuesta se devolvió a los investigadores para su tabulación y análisis.

Procesamiento y análisis de la información

Una vez devuelta la encuesta se tabuló la información en una base de datos elaborada en Excel y se analizó con el programa Epi-info 3.5.1.

Se construyeron las tablas, al igual que se hizo cálculo estadístico que permitió realizar el análisis de la información.

Resultados

Se encuestaron 181 estudiantes de los programas ofrecidos por la Universidad Metropolitana, las cuales se les realizó seguimiento durante tres meses para identificar a aquellas que desarrollaban Síndrome Premenstrual. Se halló que el 19,9% (36) de las estudiantes presentaron dicho diagnóstico.

Tabla 1. Distribución de estudiantes encuestadas según edad y presencia de síndrome premenstrual.

Edad	Síndrome premenstrual		Total	
	Si	No	No	%
18	2	11	13	7,2
19	4	17	21	11,6
20	6	18	24	13,3
21	8	21	29	16,0
22	7	19	26	14,4
23	1	8	9	5,0
24	6	26	32	17,7
25		9	9	5,0
26	2	12	14	7,7
27		4	4	2,2
Total	36	145	181	100,0

Fuente: Encuesta caracterización del síndrome premenstrual en estudiantes de la Universidad Metropolitana 2013.

La edad en el grupo de estudiado fue de 21,9 años, siendo la mínima 18 y la máxima 27; para el grupo que presentaron el síndrome premenstrual el promedio de edad fue de 21,5 años con un rango de 18 a 27 años.

En el grupo que no presentó síndrome premenstrual, la edad promedio fue de 22 y el rango de 18 a 27 años. Los datos obtenidos no muestran diferencias importantes con respecto a la edad de los dos grupos. (Tabla 1)

Tabla 2. Días de incapacidad en el síndrome premenstrual en estudiantes de la Universidad Metropolitana

Días de incapacidad	No.	%
1	11	30,6
2	18	50,0
3	2	5,6
4	1	2,8
5	2	5,6
6	1	2,8
8	1	2,8
Total	36	100

Fuente: Encuesta caracterización del síndrome premenstrual en estudiantes de la Universidad Metropolitana 2013

La información relacionada con días de incapacidad muestra que el 69,4 % de las pacientes con síndrome premenstrual se incapacitaron de 2 a 8 días, un 50,0% de las estudiantes se incapacitaron mínimo dos días, siendo el promedio de incapacidad 2,25 días. (Tabla 2)

Tabla 3. Número de síntomas del síndrome premenstrual en estudiantes de la Universidad Metropolitana según la actividad sexual

Número de síntomas	Con actividad sexual		Sin actividad sexual	
	%	%	%	%
1	1	5	1	6,2
2	8	40	2	12,5
3	7	35	3	18,7
4	3	15	6	37,5
5	1	5	4	25
Total	20	100	16	100

Fuente: Encuesta caracterización del síndrome premenstrual en estudiantes de la Universidad Metropolitana 2013

Con relación a la actividad sexual, se observa que el 55,6% de las estudiantes con el diagnóstico de síndrome premenstrual tiene vida sexual activa.

Con relación a las estudiantes con síndrome premenstrual y la actividad sexual observamos que

estas estudiantes presentaron menor número de síntomas que las que no tienen vida sexual activa. (Tabla 3)

Tabla 4. Número de síntomas del síndrome premenstrual en estudiantes de la Universidad Metropolitana según el uso de métodos de anticoncepción hormonal

Número de síntomas	Con uso de ACO	%	Sin uso de ACO	%
1	1	20	3	9,6
2	3	60	3	9,6
3	1	20	10	31
4	0	0	9	29
5	0	0	6	19
Total	5	100	31	100

Fuente: Encuesta caracterización del síndrome premenstrual en estudiantes de la Universidad Metropolitana 2013

Con referencia al método de planificación el 13,9% de las estudiantes con síndrome premenstrual uso método hormonal de planificación y el 86,1% no usó ningún método hormonal de planificación. (Tabla 4)

Tabla 5. Actividad sexual en las estudiantes de la Universidad Metropolitana con ó sin síndrome premenstrual

Número de síntomas	Síndrome premenstrual		Sin síndrome premenstrual		Total	
	No.	%	No.	%	No.	%
0	0	0,0	30	20,7	30	16,6
1	5	13,9	74	51,0	79	43,6
2	12	33,3	32	22,1	44	24,3
3	8	22,2	6	4,1	14	7,7
4	4	11,1	3	2,1	7	3,9
5	7	19,4	0	0,0	7	3,9
Total	36	100	145	100	181	100

