

PREVALÊNCIA DE DISMENORREIA EM UNIVERSITÁRIAS E SUA RELAÇÃO COM ABSENTEÍSMO ESCOLAR

PREVALENCE OF DYSMENORRHEA IN UNIVERSITY STUDENTS AND ITS RELATIONSHIP WITH SCHOOL ABSENTEEISM

Ágda Karolyne Ferreira de Arcaminho¹
Laís de Caldas Nascimento²
Walter Dias Júnior³

RESUMO: A dismenorreia é popularmente conhecida como cólica menstrual e é caracterizada por uma dor na parte inferior do abdômen, se manifestando no período pré e intra-menstrual. O presente estudo tem por objetivo estimar a prevalência de dismenorreia primária em universitárias, e sua relação com a frequência de absenteísmo escolar. Trata-se de um estudo descritivo, realizado com universitárias do curso de Enfermagem, por meio de um questionário auto aplicado e formulado por Rodrigues (2011). Posteriormente os dados foram analisados por meio de estatística descritiva. A amostra constou com 78 universitárias, com idade entre 18 e 55 anos (idade média de 24,2±6,1 anos). Sessenta e quatro (82,05%) universitárias apresentavam queixa de dismenorreia, que predominaram na faixa etária de 18 a 41 anos de idade. Quanto ao grau de intensidade de dismenorreia, 85,93% descreveram a dor como moderada e severa. Catorze (21,87%) participantes afirmaram já ter faltado à aula por causa das cólicas menstruais. Os métodos mais utilizados para alívio da dor foram medicamentos (81,25). Trinta e três universitárias (51,56%) consideravam estar informadas o suficiente sobre a dismenorreia. O estudo revelou uma alta prevalência de dismenorreia entre as universitárias, com o grau de dor variando entre moderado e severo. Apesar da intensidade da dor, observou-se um baixo índice de absenteísmo escolar, possivelmente devido ao amplo uso de medicamentos para o alívio da dor.

3097

Palavras-chaves: Cólicas Menstruais. Dor pélvica. Ausência Escolar. Acadêmicas.

ABSTRACT: Dysmenorrhea is popularly known as menstrual cramps, and is characterized by pain in the lower part of the abdomen, manifesting itself in the pre- and intra-menstrual period. The present study aims to estimate the prevalence of primary dysmenorrhea in university students, and its relationship with the frequency of school absenteeism. This is a descriptive study, carried out with university students of Nursing, using a self-administered questionnaire formulated by Rodrigues (2011). Subsequently, the data were analyzed using descriptive statistics. The sample consisted of 78 university students, aged between 18 and 55 years (average age of 24.2±6.1 years). Sixty-four (82.05%) complained of dysmenorrhea, which predominated in the age group of 18 to 41 years of age. Regarding the degree of intensity of dysmenorrhea, 85.93% described a moderate and severe pain. Fourteen (21.87%) participants stated that they had already missed class because of menstrual cramps. The most used methods for pain relief were medications (81.25). Thirty-three university students (51.56%) considered themselves to be sufficiently informed about dysmenorrhea. The study revealed a high prevalence of dysmenorrhea among university students, with the degree of pain varying between moderate and severe. Despite the intensity of the pain, low rate of school absenteeism was observed, possibly due to the widespread use of pain relief medications.

Keywords: Menstrual Cramps. Pelvic pain. School Absence. Academics.

¹Discente de graduação em Enfermagem. Universidade Estadual de Goiás - Unidade Universitária de Ceres/GO.

²Discente de graduação em Enfermagem. Universidade Estadual de Goiás - Unidade Universitária de Ceres/GO.

³Dr. em Fisiologia Geral. Universidade Estadual de Goiás - Unidade Universitária de Ceres/GO.

INTRODUÇÃO

A dismenorreia é caracterizada por uma dor na parte inferior do abdômen, se manifestando no período pré e intra-menstrual, podendo ser acompanhada por outros sinais e sintomas (PAULINO et al., 2014). Essa síndrome acomete até 90% das mulheres, e constitui uma das queixas ginecológicas mais comuns entre elas (FRARE et al., 2014).

A causa da dismenorreia ainda não é totalmente compreendida, mas acredita-se que é pela alta produção de prostaglandina, em particular a PGF₂alfa, que está presente no fluido menstrual, e pode causar hipercontratilidade uterina, contrações uterinas disrítmicas e aumento do tônus muscular uterino, acarretando isquemia e hipóxia, fatores que diretamente causam dor (MIELI et al., 2013; SBP, 2020).

A intensidade da dor irá depender do tamanho do útero. Sendo assim, quanto menor o útero mais intenso será a dor, por consequência da alta produção e concentração de prostaglandina (QUINTANA et al., 2010). O seu ápice é entre os 18 e 24 anos, melhorando com o envelhecimento da mulher ou após a gestação e parto (NUNES et al., 2013).

De acordo com Quintana et al. (2010), esta síndrome é dividida em primária e secundária. A primária aparece após a menarca, não manifesta relação com doenças pélvicas e uterinas, sendo a mais prevalente. Já a secundária, aparece após os 30 anos de idade, apresenta relação com doenças pélvicas e uterinas, sendo principalmente a endometriose crônica.

A dismenorreia primária classifica-se em três níveis: leve, moderada e grave. Sendo que, o grau da dor leve não atrapalha nas atividades habituais, no moderado, a dor já interfere nas atividades e pode durar todo o ciclo. Já no grave, a dor não permite o desempenho normal das atividades, e também provoca alterações vasculares e gastrointestinais. Geralmente, a mulher que apresenta o grau de dor grave faz uso frequente de medicamentos. Esse fenômeno é responsável pelos altos índices de absenteísmo escolar e no trabalho, e é considerado um problema de saúde pública (LOPES, 2016).

Cerca de 90% das mulheres sofrem de dismenorreia em algum momento da vida do seu período reprodutivo, sendo que 10% dessas mulheres tem suas atividades habituais interrompidas pela intensidade da dor. Ocorre geralmente no primeiro dia da menstruação e em mais de 50% das mulheres vem associado com outros sintomas, como cefaleia, náusea, vômito, diarreia, palidez, TPM (Tensão Pré-Menstrual), entre outros (SILVA et al., 2014). Alguns autores afirmam existir relação entre fatores associados com a ocorrência e

intensidade dessas dores, sendo alguns dos fatores associados ao tabagismo, a falta de exercício físico, a alimentação, ao estresse, ao consumo de álcool, a ansiedade ou a falta de suporte social (RODRIGUES et al., 2011).

O diagnóstico é totalmente clínico, sendo necessário anamnese, exame físico, exame ginecológico e exame subsidiários, tornando-se imprescindível iniciar a anamnese sabendo a idade da paciente, pois o quadro de uma adolescente é absolutamente diferente de uma mulher adulta (ALVES et al., 2016). De acordo com Silva et al. (2020), mães que tiveram dismenorreia na adolescência sem orientação, tendem a permitir que esse problema se repita em suas filhas, como acreditam que é algo normal e sem tratamento, levam suas filhas a crer que há a necessidade de se conviver com a dor, mesmo que prejudique suas atividades cotidianas.

