

Estudio realizado sobre la Estimulación Nerviosa Eléctrica Transcutánea (TENS) en mujeres con dismenorrea.

Femanda Paes Hübbe
Curso de Fisioterapia de la Universidad del Sul del Santa Catarina

RESUMEN

La dismenorrea es un trastorno menstrual común que afecta cerca del 50% de las mujeres en edad fértil, que menstrúan normalmente.

La dismenorrea se caracteriza por dolor de tipo cólico, localizado frecuentemente en la parte inferior del abdomen y suele acompañarse de otros síntomas como náuseas, dolor de cabeza, irritabilidad, vómitos, diarrea, estreñimiento, entre otros.

A veces el dolor es tan intenso que es considerado una de las causas principales de ausentismo escolar y laboral.

Todo esto, explica la importancia de esta investigación de tipo descriptivo, para verificar la eficacia de la estimulación nerviosa eléctrica transcutánea (TENS) en mujeres con dismenorrea.

Se estudiaron 10 casos de mujeres con edades comprendidas entre 17 y 33 años, que sufrían de dismenorrea, donde se investigó el grado de dolor que ellas sentían antes y después de la aplicación de la TENS, usando la escala del dolor.

Analizando los datos se comprobó la eficacia del dispositivo en el tratamiento de la dismenorrea, pues el 100% de los pacientes reportaron alivio del dolor después de la aplicación de la terapia con TENS.

Palabras clave: dismenorrea, TENS

INTRODUCCIÓN

La dismenorrea o dolor menstrual es un síntoma frecuente que acompaña a la menstruación, es muy común en mujeres en edad fértil y puede ser mejorado con fisioterapia, a través de sus diversas técnicas y recursos electroterapéuticos.

Cuando se deja sin tratamiento, la dismenorrea puede durar de dos a tres días, y más allá de dolor, que puede ser grave, puede acarrear otros síntomas como náuseas, vómitos, diarrea, fatiga, irritabilidad, mareos y dolores de cabeza, y puede conllevar desmayos.

El tratamiento más utilizado en los casos de dismenorrea se realiza mediante el uso de los fármacos, los cuales pueden no tener el efecto esperado en cuanto a lo que es el alivio del dolor y además provocar una gran diversidad de efectos secundarios no deseados.

TENS es un recurso ampliamente utilizado por los fisioterapeutas para promover la analgesia. Damiane y Damiane (1998) reportó que el TENS es un

método alternativo, no invasivo, no tóxico, en el que el paciente puede confiar completamente y una de sus principales ventajas es no producir ningún efecto adverso.

1 MÉTODOS Y TÉCNICAS

Esta investigación se desarrolló a través de la metodología experimental, con testeos anteriores y posteriores al de su inicio, con el objetivo de verificar el efecto de la estimulación nerviosa eléctrica transcutánea (TENS) en la dismenorrea.

La muestra se compone de un grupo de 10 mujeres, de edad entre 17 y 33 años, que presentan la condición de dismenorrea y que no habían tomado medicamentos para el dolor en esta data.

Al comienzo de la sesión, la paciente fue entrevistada y el investigador aplicó un testeo utilizando una escala de dolor donde la paciente da a conocer la intensidad de su dolor.

La escala del dolor va de 0 a 10; 0 significa ausencia de dolor y 10 el máximo de dolor. El testeo fue nuevamente aplicado al final de la sesión, donde la paciente manifiesta la intensidad de su dolor después de la aplicación de la terapia TENS.

El TENS se ha aplicado con el paciente en decúbito ventral, con cuatro electrodos colocados de forma bilateral en los dermatomas T10 y L1, que inervan respectivamente el útero y cervix uterino.

El TENS se ha aplicado en la forma convencional, a la frecuencia de 100 Hz, con el modo de pulso de 60 μ s, con intensidad variable, durante 30 minutos.

2 DISCUSIÓN Y ANALISIS DE DATOS

A través de la entrevista, señaló que 9 de las pacientes, en el periodo menstrual, sentían náuseas, 8 irritabilidad, 8 dolor de cabeza, 5 diarrea, 3 constipación y 2 episodios de vómitos.

Para Motta, Salomão y Ramos (2000), en más del 50% de los casos la dismenorrea es acompañada de síntomas como náuseas, vómitos, fatiga, irritabilidad, sudoración, mareos, dolor de espalda y diarrea.

Como afirma Cardoso, Leme (2003), se estima que se pierden anualmente 140 millones de horas en la escuela y en el trabajo, siendo la dismenorrea la causa más frecuente de el ausentismo laboral y escolar entre las mujeres jóvenes.

Como afirma Halbe (2000), el tratamiento de la dismenorrea es una situación de urgencia, con el fin de aliviar el dolor o como paliativo, que requiere su repetición en cada periodo menstrual.

En contraste con el efecto analgésico de los fármacos utilizados por las mujeres entrevistadas, es importante señalar que en el 40% de las mujeres informaron la aparición de efectos secundarios.