Fuente: Encuesta caracterización del síndrome premenstrual en estudiante de la Universidad Metropolitana 2013

En cuanto al número de síntomas en pacientes con síndrome premenstrual y el uso o no de anticonceptivos hormonales se observa que es menor en aquellas que utilizaron métodos de planificación hormonal que en aquellas que no lo hicieron. (Tabla 5)

En cuanto al número de síntomas de las pacientes que se diagnosticaron con síndrome premenstrual, nos damos cuenta que el 33,3% de ellas presentó dos síntomas, el 22,2% con tres síntomas, el 19,4% con 5

síntomas y el 13,9% un solo síntoma que incapacita a la paciente.

En cuanto a los síntomas emocionales en el síndrome premenstrual encontramos que la depresión fue el síntoma más frecuente con un 25% en las pacientes con síndrome premenstrual, seguido de la ansiedad con un 13,9%.

En cuanto a los síntomas fisiopatológicos en el síndrome premenstrual encontramos que el dolor abdominal fue el síntoma más frecuente con un 77,8%% en las pacientes con síndrome premenstrual, seguido de la sensibilidad en los senos con un 66,7%

Discusión

El síndrome premenstrual debe presentarse durante la fase premenstrual y resolverse dentro de los dos primeros días del comienzo menstrual, en este estudio se tuvo en cuenta estos criterios para la clasificación de las estudiantes con síndrome premenstrual, hallando una prevalencia de 19,9%, inferior a la encontrada por Guvenec y cols, 2012, la cual fue de 27,6% en estudiantes de enfermería (11).

Con respecto a los síntomas emocionales en este estudio el más reportado fue la depresión en el 25,0% de los casos, ansiedad en el 13,9%, irritabilidad en 5,6% de las estudiantes.

Bloch y cols en un estudio prospectivo comunican que la irritabilidad 85%, angustia 83% y labilidad emocional 77% como los síntomas más reportados (2).

Guvenec y cols 2012, encontraron irritabilidad: 43,2%, depresión: 38,8%, ansiedad: 4,0% (11).

Los síntomas fisiológicos más frecuentes en este estudio fueron el dolor abdominal en el 77,8% de los casos, sensibilidad en los senos 66,7% y dolores de cabeza en el 47,2%.

Guvenec, G y cols 2012, obtuvieron distensión abdominal en el 53,6%, el dolor abdominal 29,6% y la fatiga 24,8%(11).

Referencias

1. Síndrome premenstrual. Patient Education. The American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG) sp057, 2010.
2. Gynecological Endocrinology, Biopsychosocial aspects of premenstrual syndrome and

- premenstrual dysphoric disorder 2013; 29(1): 67–73.
3. Indusekhar R, Usman Sb, O'brien s. Psychological Aspects of Premenstrual Syndrome. *Best Practice & Research Clinical Obstetrics & Gynecology* 2007; 21(2):207-20.
 4. American Psychiatric Association. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. 4a ed.; Barcelona: Masson; 1995.
 5. Gaviria SL. Síndrome premenstrual en: Tellez Vargas J. Gaviria SL, Bugos de Taborda C, Afrodita y Esculapio. Santa Fé de Bogotá. Nuevo Milenio de editores. 1999; 317-28.
 6. López Mato, a. Psicopatología de la mujer: En López Mato A. *Psiconeuroinmunoendocrinología I*. Editorial Polemos, 2002; 381-401.
 7. Steiner M, Born I. Advances in the diagnosis and treatment of premenstrual dysphoria. *CNS Drugs*. 2000; 13:287-304.
 8. Subhash, B and Shashi, B. Diagnosis and Treatment of Premenstrual Dysphoric Disorder. *Creighton University School of Medicine, Omaha, Nebraska*. 2002; 66(7):1240-48.
 9. Kopitowski K. Tratamiento del síndrome premenstrual. *Evidencia Orientada al Paciente. Evid. actual. práct. ambul.* 2004; 7:150-151.
 10. Lopez-Mato A; Illa G; Boullosa O. Trastorno Disfórico Premenstrual. *Revista de la Sociedad Argentina de Endocrinología y Ginecología Reproductiva (SAEGRE)*. 2000; VII: 3-9.
 11. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, "Premenstrual syndrome and attitudes toward menstruation in a sample of nursing students"; Gulten Guvenc¹, Ayse Kilic², Aygul Akyuz¹ & Ayfer Ustunsoz¹. 2012; 33(3): 106–11.