A alta prevalência de dismenorreia nas mulheres, normalmente vem acompanhada com o absenteísmo escolar, atividades laborais e baixa produtividade. Contudo, há uma alta busca por tratamento, dos quais se destacam o uso de fármacos, terapias alternativas e exercício físico (NUNES et al., 2013). O tratamento prevalente é o farmacológico, com objetivo de reduzir a dor e/ou o nível de prostaglandinas, sendo que os contraceptivos orais, os analgésicos e os anti-inflamatórios não esteroidais são os mais utilizados (SILVA et al., 2017).

3099

Uma vez ao mês essas mulheres enfrentam a cólica menstrual, e para tentar minimizar os efeitos negativos da dismenorreia, estas mulheres programam as suas atividades antes do início da dor, mas nem sempre esse planejamento é eficaz para as atividades escolares, como por exemplo dia de realização de provas e entregas de trabalhos (SANTOS, L. B. 2020).

Conforme abordado, a dismenorreia atinge um número extremamente grande de mulheres, podendo afetar a qualidade de vida e o desempenho acadêmico das universitárias, sendo uma temática de grande relevância, tanto para as estudantes, quanto para os gestores. Neste sentido, o conhecimento dessa problemática torna-se imprescindível, podendo o resultado desta pesquisa, ultrapassar os limites acadêmicos, resultando em uma efetiva contribuição para a elaboração de políticas públicas sobre a dismenorreia.

Portanto, o estudo tem por objetivo estimar a prevalência de dismenorreia primária em universitárias, e sua relação com a frequência de absenteísmo escolar.

METODOLOGIA

Esta pesquisa trata-se de um estudo descritivo, transversal com abordagem quantitativa, realizado na Unidade Universitária de Ceres (UnU Ceres) da Universidade Estadual de Goiás, e sua execução foi aprovada após avaliação ética do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP/UEG) protocolo n. 5.568.731. Participaram da pesquisa 78 universitárias do curso de Enfermagem, que estavam presentes em sala de aula no momento da coleta de dados, não havendo aleatorização da população. O curso de Enfermagem da UnU Ceres é anual, com 30 vagas, sendo composto por 10 semestres, cinco anos de duração, e constituído por cinco turmas.

Todas as universitárias foram convidadas a participar da pesquisa, sendo esclarecido o objetivo, metodologia, justificativa, relevância da pesquisa, sigilo a identificação e a participação de caráter voluntário delas, por meio de exposição oral e escrito no Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE). Em seguida, foram orientadas a assinar o TCLE e preencher o questionário levando em consideração os últimos seis meses dos seus ciclos menstruais.

Os dados foram coletados no mês de novembro de 2022, na UEG Unidade Universitária de Ceres-GO, por um questionário estruturado composto por questões objetivas, que aborda os dados sociodemográficos (idade e situação escolar), as características do ciclo menstrual, queixa de dismenorreia e sintomas associados, utilização de fármacos para o controle da dor menstrual, relato de absenteísmo escolar devido à dismenorreia e seu conhecimento sobre a dismenorreia. O questionário, originalmente formulado por Rodrigues (2011), foi adaptado para esta pesquisa e validado previamente com um grupo de universitárias que não participaram do estudo, após a obtenção do TCLE. A aplicação do questionário ocorreu dentro das salas de aula, durante o intervalo.

Como critérios de inclusão, as participantes deveriam ter a idade igual ou superior a 18 anos, matriculadas e com frequência regular no local de estudo, e aceitar participar da pesquisa mediante assinatura do TCLE.

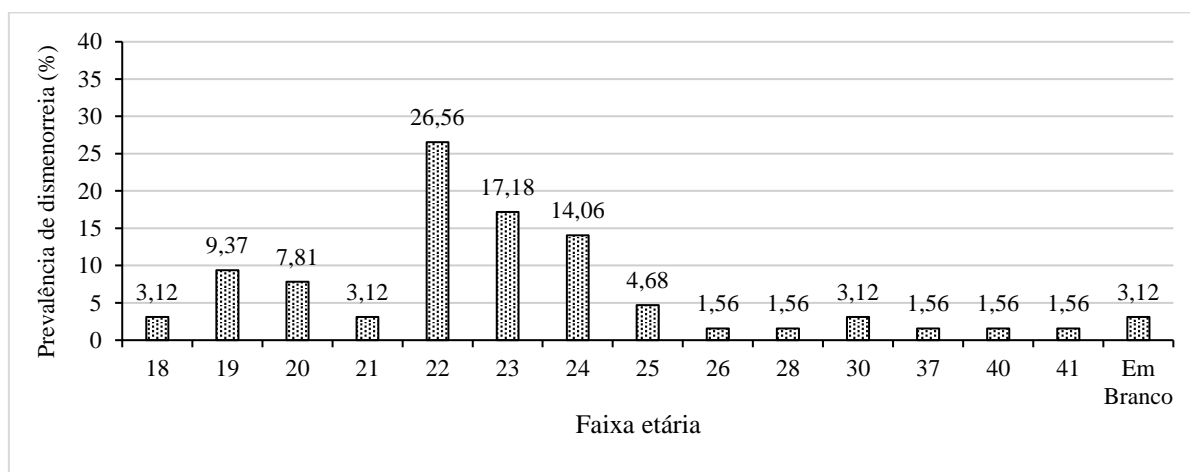
Os dados coletados foram posteriormente inseridos em um banco de dados do Microsoft Excel 2016. A realização das análises de dados foi por meio de estatística descritiva, incluindo frequência (proporções e percentuais), média e desvio padrão, sendo apresentado por meio de tabelas e gráficos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ocorrência de dismenorreia primaria em universitárias e seus hábitos.

Participaram do presente estudo 78 universitárias do curso de Enfermagem da Unidade Universitária da UEG de Ceres, com idade entre 18 e 55 anos (idade média de $24,2 \pm 6,1$ anos). Dessas, 64 (82,05%) apresentavam queixa de dismenorreia, que predominaram na faixa etária de 18 a 41 anos de idade (Figura 1). Porém, dentro desse grupo, mais da metade 37 (57,8%) dos casos e queixas foi observada na faixa etária de 22 a 24 anos, sendo a idade de 22 anos a que teve maior ocorrência de casos 17 (26,56%) (Figura 1).

Figura 1: Faixa etária das estudantes com dismenorreia (n=64) do curso de Enfermagem da Unidade Universitária da UEG Ceres-GO. Dados coletados no mês de novembro de 2022.



Fonte: ARCAMINHO, A.K.F.; NASCIMENTO, L. C.; DIAS-JR, W. (2023).

