

INTERVENÇÕES FISIOTERAPÊUTICAS NO MANEJO DA SÍNDROME PRÉ-MENSTRUAL: IMPLICAÇÕES NA SAÚDE DA MULHER

Camila Maziero DALPOZO*
Guilherme Emmanoel GROTTO**
Henrique Novatzky de OLIVEIRA***
João Victor de Souza NOVAES****
Ketenlly Cristina Cezario PESTANA*****
Elaine Doro Mardegan COSTA*****
Máira Daniéla dos SANTOS*****

RESUMO

Introdução: A Síndrome Pré-Menstrual (SPM) é considerada um conjunto de manifestações clínicas (físicas, emocionais e comportamentais) na fase lútea que cessam com a menstruação. A literatura contemporânea descreve que sua etiologia envolve oscilações hormonais (estrogênio/progesterona) com efeitos metabólicos significativos causadores do desenvolvimento da patologia, o que impacta diretamente na qualidade de vida cotidiana dessa população. Evidências apontam que a fisioterapia atua como um método não farmacológico, tendo em vista tratar, não apenas os sinais e sintomas, mas também sua causa funcional. **Objetivo:** Identificar os métodos de avaliação e demonstrar as implicações das intervenções fisioterapêuticas na saúde das mulheres portadoras de SPM. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura com busca em bases eletrônicas, seleção por triagem de títulos e resumos e leitura. Foram utilizados 12 estudos originais e revisões publicadas nos últimos quatorze anos, nas línguas inglesa e portuguesa. **Resultados:** Pode-se verificar que a SPM é classificada em subtipos A, C, D e H, tendo o transtorno disfórico pré-menstrual (TDPM) como forma grave; o diagnóstico é clínico, com duração dos sintomas de 5 a 14 dias antes do fluxo, remissão com a menstruação e prejuízo funcional, com PSST (Ferramenta de Triagem dos Sintomas Pré-Menstruais) para triagem e DRSP (Registro Diário da Gravidade dos Problemas) para monitoramento. As intervenções fisioterapêuticas com evidências incluem exercícios de Kegel, drenagem linfática manual, técnicas de relaxamento e educação em saúde, além de reeducação postural. Todavia, a escolha de tais recursos baseia-se na anamnese e em exames clínicos. **Conclusão:** A SPM é uma patologia prevalente entre mulheres mais jovens, em idade reprodutiva, e possui uma gama de sinais e sintomas. A fisioterapia, nesse sentido, apresenta-se como um método válido e eficaz para o tratamento de tais manifestações clínicas.

Palavras-chave: síndrome pré-menstrual; manifestações clínicas; saúde da mulher; qualidade de vida; fisioterapia.

* Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP- Unifunec. camiladalpozo10@gmail.com

** Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP- Unifunec. guilhermeemmanoelgrotto@gmail.com

*** Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP- Unifunec. henriquenovatzky@hotmail.com

**** Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP- Unifunec. joaovitornovaes77@gmail.com

***** Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP- Unifunec. ketenllype@gmail.com

***** Orientadora, Mestre, Docente do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP- Unifunec. elamardegan@hotmail.com

***** Orientadora, Mestre, Docente do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP- Unifunec. mairadaniela0902@gmail.com