

Síndrome Premenstrual (SPM)



Dra. Pía Vázquez Caamaño

Dpto. Ginecología y Obstetricia - CHUVI

Definición SPM

“...Síntomas y signos físicos, psicoemocionales y cognitivo-conductuales. Alteran la actividad cotidiana o relaciones interpersonales. Aparecen cíclicamente y desaparecen en la fase folicular...sin que exista otra causa que lo justifique..”



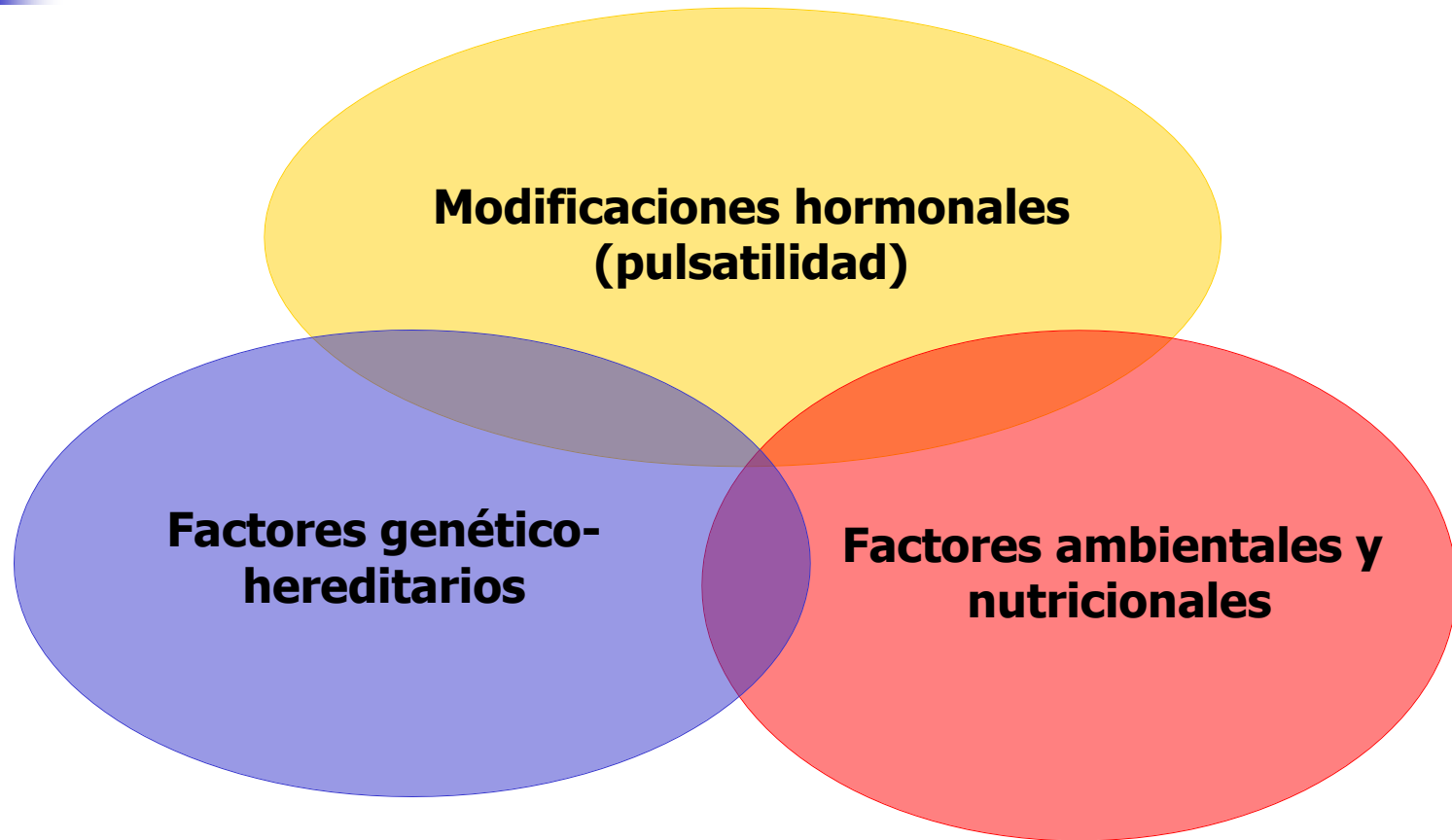
Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia. Ginecología psicosomática. Síndrome premenstrual [en línea]. Madrid: S.E.G.O, 2006. [Consulta: 5 septiembre 2012].

