



FACTORES ASOCIADOS EN LA PREVALENCIA DE DISMENORREA Y SÍNDROME PREMENSTRUAL EN MUJERES ADULTAS JÓVENES.

Karla Isabel Colín González¹, Patricia Anahí Gómez García¹ y Cristina Guadalupe Ortega Murillo¹

¹ Centro Universitario de los Altos, Universidad de Guadalajara. isabel.colin@academicos.udg.mx

La prevalencia de dismenorrea y síndrome premenstrual son padecimientos que en algunos casos interfieren en la calidad de vida de mujeres en edad reproductiva quienes participan productivamente en México.

Estudio descriptivo transversal para identificar prevalencia de dismenorrea en mujeres estudiantes universitarias de 18 a 26 años, la frecuencia de realización de actividad física y consumo de alimentos de alta densidad energética (AADE) antes o durante su ciclo menstrual.

Participaron 82 estudiantes, se diagnosticó IMC con una prevalencia de obesidad de 7.3%, sobrepeso 8.5%, bajo peso 5% y peso normal 79%, sin relación directa con dismenorrea, la edad de la menarca fue de 12 años \pm 5, con 39% de las estudiantes. Ninguna manifestó embazo previo. El 73% participantes refieren padecer síndrome premenstrual. La prevalencia de dismenorrea se clasificó en 3 niveles: leve, moderado y grave con la mayor incidencia en moderado 43% de las participantes, con medicación habitual para inflamación y dolor. El 8.5% de las mujeres refieren dismenorrea grave, con medicación mensual, ocasionalmente faltaron a la universidad y/o trabajo por la severidad de los síntomas. Solamente el 9.7% de las participantes no tienen dismenorrea las cuáles el 100% de ellas no fuma y el 95% de ellas no padecen estreñimiento.

Las participantes con dismenorrea leve a no padecerla, perciben su vida con moderado a bajo nivel de estrés. Según la frecuencia de consumo de AADE son apetecibles de forma perimenstrual, en el 75% de ellas, más frecuente previo al ciclo menstrual, sin relación con la severidad de los síntomas. El 49% de las mujeres realizan actividad física, quienes manifestaron menor severidad de síntomas, sólo ocasionalmente les indicaron medicación.