Este resultado está de acordo com os estudos de Marques et al. (2022), feito em Portugal com 912 meninas, cuja prevalência de dismenorreia entre as jovens foi de 88,3%, e com os resultados apresentados por Nunes et al. (2013), realizado na Universidade Federal do Piauí (UFPI) com 130 universitárias, com idade entre 17 e 33, cuja prevalência de dismenorreia foi de 95,4% nas universitárias, como também corrobora os dados de Silva et al. (2017), que relata uma prevalência da dismenorreia primária em diversos países, afetando entre 34% a 94% das mulheres.

Na Figura 2 está apresentada as características do ciclo menstrual das estudantes do curso de Enfermagem da Unidade Universitária da UEG de Ceres. É possível observar que 81,24% das estudantes que relataram ter dismenorreia e 78,55% das que relataram não a ter, apresentaram a menarca na faixa de idade entre 11 a 13 anos de idade, sendo que, em média 33,48% das jovens (com e sem dismenorreia) apresentaram a menarca aos 12 anos de idade (Figura 2A). Dessa forma nossos resultados são similares aos estudos de Silva et al. (2019)

feito no Rio de Janeiro com 107 mulheres, que revelou a faixa etária da menarca entre 11 a 15 anos de idade em 79% das participantes da pesquisa, e com o de Silva et al. (2020) desenvolvida em Recife – PE com 50 alunas do ensino médio, no qual foi observada a faixa etária da menarca entre 12 a 15 anos em 66% das alunas.

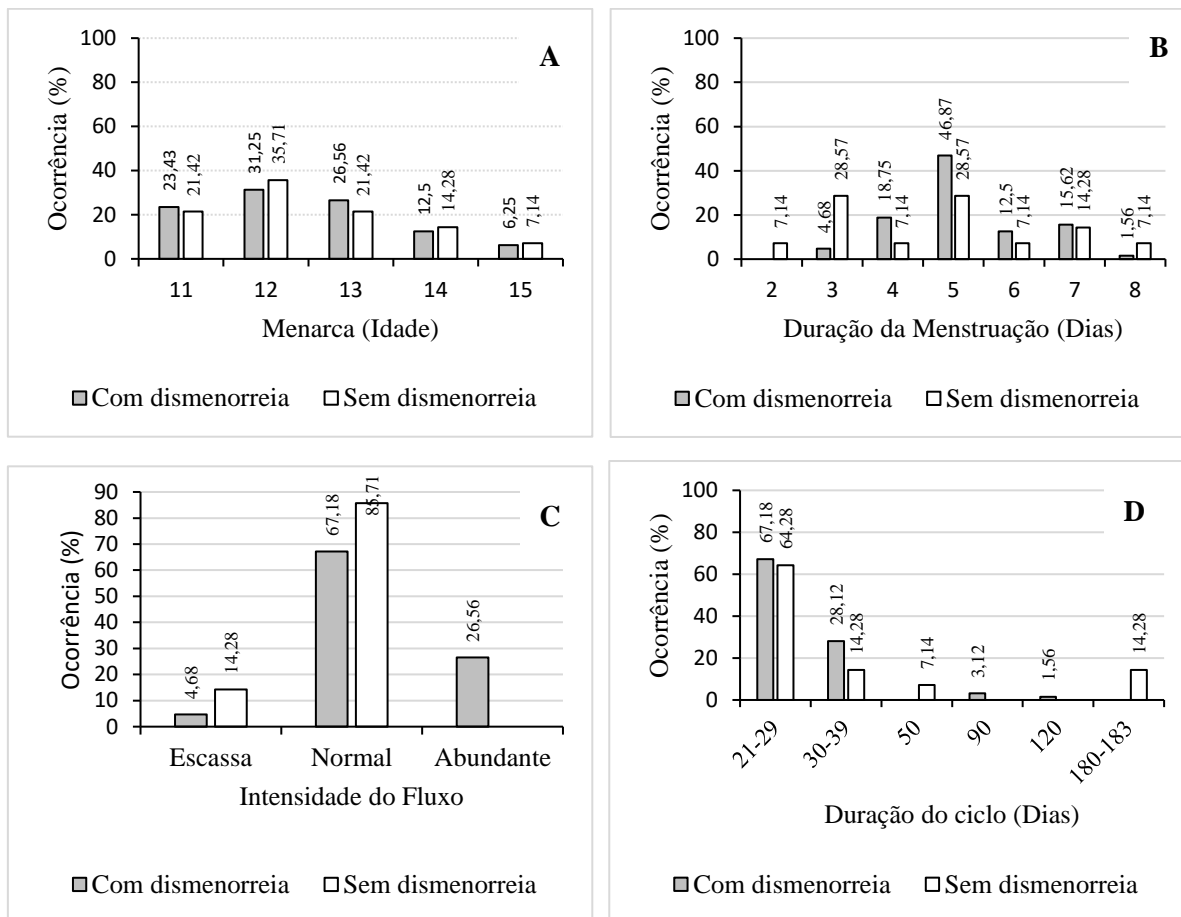
No estudo de Sezeremeta et al. (2013), foi constatado que a maioria das acadêmicas possui um ciclo menstrual de 28 dias, caracterizado por um volume médio e uma duração de quatro a cinco dias. O presente estudo corrobora essas observações ao examinar a duração da menstruação, revelando que tanto as jovens com e sem dismenorreia apresentaram predominantemente uma duração de 5 dias (75,44%) (Figura 2B). No que diz respeito à intensidade do fluxo menstrual, observa-se uma maior prevalência de fluxo menstrual normal, com 67,18% entre as jovens com dismenorreia e 85,71% entre as jovens sem dismenorreia (Figura 2C).

Os resultados dos dias de duração do ciclo, também foram descritos pelas participantes e apresentados em seis variações de dias. Sendo assim, é possível observar na Figura 2D que o maior número de participantes com dismenorreia (67,18%) e sem dismenorreia (64,28%), relataram ter a duração do ciclo de 21 a 29 dias.

Ao observamos os hábitos das estudantes de Enfermagem da UEG-Ceres (Tabela 1), notamos que 33 (42,30%) acadêmicas fazem exercícios físicos pelo menos 30 minutos, três vezes por semana, 13 (16,66%) ingerem pelo menos uma bebida alcoólica por dia e 3 (3,84%) fazem uso de pelo menos três cigarros por dia. Dessas 33 meninas que praticam exercícios físicos, 26 (79%) apresentam dismenorreia e 7 (21%) não apresentam dismenorreia (Figura 3). Nossos resultados diferem dos estudos feitos por Araújo et al. (2020), que relatam que a prática de exercícios físicos regulares alivia os sintomas da dismenorreia, principalmente no grau de intensidade leve e moderado. Isso acontece por melhorar o fluxo sanguíneo da pelve, enquanto o tabagismo, sedentarismo e maus hábitos alimentares podem intensificar a dismenorreia (QUINTANA et al., 2010).