Epidemiología

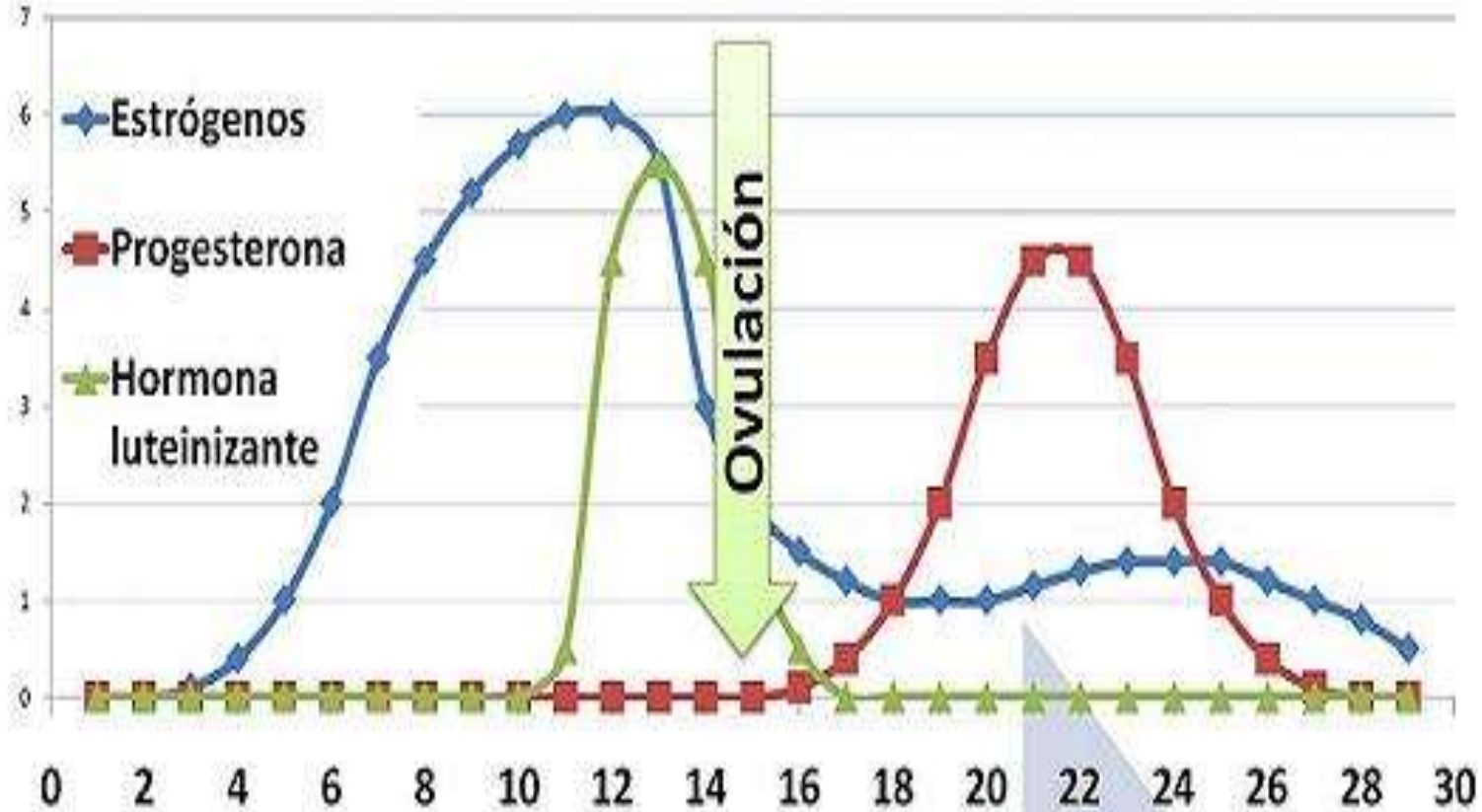
- 74% mujeres en edad fértil en España.
- 90% no consulta a su ginecologo.
- 20% no ha tenido respuesta a sus necesidades.
- Impacto económico



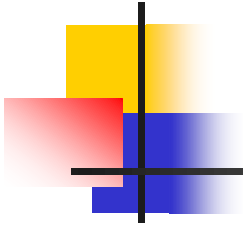
Etiología..



