

Calambres menstruales (dismenorrea)



Descripción general

Los calambres menstruales son los cólicos abdominales que pueden ocurrir mensualmente justo antes y durante el período menstrual de una mujer. Por lo general no representan un problema. Sin embargo, a veces los calambres pueden ser síntoma de una enfermedad.

Causas

Los calambres menstruales son ocasionados por las contracciones del útero. Durante la menstruación, el útero se contrae enérgicamente y con frecuencia, para despojarse de su revestimiento interno y expulsarlo. La mayoría de los calambres menstruales son el resultado de este tipo de contracción. Sin embargo, los calambres pueden ser más intensos y dolorosos para las mujeres que tienen endometriosis, pólipos uterinos, fibromas o enfermedades de transmisión sexual. A veces, las mujeres embarazadas también pueden experimentar calambres dolorosos.

Síntomas

Los síntomas de los calambres menstruales pueden incluir un dolor sordo, punzante o espasmódico en la zona inferior del abdomen. Este dolor puede irradiarse hacia la espalda, las caderas y las piernas. El dolor puede ir desde ligeramente incómodo hasta severo. Algunas mujeres también pueden quejarse de náusea y vómitos, vértigo, sudoración y diarrea.

Tratamiento

En muchas mujeres los calambres menstruales duran sólo poco tiempo y no requieren de ningún tratamiento. Un médico debería evaluar los casos de calambres severos o fuera de lo común, sobre todo aquellos que experimentan las mujeres mayores. Para las mujeres que experimentan calambres dolorosos o calambres que interrumpen actividades normales, las opciones de tratamiento pueden incluir la medicación con antiinflamatorios no esteroideos o las hormonas de anticonceptivos que evitan la ovulación. Los calambres provocados por una condición médica solamente se pueden resolver después de tratar la condición subyacente.