No estudo de Prazeres et al. (2018), feito na cidade de Lagarto-Sergipe com 100 mulheres (50 do Grupo Praticante e 50 do Grupo Sedentário), com idade entre 18 e 39 anos, foi observado uma baixa prevalência de dismenorreia no grupo que praticava exercícios físicos regulares 23 (46%) e uma alta prevalência de dismenorreia no grupo sedentário 41 (82%).

Figura 2: Características do ciclo menstrual de estudantes com dismenorrea (n=64) e sem dismenorrea (n=14) do curso de Enfermagem da Unidade Universitária da UEG Ceres-GO. Dados coletados no mês de novembro de 2022. A) Idade Menarca; B) Duração da menstruação (dias); C) Intensidade do Fluxo Menstrual; D) Duração do Ciclo (dias).



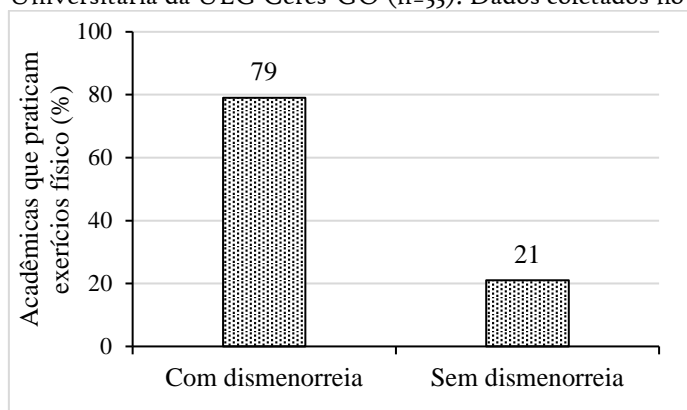
Fonte: ARCAMINHO, A.K.F.; NASCIMENTO, L. C.; DIAS-JR, W. (2023).

Tabela 1: Hábitos de estudantes de Enfermagem da Unidade Universitária da UEG Ceres-GO (n=78). Dados coletados no período de novembro de 2022.

Hábitos	Participantes	
	n	%
Atividade Física	33	42,30
Consumo de Álcool	13	16,66
Tabagismo	3	3,84

Fonte: ARCAMINHO, A.K.F.; NASCIMENTO, L. C.; DIAS-JR, W. (2023).

Figura 3: Prevalência de dismenorreia em acadêmicas que praticam exercícios físicos regulares da Unidade Universitária da UEG Ceres-GO (n=33). Dados coletados no período de novembro de 2022.



Fonte: ARCAMINHO, A.K.F.; NASCIMENTO, L. C.; DIAS-JR, W. (2023).

Prevalência do grau de intensidade (Leve, Moderado ou Grave) dentro das ocorrências de dismenorreia primária das universitárias e caracterização dos sintomas.

De acordo com a intensidade, a dismenorreia primária divide-se em leve, moderada e grave. A intensidade leve e moderada, normalmente não atrapalha as atividades cotidianas e a dor é aliviada com o uso de analgésicos e/ou anti-inflamatórios. A intensidade grave chega a impossibilitar a realização das atividades cotidianas, e a dor não é aliviada com o uso de analgésicos e/ou anti-inflamatórios (SILVA, SALOMÃO, REIS, 2018).

3104

A Tabela 2 apresenta os resultados de prevalência do grau de intensidade de dismenorreia nas acadêmicas de Enfermagem da UEG-Ceres. Nela podemos observar que, das 64 estudantes que apresentavam dismenorreia, 85,93% descreveram a dor como moderada e severa, o que corrobora o estudo de Nunes et al. (2013), no qual 87,9% apresentavam a intensidade da dor como moderada e grave.

Em relação a duração da dor, é possível constatar no presente estudo que 26 acadêmicas (40,62%) relataram uma duração de até 24h, 31 acadêmicas (48,43%) relataram uma duração da dor entre 24 a 48 horas e apenas 7 estudantes (10,93%) relataram uma dor persistente por mais de 48h. O estudo de Rodrigues et al. (2011), realizado em Portugal com uma amostra de 274 jovens, observou que 101 (58,7%) relataram a duração da dor de até 24h, 58 (33,7%) de 24 a 48 horas e 9 (5,2%) com duração de mais de 48h.

Os resultados percentuais de cada um dos sintomas associados à dismenorreia (Tabela 2) estão apresentados em relação ao total de acadêmicas que se queixavam de dismenorreia (n=64), uma vez que, para essa característica foi permitida múltiplas marcações no questionário.

Dentre as universitárias que relataram a ocorrência de dismenorreia, os sintomas associados mais frequentes que encontramos foram, irritabilidade (78,12%), astenia (67,18%), mastalgia (67,18%), cefaleias (59,37%) e diarreia (46,87%) (Tabela 2). Corroborando a outros estudos, como na pesquisa de Prazeres et al. (2018), onde foi observado que a irritabilidade é o sintoma mais relatado em ambos os grupos estudados, com uma prevalência de 78% no grupo de praticantes de atividade física e 73% no grupo sedentário. Já no estudo de Nunes et al. (2013), o sintoma mais comum foi a irritabilidade nervosa, verificado em 67 (54%) das universitárias.

Tabela 2: Intensidade, duração e sintomas associados à dismenorreia de estudantes de Enfermagem da Unidade Universitária da UEG Ceres-GO (n=64). Dados coletados no período de novembro de 2022. Para sintomas associados foi permitido que marcasse mais de uma opção.

Característica	Ocorrência	
	n	%
Intensidade da dor menstrual		
Leve	9	14,06
Moderado	34	53,12
Severa	21	32,81
Total	64	100
Duração da dor menstrual		
<24 horas	26	40,62
24-48 horas	31	48,43
> 48 horas	7	10,93
Total	64	100
Sintomas associados à dismenorreia		
Irritabilidade	50	78,12
Astenia	43	67,18
Mastalgia	43	67,18
Cefaleia	38	59,37
Diarreia	30	46,87
Vômitos	9	14,06
Outros	9	14,06
Desmaio	1	1,56

Fonte: ARCAMINHO, A.K.F.; NASCIMENTO, L. C.; DIAS-JR, W. (2023).

Frequência de absenteísmo escolar e as limitações nas atividades diárias das universitárias.

Na Tabela 3 está apresentada a frequência de absenteísmo escolar das 64 universitárias que relataram ter dismenorreia. Dentro desse grupo, 49 jovens (76,56%) disseram nunca ter faltado à aula devido à dismenorreia. Por outro lado, 14 jovens (21,87%) afirmaram já ter faltado à aula por causa das cólicas menstruais. Corroborando com o estudo de Silva et al. (2020), no qual 44 % das jovens relataram nunca ter faltado aula em decorrência

das cólicas menstruais, 38% afirmaram faltar aula as vezes e 18% das jovens falta aula sempre.