Etiología..



Etiología..



Fisiopatología

Predisposición genética

> vulnerabilidad/hipersensibilidad
a hormonas (oscilaciones y efectos)

Incidencia y gravedad de síntomas:
Individual



Síntomas

R. Frank, 1931.

“..Su **sufrimiento personal es intenso** y se manifiesta en acciones precipitadas y algunas veces censurables. No sólo notan su propio sufrimiento, sino que también se sienten **culpables frente a sus esposos y familias**, porque saben bien que sus actitudes y reacciones son difíciles de soportar. Una hora o dos después del inicio del sangrado menstrual, la tensión física y mental se alivia y desaparece..”



Síntomas

Somáticos

Psíquicos



Diagnóstico



+



ACOG. Durante ≥ 2 ciclos consecutivos. **Excluir otros cuadros.**

Diagnóstico / Intensidad

Escala de Sternfeld.

Del 1-6.

SPM leve- moderado- Grave (TDP)



Tratamiento

I. No Hormonal



AINES

Tratamiento

II. Hormonal



ACHO (Drospirenona)



Análogos GnRH

Tratamiento

III. Psicotropos



Antidepresivos (ISRS)

Tratamiento

IV. Psicoterapia



Tratamiento

V. Medidas higiénico-dietéticas



Tratamiento

V. Medidas higiénico-dietéticas



Tratamiento

VI. Terapias Alternativas

A. Extractos vegetales

A.1. Angelica sinensis

Efecto antiinflamatorio (Chao WW, Lin BF, 2011)

A.2. Tanacetum Phartenium

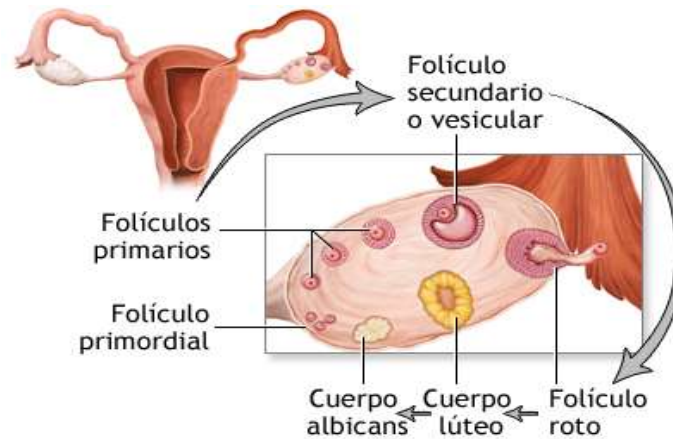
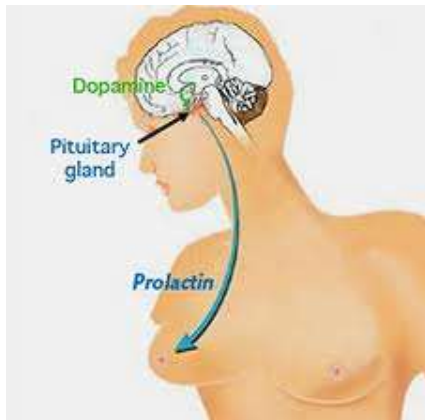
Alivio de migrañas (Sur R, Martin K, Liebel F, et al, 2009)



Tratamiento

VI. Terapias Alternativas

A.3. Vitex Agnus Castus (VAC)*



E/PG

*Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia. Ginecología psicosomática. Síndrome premenstrual [en línea]. Madrid: S.E.G.O, 2006. R Schellenberg, 2001

Tratamiento

B. Vitaminas y minerales

B.1. Minerales

- Magnesio: Alivia los calambres. Contribuye a reducir el cansancio y la fatiga (EFSA panel of dietetic products)

