



¿Qué es la dismenorrea?

La dismenorrea es el dolor intenso pélvico y abdominal que aparece antes o durante la menstruación. Existen dos tipos de dismenorrea: primaria y secundaria.

Dismenorrea primaria:

Es un trastorno determinado por un conjunto de síntomas (el más importante es el dolor menstrual) que aparece asociado a la menstruación en ausencia de patología orgánica que lo justifique (Larroy, Tabernero, Gil, Garrido & Feito, 2001).

Es más frecuente en adolescentes y en la mayoría de los casos inicia dentro del año en que aparece el primer periodo menstrual.

El dolor se produce cuando inicia la menstruación y persiste durante los primeros 2 días. Es un dolor constante en la parte inferior del abdomen, pero, puede irradiarse a la espalda o a las piernas.

Dismenorrea secundaria:

Consiste en un dolor agudo en la zona baja del abdomen, pero, a diferencia de la dismenorrea primaria, este dolor es más fuerte y continuo. Generalmente se produce como un síntoma de otra enfermedad ginecológica o afección, como por ejemplo los miomas uterinos o la endometriosis (Pinkerton, 2023).

Se produce durante la adultez, a menos que se deba a malformaciones congénitas.

BOLETIN | OCTUBRE | 2023

Somos una organización sindical que lucha por los derechos y el mejoramiento continuo de las condiciones laborales y la calidad de vida de las trabajadoras y los trabajadores de la Universidad Nacional.

CONTÁCTENOS

Nuestros teléfonos:
+506 2277-3446
Recepción

+506 2238-0986
Asesoría Legal

Correo general:
situn@una.cr

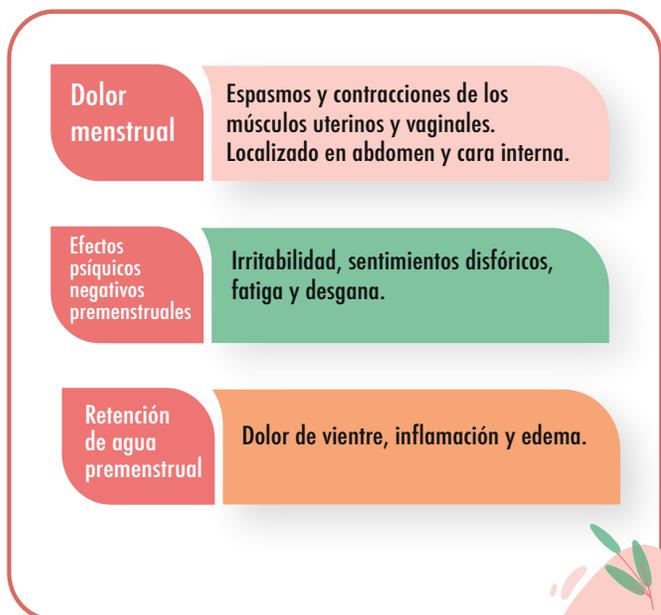
Sitio Web:
<http://www.situn.una.ac.cr>

Factores que pueden contribuir con la dismenorrea:

- ✓ Flujo menstrual abundante.
- ✓ Edad temprana del primer periodo menstrual.
- ✓ Períodos menstruales largos o intensos.
- ✓ Pasaje del tejido menstrual a través del cuello uterino.
- ✓ Altos niveles de prostaglandina F2-alfa en el flujo menstrual.
- ✓ Orificio cervical estrecho.
- ✓ Posición uterina anómala.
- ✓ Ansiedad.
- ✓ Tabaquismo.
- ✓ Antecedentes familiares de dismenorrea.
- ✓ Abuso sexual.
- ✓ Infertilidad.
- ✓ Síntomas premenstruales.

Síntomas:

El síntoma más evidente e importante de este trastorno es el dolor menstrual, sin embargo, existen otros síntomas que pueden delimitar el trastorno. Stephenson y cols. (1983) establecieron los siguientes:



¿Cómo afecta la dismenorrea en la calidad de vida de las personas menstruantes?

La dismenorrea afecta la salud física, psicológica y social de las mujeres, los síntomas generan absentismo, disminución del rendimiento académico y laboral, limita las actividades sociales y deportivas.

En el caso de la dismenorrea primaria es una condición que ha sido normalizada como parte del ciclo menstrual, sin embargo, es una condición que indiscutiblemente afecta a quienes sufren sus síntomas.

Expediente 23706

LEY DE LICENCIA MENSTRUAL PARA LAS MUJERES Y PERSONAS MENSTRUANTES TRABAJADORAS Y DÍA DE DESCANSO PARA LAS ESTUDIANTES CON DOLORES MENSTRUALES

El 23 de abril del 2023 se presentó un proyecto a la Asamblea Legislativa cuyo propósito es establecer el derecho a un día de licencia menstrual con goce de salario por dismenorrea o dolores menstruales, prorrogable hasta los tres días en casos de síntomas agudos, a todas las mujeres y personas menstruantes que laboren en el sector público o privado; así como establecer un día libre al mes por dismenorrea o dolores menstruales, prorrogable hasta los tres días en casos de síntomas agudos, a todas las mujeres y personas menstruantes que estudien en el sistema público o privado.

¿Cómo puede incidir el Sindicato de Trabajadoras y Trabajadores de la Universidad Nacional (SITUN) en esta temática?

Desde el SITUN a través de la Secretaría de la Mujer Trabajadora, Género y Equidad estamos trabajando en proporcionar charlas para conocer más sobre este tema tan importante, concientizar sobre el cuidado de la salud ginecológica y de esta forma trazar los primeros pasos para que se promulgue esta ley.

Marianela González Arce
Secretaría de la Mujer Trabajadora,
Género y Equidad
SITUN

Referencias bibliográficas

- Callejo Mora, A. (2021). *Dismenorrea*. <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/ginecologicas/dismenorrea.html>
- Garro Urbina, V., Thuel Gutiérrez, M. y Robles Arce, V. (2019). Dismenorrea primaria en las adolescentes: manejo en la atención primaria. *Revista Médica Sinergia*, 4(11) <https://doi.org/10.31434/rms.v4i11.296>
- Larroy, C., Tabernero, J. A., Gil, A., Garrido, A. B., & Feito, A. B. (2001). Factorización de los síntomas no dolorosos de la dismenorrea primaria y su cambio a lo largo de la edad: estudio en la Comunidad de Madrid. *Clínica y Salud*, 12(2), 253-269.
- Pinkerton, J. V. (2023). *Dismenorrea*. <https://www.msmanuals.com/es-cr/professional/ginecolog%C3%ADa-y-obstetricia/anomal%C3%ADas-menstruales/dismenorrea>