Ao se observar a duração do tempo de absenteísmo escolar das jovens que relataram já ter faltado à aula (Tabela 3), nota-se que 13 meninas (92,85%) faltaram pelo menos um dia, e somente uma (7,14%) faltou a aulas isoladas, ou seja, se ausentou das duas últimas aulas do período, ou das aulas do período da tarde. Nossos resultados estão de acordo com o estudo de Rodrigues et al. (2011), no qual podemos observar que 6 adolescentes faltaram menos de um dia, e 8 adolescentes faltaram um dia completo.

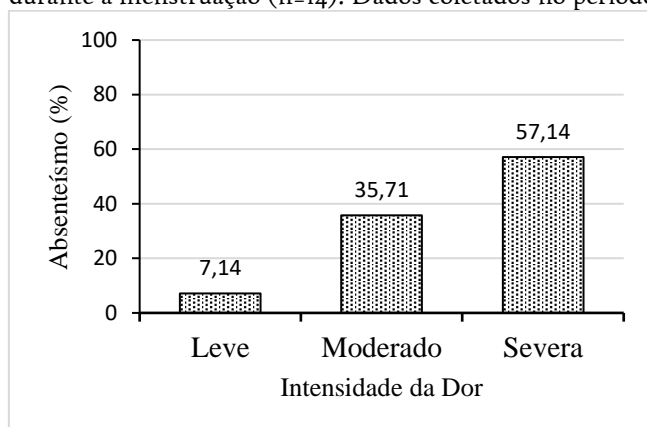
No entanto, quando comparamos a prevalência de absenteísmo escolar de acordo com a intensidade da dismenorreia, verificamos que das 14 universitárias (21,87%) que se ausentam das aulas (Tabela 3), 8 jovens (57,14%) relataram sentir dor severa durante o período menstrual, 5 (35,71%) sentiam dor moderada e apenas uma universitária (7,14%) relatou sentir dor leve (Figura 4). Corroborando com o estudo de Femi-Agboola et al. (2017), realizado em Ibadan – Nigéria com 460 estudantes, no qual é possível observar que a maior prevalência de absenteísmo escolar é de estudantes com grau de dor severa 26 (63,6%), e também com o estudo de Nunes et al. (2013), sendo a dor intensa a maior responsável pelo absenteísmo escolar 35 (77,8%).

Tabela 3: Absenteísmo escolar e Duração do absenteísmo, das estudantes com dismenorreia do curso de Enfermagem da Unidade Universitária da UEG Ceres-GO (n=64). Dados coletados no período de novembro de 2022.

Característica	Ocorrência	
	n	%
Absenteísmo escolar		
Não respondeu (em branco)	1	1,56
Sim	14	21,87
Não	49	76,56
Total	64	100
Duração do absenteísmo		
1 dia (não foi à universidade)	13	92,85
Aulas isoladas*	1	7,14
2 a 3 dias consecutivos	-	-
3 ou mais dias consecutivos	-	-
Total	14	100

*Foi à universidade, porém se ausentou de uma aula específica, como por exemplo as duas últimas aulas do período, ou frequentou às aulas da manhã, mas se ausentou das aulas da tarde. **Fonte:** ARCAMINHO, A.K.F.; NASCIMENTO, L. C.; DIAS-JR, W. (2023).

Figura 4: Prevalência de absenteísmo escolar entre as universitárias com dismenorreia, do curso de Enfermagem da Unidade Universitária da UEG Ceres-GO, que relataram sentir dor leve, moderada e severa durante a menstruação (n=14). Dados coletados no período de novembro de 2022.



Fonte: ARCAMINHO, A.K.F.; NASCIMENTO, L. C.; DIAS-JR, W. (2023).

Também avaliamos as limitações nas atividades diárias das 64 universitárias que relataram sofrer com as dores menstruais. Os tipos de limitações nas atividades, assim como, a frequência de ocorrência de cada uma, estão apresentados na Tabela 4.

Tabela 4: Frequência de ocorrência das limitações nas atividades diárias de estudantes com dismenorreia do curso de Enfermagem da Unidade Universitária da UEG Ceres-GO (n=64). Dados coletados no período de novembro de 2022. Foi permitida múltiplas marcações no questionário para essa característica, ou seja, cada universitária poderia marcar mais de uma limitação nas atividades diárias devido à ocorrência da dismenorreia.

Característica	Ocorrência	
	n	%
Limitações nas atividades diárias		
Sente-se ansiosa ou deprimida	44	68,75
Permanência na cama por longos períodos	43	67,18
Interferência com o estudo, com a realização dos trabalhos de casa	38	59,37
	\bar{X}	65,1
Diminuição da concentração nas aulas	30	46,87
Compromisso da participação em atividades desportivas físicas	28	43,75
	\bar{X}	45,31
Interferência nas atividades laborais	24	37,5
Interferência no relacionamento com os amigos/colegas	23	35,93
Alterações do sono	21	32,81
Diminuição do apetite	17	26,56
	\bar{X}	33,19
Interferência nas atividades de tempos livres	16	25
Piores resultados nos exames	5	7,81
Não tem limitações	4	6,25
Não respondeu (em branco)	2	3,12

Fonte: ARCAMINHO, A.K.F.; NASCIMENTO, L. C.; DIAS-JR, W. (2023).

Foram relatadas limitações nas atividades diárias por 62 universitárias (96,87%) com dismenorreia, pois duas das 64 jovens, deixaram essa característica em branco. Observamos

que as limitações com as maiores frequências incluíram, ansiedade/depressão (68,75%), permanência na cama por longos períodos (67,18%), interferência no estudo e na realização de trabalhos de casa (59,37%), diminuição da concentração nas aulas (46,87%), compromisso da participação em atividades desportivas físicas (43,75%), interferência nas atividades laborais (37,5%) (Tabela 4). Corroborando a outros estudos, como o estudo de Rodrigues et al. (2011), no qual ansiedade/depressão (42,5%) foi a limitação nas atividades diárias mais relatada. Já no estudo de Prazeres et al. (2018), a limitação nas atividades mais relatada no grupo sedentário (66%) e no grupo praticante de exercícios físicos (65%) foi a depressão.

Também podemos afirmar que, as dores menstruais promovem ansiedade e depressão, mantem as jovens na cama por longos períodos de tempo, e isso interfere nos estudos e na realização de trabalhos cotidianos em aproximadamente 65,1% das universitárias ouvidas. Da mesma forma, o estudo de Mesele et al. (2022), feito na etiópia com 569 universitárias, mostrou que em 74,7% das jovens a dor interferia na realização das atividades diárias, e 76,7% enfrentava a dor dormindo.

Já o comprometimento da concentração das acadêmicas durante as aulas e sua participação em atividades físicas ocorreu em aproximadamente 45,31% delas devido a dismenorreia. Em menor proporção, também observamos relatos de 33,19% das universitárias, que a dismenorreia interfere nas atividades laborais, nos relacionamentos com amigos e colegas, além de promover alterações no sono e no apetite. E por fim, somente 6,25% das estudantes relataram não apresentar nenhuma limitação nas atividades cotidiana devido às dores menstruais.