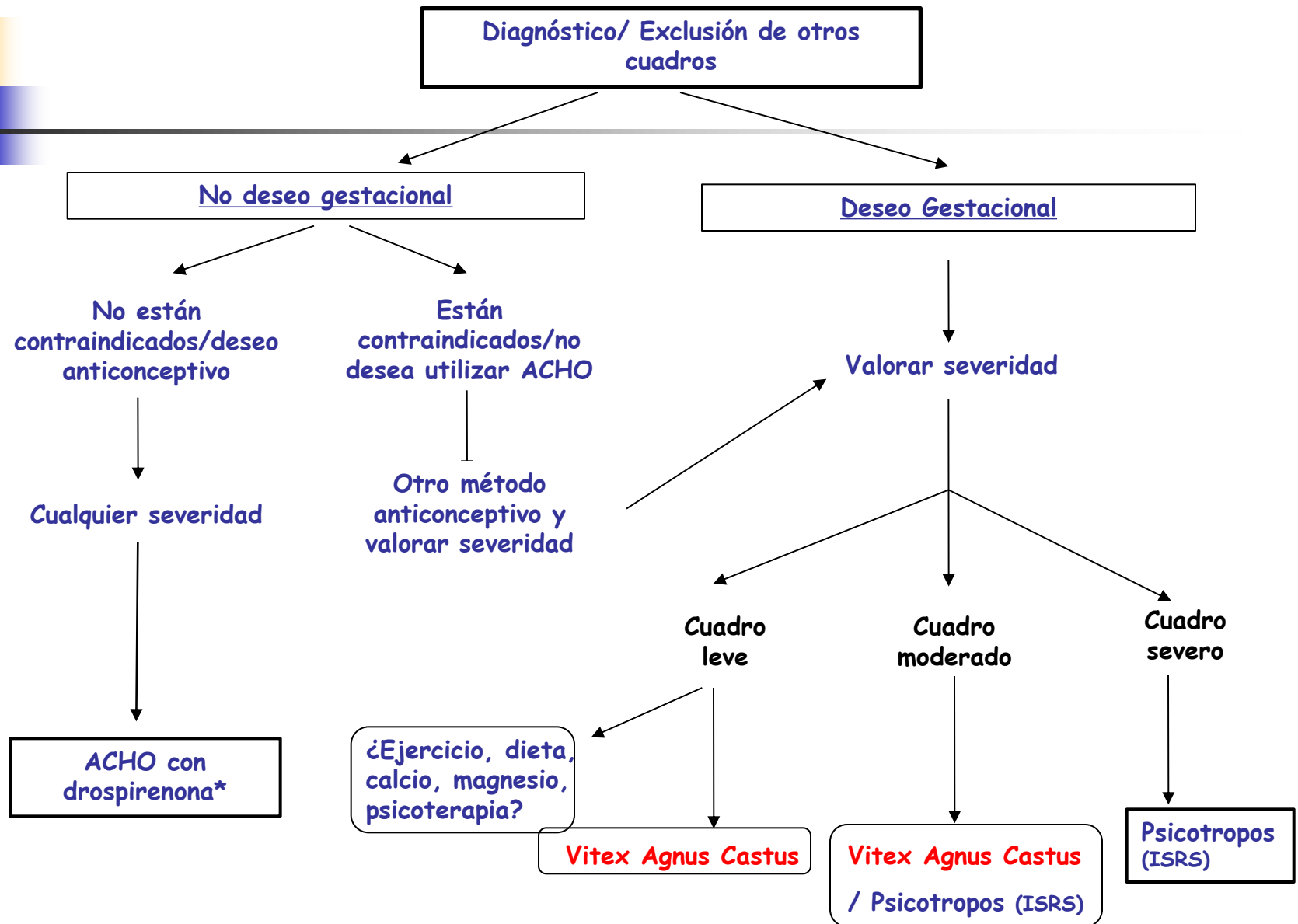


B.2. Vitaminas

- Vitamina B6 (Piridoxina): Reduce la retención hídrica y contribuye a la regulación de la actividad hormonal (Kirschmann GJ, Kirschmann JD, 2012)
- Vitamina E (α-tocoferol): Mejora la mastalgia (Pruthi S, Wahner-Roedler DL, Torkelson CJ, et al. 2010)



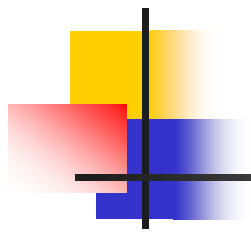
Tratamiento





Fin





GRACIAS