

## ATUÇÃO DA FISIOTERAPIA NA DISMENORREIA PRIMÁRIA: REVISÃO DE LITERATURA

**Kamyla Gomes de Vasconcelos; Bruna Azevedo Costa; Patrícia da Silva Taddeo**

Centro Universitário Fametro - Unifametro

E-mail: kamylagomes.v@gmail.com

**Título da Sessão Temática:** *Processo de cuidar*

**Evento:** VII Encontro de iniciação a pesquisa

**Introdução:** A dismenorreia primária, popularmente conhecida como cólica, faz parte do ciclo menstrual comum das mulheres, muitas vezes acompanhada de outros sintomas, trazendo desconforto e limitações nas suas atividades de vida diária e lazer. Essa dor aguda é causada pela produção de substâncias chamadas de prostaglandinas, que fazem o endométrio se contrair, para eliminar o conteúdo quando não há fecundação. Isso faz com que muitas mulheres recorram a vários medicamentos para o alívio das dores. **Objetivos:** Identificar as intervenções fisioterapêuticas na melhora sintomática da Dismenorreia primária. **Métodos:** Foi realizada uma revisão bibliográfica, de artigos pesquisados nas bases de dados do LILACS e SciELO, utilizando os descritores: Dismenorreia primária; Fisioterapia; Tratamento. Foram selecionados artigos em inglês e português, publicados nos anos de 2010 a 2017. Dos estudos encontrados, foram selecionados 7 que contemplavam a temática abordada. **Resultados:** A Fisioterapia mostrou ser uma alternativa benéfica para mulheres que sofrem com Dismenorreia Primária. A Estimulação Elétrica Transcutânea (TENS) e a terapia Manual trazem uma melhora significativa no controle da dor pélvica e lombar. Além disso, as técnicas manuais quando associadas a utilização dos óleos essenciais, promoveram diminuição relevante na ansiedade, stress e tensão menstrual. A Cinesioterapia também obteve resultados positivos, intervindo com exercícios físicos na melhora do quadro algico. Os métodos da crioterapia e hipertermoterapia, se mostraram eficazes, entretanto, foi observado que houve uma redução maior na intensidade da dor com o frio do que quando comparada ao calor. **Conclusão:** Os métodos Fisioterapêuticos TENS, terapia Manual, cinesioterapia, crioterapia e hipertermoterapia apresentaram melhora na sintomatologia da dismenorreia primária, e uma diminuição da automedicação entre essas mulheres, o que trouxe uma melhor qualidade de vida e retorno para suas atividades de vida diária.

**Descritores:** Dismenorreia Primária; Fisioterapia; Tratamento.

## **Referências:**

- DALL'ACQUA, Roberta; BENDLIN, Tania. Dismenorreia. **Femina**, v. 43, n. 6, 2015.
- DE ARAÚJO, Isabela Matos; LEITÃO, Thyago Costa; VENTURA, Patrícia Lima. Estudo comparativo da eficiência do calor e frio no tratamento da dismenorreia primária, 2010.
- DA SILVA, Bruna Carla Pereira et al. Estimulação elétrica nervosa transcutânea no tratamento da dor pélvica causada pela dismenorréia primária. *ConScientiae Saúde*, v. 15, n. 4, p. 650-656, 2016.
- FAE, Aline; PIVETTA, Hedioneia Maria Folleto. Efeitos da massagem do tecido conjuntivo e cinesioterapia no tratamento da dismenorréia primária. **Fisioterapia Brasil**, v. 11, n. 2, 2010.
- GERZSON, Laís Rodrigues et al. Physiotherapy in primary dysmenorrhea: literature review. *Revista Dor*, v. 15, n. 4, p. 290-295, 2014.
- PAGANINI, Tatiana et al. O uso da aromaterapia no combate ao estresse. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, v. 18, n. 1, 2014.
- PINHO, Liziane Estrela Estrela et al. TERAPIA MANUAL NO TRATAMENTO DA DISMENORREIA PRIMÁRIA: REVISÃO SISTEMÁTICA. **Revista pesquisa em Fisioterapia**, v. 7, n. 2, p. 224-232, 2017.