Os resultados dessa pesquisa vão de encontro ao estudo de Al-Jefout et al. (2015), feito na Jordânia com 379 estudantes de medicina da Universidade de Mutah, no qual é observado que houve associação significativa da dor menstrual com o absenteísmo escolar, com realização de trabalhos universitários, com atividades sociais, relacionamento familiar, relacionamento com amigos e com esportes/exercícios.

Prevalência do uso dos métodos utilizados para o tratamento da dismenorreia e medicamentos predominantes

A busca por tratamento e consultas médicas pelas universitárias de Enfermagem da UEG-Ceres devido as dores menstruais está apresentada na Tabela 5. É possível constatar que 32 acadêmicas (50%) relataram a busca desse tipo de ajuda e 31 jovens (48,43%) não buscam nenhum tipo de auxílio médico. Nossos resultados divergem dos encontrados por

Sultan et al. (2021) e Sezemereta et al (2013) os quais relatam que 84% e 62%, das jovens, respectivamente, não possuíam o costume de realizar consultas médicas ou evitavam buscar auxílio médico.

Os resultados percentuais de cada um dos métodos utilizados para alívio da dor (Tabela 5) estão apresentados em relação ao total de acadêmicas que se queixavam de dismenorrea (n=64), sendo que, para essa característica foi permitida múltiplas marcações no questionário.

Tabela 5: Procura por tratamento, cuidados médicos e métodos utilizados para alívio da dor à dismenorrea de estudantes de Enfermagem da Unidade Universitária da UEG Ceres-GO (n=64). Dados coletados no período de novembro de 2022.

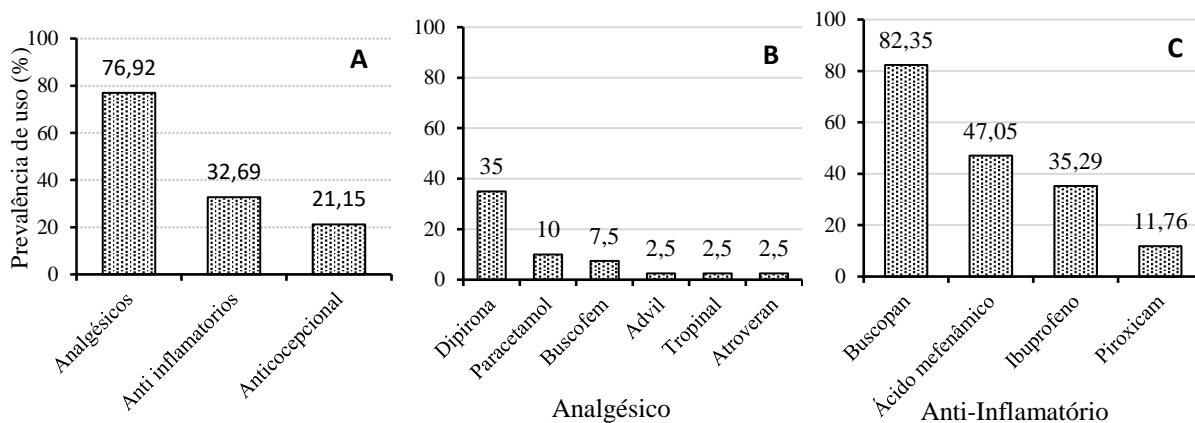
Característica	Ocorrência	
	n	%
Procura de cuidados médicos		
Sim	32	50
Não	31	48,43
Não respondeu (em branco)	1	1,56
Total	64	100
Métodos utilizados para alívio da dor		
Medicamentos	52	81,25
Analgésicos	40	76,92*
Anti-inflamatórios	17	32,69*
Pílula anticoncepcional	11	21,15*
Repouso na cama	38	59,37
Bolsa/Garrafa de água quente	19	29,68
Chás ou outros produtos naturais	11	17,18
Não necessito de nenhum tratamento	4	6,25
Posição de yoga	1	1,56
Não respondeu (em branco)	1	1,56

* Porcentagens de cada medicamento em relação ao total de medicamentos (52) usados pelas Universitárias. Para os métodos utilizados para alívio da dor foi permitida múltiplas marcações no questionário. **Fonte:** ARCAMINHO, A.K.F.; NASCIMENTO, L. C.; DIAS-JR, W. (2023).

Dessa forma, os métodos mais frequentes utilizados pelas futuras enfermeiras para alívio da dor foram medicamentos (81,25%), repouso na cama (59,37%), bolsa/garrafa de água quente (29,68%) e uso de chás ou outros produtos naturais (17,18%) (Tabela 5). Os resultados encontrados para as acadêmicas de enfermagem da UEG/Ceres, corroboram com o estudo de Frare et al. (2014), realizado em Cascavel-PR com 112 universitárias do curso de fisioterapia, no qual 85% das jovens fazem uso de medicamentos para o tratamento da dismenorrea.

Quando fizemos o levantamento dos medicamentos mais utilizados pelas jovens para o tratamento da dismenorreia encontramos uma prevalência de Analgésicos (76,92%), Anti-inflamatórios (32,69%) e Pílula anticoncepcional (21,15%) (Figura 5A). Dentre os analgésicos os mais utilizados pelas acadêmicas, a Dipirona foi a de maior prevalência, sendo citada 14 vezes (35%), seguida do Paracetamol (10%) e Buscofem (7,5%) (Figura 5B). Já entre os anti-inflamatórios com maior prevalência de uso pelas acadêmicas, o Buscopam foi citado 14 vezes (82,35%), seguido de Ácido mefenâmico (47,05%), Ibuprofeno (35,29%) e Piroxicam (11,76%) (Figura 5C). Entre os anticoncepcionais utilizados como alívio da dismenorreia, o mais citado foi o Sylene (36,36%), entre outras opções citadas apenas uma vez (9,09% cada) como, Iumi, Allestra 15, Molieri 30, Level e Tâmisa 20.

Figura 5: Prevalência de uso de medicamentos para alívio da dismenorreia de estudantes de Enfermagem da Unidade Universitária da UEG Ceres-GO (n=64). Dados coletados no período de novembro de 2022.