Cabe señalar que el dolor referido por las pacientes al inicio de la terapia

osciló entre leve (correspondiente de 0 a 3) a intensa (que corresponden de 8 a 10) y que al observar el registro de la intensidad del dolor después de la aplicación de TENS, sólo 2 pacientes permanecieron con dolor, aunque en mucho menor intensidad (grado 1) Siendo que en la paciente numero 2, el dolor disminuyó 83,40%, un valor considerable, y en la paciente numero 6, la analgesia fue de 75%.

TABLA 1: Comparación del efecto analgésico de los medicamentos y la TENS.

Pacientes	Alivio proporcionado Por el medicamento	Alivio proporcionado Por La TENS
Paciente 01	Parcial	Total
Paciente 02	Parcial	Parcial
Paciente 03	Parcial	Total
Paciente 04	Parcial	Total
Paciente 05	Parcial	Total
Paciente 06	Parcial	Parcial
Paciente 07	Total	Total
Paciente 08	Parcial	Total
Paciente 09	Total	Total
Paciente 10	Total	Total

De una forma clara se puede observar que en sólo 30% de las pacientes el alivio proporcionado por las drogas es total, con el uso de TENS se observa alivio en 80% de las pacientes.

CONSIDERACIONES FINALES

Aunque las muchas técnicas de tratamiento disponibles, aproximadamente 50% de las mujeres todavía sufren de dismenorrea. Esto afecta no solo la calidad de vida, sino también hace que las mujeres se ausenten de sus actividades diarias.

Hay casos en que algunas de las pacientes necesitan hospitalizarse por días en el hospital debido a la gravedad de los síntomas.

Como se mencionó, en la mayoría de las veces la dismenorrea puede estar asociada con otros síntomas.

A través de la entrevista efectuada, se desprende que 9 de las pacientes, en el período menstrual sienten náusea, 8 irritabilidad, 8 dolor de cabeza, 5 diarrea, 3 constipación y 2 episodios de vómitos. As veces el dolor es tan intenso que 90% de las pacientes entrevistadas se abstienen de sus actividades diarias durante la menstruación.

Debido a esto, se puede registrar el uso de medicamentos para aliviar el dolor en 100% de la muestra, donde 70% de las mujeres informaron que el alivio proporcionado por las drogas es parcial y en sólo 30% es de alivio total. También se puede encontrar que los efectos previstos por las drogas están presentes en 40% de la muestra, un número considerable.

El objetivo de este estudio fue analizar el efecto de la estimulación nerviosa eléctrica transcutánea (TENS) en el dolor causado por la dismenorrea. Utilizando una escala de dolor, se puede observar que TENS ha promovido la extinción total del dolor en 80% de las pacientes y la extinción parcial en 20%, mientras que con el uso de las drogas, 70% de las pacientes informaron que hubo alivio parcial y sólo 30% que hubo alivio total.

Se concluye que TENS ha producido analgesia en mayor o menor grado en 100% de las pacientes tratadas, indicando así, que esta técnica puede ser utilizada por los fisioterapeutas en las mujeres que sufren de dismenorrea.

Por ser un método no invasivo, indoloro, sin efectos secundarios; seguro y portátil, puede ser aplicado mensualmente como tratamiento sintomático del dolor, y puede ser llevado a cualquier lugar, dependiendo de la comodidad del paciente y de la disponibilidad de su fisioterapeuta.

Es de destacar que no es el propósito de este estudio evaluar el tiempo de efecto de la analgesia proporcionada por TENS después de su aplicación. Sin embargo, las pacientes informaron el alivio de los síntomas en 48 horas.

Así, TENS puede ser utilizado solamente una vez al mes en mujeres que sufren de dismenorrea.

Por lo tanto, se espera que esta obra despierte el interés para la investigación y el uso de TENS en la ampliación de trastornos ginecológicos, especialmente en la dismenorrea, en todas las unidades de asistencia de salud, tanto primaria como secundaria.

REFERENCIAS

CARDOSO, Tháís Soares Munguba; LEME, Ana Paulo Cardoso Batista Paes. A equivalência da dança do ventre à cinesioterapia na terapêutica da dismenorréia primária. **Revista Fisioterapia**, Atlântica, v. 4, n. 2, mar./abr. 2003.

DAMIANE, Cristiane; DAMIANE, Gisele. TENS: eletroanalgesia. In: RODRIGUES, Edgard Meirelles; GUIMARÃES, Cosme S. **Manual de recursos fisioterapêuticos**. Rio de Janeiro: Revinter, 1998. p.53-81.

HALBE, Hans Wolfganf. **Tratado de ginecologia**. 3. ed. São Paulo: Roca, 2000. v.1.

MOTTA, Eduardo Vieira da.; SALOMÃO, Antônio Jorge; RAMOS, Laudelino de Oliveira. Dismenorréia. **Revista Brasileira de Medicina**, Moreira Jr., São Paulo, v. 57, n. 5., p. 369-84, maio 2000.