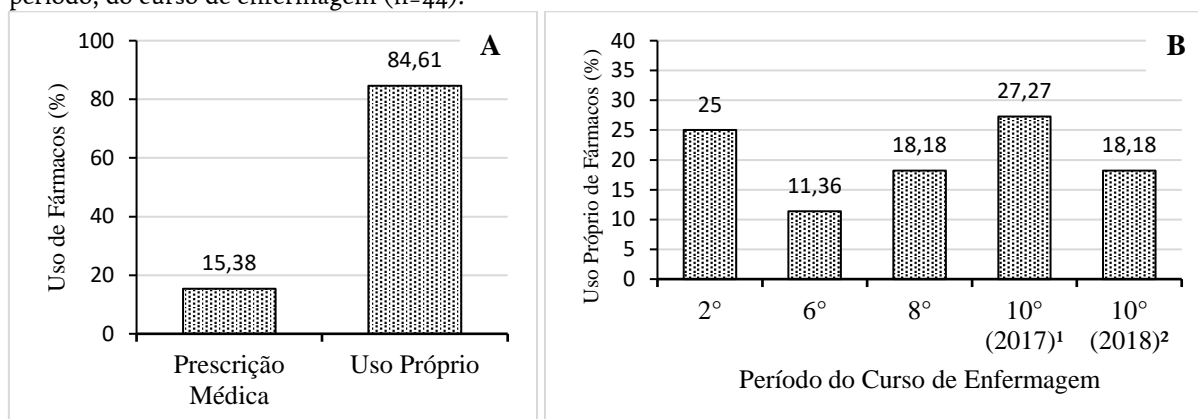
Fonte: ARCAMINHO, A.K.F.; NASCIMENTO, L. C.; DIAS-JR, W. (2023).

Os resultados desta pesquisa corroboram com alguns estudos, como os de Silva et al. (2020), realizado em Recife-PE com 50 alunas do ensino médio, na qual foi observado que 68% das jovens faziam uso de analgésicos, sendo o buscofem (26%) e a dipirona (24%) os mais citados, como também, com os de Guimarães e Póvoa (2020), que encontraram que o uso dos anti-inflamatórios não esteroides (AINES) foi o método mais procurado para o tratamento da dismenorreia, uma vez que atuam inibindo a COX, que ocasiona a redução da produção de prostaglandinas, as quais são responsáveis pela vasoconstrição, que resulta no aumento da contração uterina para a descamação do endométrio (HALL, 2017).

Ao observarmos a utilização de fármacos para o controle da dor menstrual, notamos que das 52 universitárias, que relataram utilizar fármacos para o controle da dor menstrual, 44 (84,61%) iniciou o tratamento por iniciativa própria e somente 8 (15,38%) por prescrição médica (Figura 6A). No estudo conduzido por Príncipe et al. (2020) em Portugal,

envolvendo 301 universitárias da área da saúde, também foi observado que 93% das participantes recorriam à automedicação, o que corrobora com os dados encontrados em nosso trabalho com as acadêmicas de enfermagem.

Figura 6: Uso de fármacos de estudantes de Enfermagem da Unidade Universitária da UEG Ceres-GO. Dados coletados no período de novembro de 2022. A) Uso de fármacos (n=52); B) Uso próprio de fármacos, por período, do curso de enfermagem (n=44).



¹ 2 10º (ingressos no ano de 2017) e 10º (ingressos no ano de 2018) atraso resultante do isolamento social e interrupção das aulas, devido à pandemia COVID-19. **Fonte:** ARCAMINHO, A.K.F.; NASCIMENTO, L. C.; DIAS-JR, W. (2023).

A distribuição das estudantes ao longo dos diferentes períodos do curso de Enfermagem, mostra que aquelas que mais frequentemente optam por usar medicamentos por conta própria para aliviar a dor menstrual estão concentradas principalmente no 10º período, com uma proporção de 27,27% (alunas que ingressaram no ano de 2017), seguidas pelas do 2º período, representando 25% (Figura 6B).

O estudo sobre o uso de métodos para tratar a dor menstrual em estudantes de enfermagem em Ceres-GO revelou que a busca por ajuda médica é comum, mas a automedicação é predominante, especialmente com o uso de Dipirona e Buscopan. Esse padrão de comportamento é consistente e observado em outras regiões do Brasil, como no Nordeste, e também em outros países, como Portugal.

Conhecimentos das acadêmicas sobre dismenorreia.

Na avaliação dos conhecimentos das universitárias sobre a dismenorreia, constatou-se que, dentre as 64 universitárias que apresentavam cólica menstrual, 33 (51,56%) consideravam estar informadas o suficiente sobre a dismenorreia e 30 (46,87%) consideravam não estar informadas o suficiente (Tabela 6). O conhecimento das acadêmicas de Enfermagem da UEG-Ceres sobre dismenorreia é inferior ao encontrado em outros países como o Afeganistão e Turquia.

No estudo realizado por Sakhi et al. (2023) no Afeganistão, foram entrevistadas 339 estudantes, das quais 96,8% demonstraram estar bem informadas sobre a menstruação. Da mesma forma, um estudo semelhante, conduzido por Midilli et al. (2015) na Turquia com uma amostra de 488 estudantes, revelou que 93,2% (455 jovens) relataram ter conhecimento sobre a dismenorrea.

Com base nos resultados destas pesquisas, apesar do elevado nível de conhecimento das estudantes sobre a cólica menstrual, observou-se que muitas delas sofriam de dores menstruais de intensidade moderada a grave. Esta situação pode estar relacionada ao fato de que um número considerável de jovens não procura ajuda médica para o tratamento da dismenorrea (JÚNIOR et al., 2023; SULTAN et al., 2021; SILVA et al., 2020).

Conforme destacado por Berardo et al (2020), a falta de busca por assistência médica pode estar atrelada ao fato de que muitas mulheres aprenderam a considerar a cólica menstrual como uma parte normal da experiência feminina, acreditando que a dor deve ser suportada, e a vergonha de se consultar com um ginecologista também interfere nesse cenário. Em adição a isto a pesquisa de Silva et al. (2020) aponta ainda, dificuldades no agendamento de consultas.

Tabela 6: Conhecimentos sobre a dismenorrea de estudantes de Enfermagem da Unidade Universitária da UEG Ceres-GO (n=64). Dados coletados no período de novembro de 2022. Para fonte de obtenção das informações foi permitido que marcasse mais de uma opção.

Característica	Ocorrência	
	n	%
Informação o suficiente sobre a dismenorrea		
Sim	33	51,56
Não	30	46,87
Não respondeu (em branco)	1	1,56
Fonte de obtenção das Informações:	n	%
Internet	46	71,87
Médico ou outros profissionais da saúde	42	65,62
Familiares	26	40,62
Amigos	25	39,06
Escola	20	31,25
Publicações médicas	18	28,12
Revistas	3	4,68

Fonte: ARCAMINHO, A.K.F.; NASCIMENTO, L. C.; DIAS-JR, W. (2023).

No entanto, é importante ressaltar que as jovens que recorrem aos tratamentos médicos, sejam eles farmacológicos ou não-farmacológicos, como atividade física, estimulação elétrica nervosa transcutânea (TENS), termoterapia, método pilates,

cinesioterapia, terapia manual e acupuntura, frequentemente relatam uma redução da dor ou uma melhora nos sintomas da dismenorrea (ARAÚJO et al., 2020; SANTOS, G. K. A. et al, 2020; OLIVEIRA et al., 2018 e FENG et al., 2018).

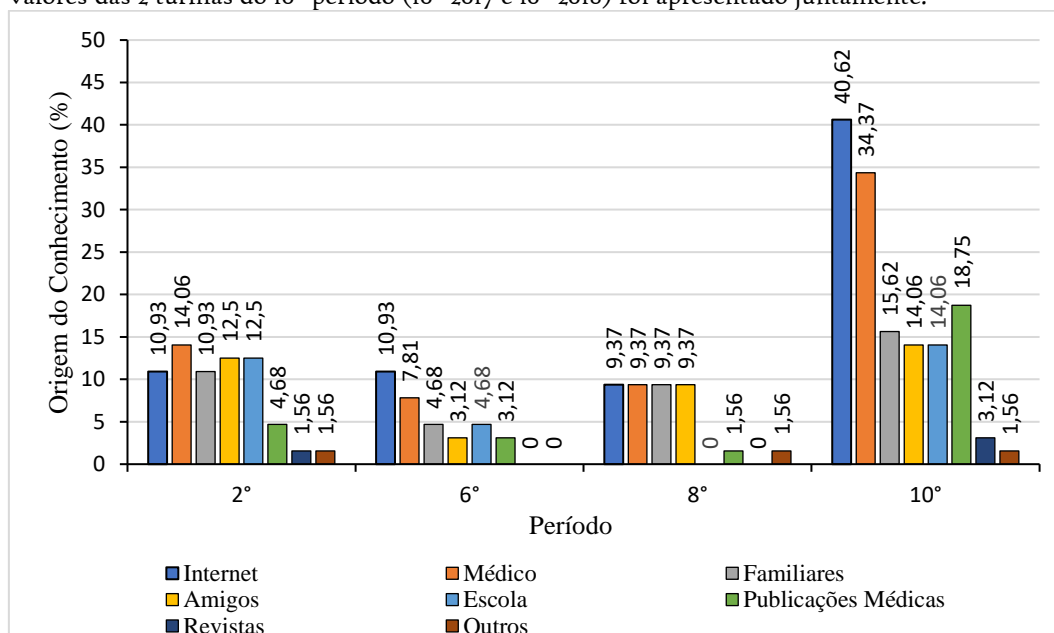
Essas constatações ressaltam a importância de uma abordagem mais abrangente das questões relacionadas à saúde menstrual, incluindo a promoção da educação das jovens por meio de oficinas, palestras e atividades interativas, distribuição de absorventes para as jovens de baixa renda nas unidades básicas de saúde e nas escolas, além de criação de políticas públicas para as mulheres com dismenorrea. Essas ações são cruciais para capacitar as jovens sobre a compreensão da dismenorrea e seu tratamento, a buscarem tratamento adequado e desenvolverem habilidades para enfrentar a dor de forma mais eficaz.

Na Tabela 6 também estão apresentados os resultados sobre a fonte de obtenção de informações sobre a dismenorrea das universitárias que relataram ter cólica menstrual. Dentre elas, 71,87% afirmaram obter as informações pela internet, 65,62% por médico ou outros profissionais da saúde, 40,62% obtiveram informações com familiares, 39,06% com amigos, 31,25% na escola, 28,12% pela leitura de publicações médicas, e 4,68% por revistas.

Nosso resultado mostra uma situação diferente do relatado nos estudos de Sakhi et al. (2023) e Wijesiri e Suresh (2013), nos quais 37,5% e 93% das estudantes, respectivamente, procuravam informações sobre a dismenorrea com suas mães, assim como a pesquisa de Armour et al. (2019) e Rodrigues et al. (2011), no qual 62,4% e 64% das estudantes, respectivamente, relataram buscar informações com seus familiares. A variação nos resultados entre esta pesquisa e dos estudos anteriores pode ser explicada pela influência das diferenças culturais nos locais de pesquisa.

A origem das informações sobre dismenorrea obtidas pelas acadêmicas e a relação da fonte de obtenção dos conhecimentos de acordo com o período do curso foram surpreendentes (Figura 7). Era esperado que as acadêmicas veteranas, especialmente as do último ano (10º período), procurassem conhecimento em fontes científicas ou consultas médicas. No entanto, constatou-se que 40,62% dessas jovens buscam informações sobre dores menstruais na internet. Por outro lado, ainda contrariando as expectativas, também foi observado que a principal fonte de informação sobre dismenorrea das jovens que acabaram de ingressar no curso de Enfermagem na universidade (2º Período) era por orientação médica em 14,06%.

Figura 7: Origem do conhecimento sobre dismenorreia de acordo com o período das estudantes de Enfermagem da Unidade Universitária da UEG Ceres-GO (n=64). Dados coletados no período de novembro de 2022. Os valores das 2 turmas do 10º período (10º 2017 e 10º 2018) foi apresentado juntamente.



Fonte: ARCAMINHO, A.K.F.; NASCIMENTO, L. C.; DIAS-JR, W. (2023).

Esse acontecimento pode ser compreendido na pesquisa conduzida por Saho et al. (2021) em Salvador-Bahia, que envolveu 197 estudantes de enfermagem. Os resultados desse estudo revelaram que 91,4% dos estudantes utilizam a internet como recurso de estudo. Além disso, destacou-se que a abordagem de estudo reflexiva, desempenha um papel significativo no fomento da autonomia e responsabilidade do aluno em relação à sua própria aprendizagem, incentivando a busca por conhecimentos relevantes. Portanto, com base no que foi apresentado por Saho et al. (2021), as estudantes do último ano do curso de Enfermagem demonstram autonomia e maturidade ao buscar informações online, refletindo confiança em sua formação acadêmica.

CONCLUSÃO

O estudo revelou uma alta prevalência de dismenorreia entre as universitárias do curso de Enfermagem da UEG Ceres, com o grau de dor variando entre moderado e severo. Surpreendentemente, apesar da intensidade da dor, observou-se um baixo índice de absenteísmo escolar, possivelmente devido ao amplo uso de medicamentos para o alívio da dor. Em comparação com outros países, as jovens demonstraram um conhecimento limitado sobre a dismenorreia, com a internet se destacando como a principal fonte de informação utilizada pelas estudantes em busca de conhecimento sobre o assunto. Isso ressalta a

necessidade urgente de avaliar a implementação de políticas públicas e programas de educação em saúde nas universidades, com foco na dismenorreia.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AL-JEFOUT M. et al. Dysmenorrhea: prevalence and impact on quality of life among young adult jordanian females. **J Pediatr Adolesc Gynecol.** v.28, n.3, p.173-185. 2015. DOI: 10.1016/j.jpag.2014.07.005. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jpag.2014.07.005>. Acesso em: 03 set. 2023.

ALVES, T. P. et al. Dismenorreia: diagnóstico e tratamento. **Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente.** v.7, n.2, p.1-12. 2016. Disponível em: <https://revista.faema.edu.br/index.php/Revista-FAEMA/article/view/425>. Acesso em: 10 fev. 2022.

ARAUJO, L. C. et al. Influência do exercício físico na dismenorreia. **Braz. J. of Develop.** v.6, n.5, p.26344-26353. 2020. DOI:10.34117/bjdv6n5-186. Disponível em: https://www.academia.edu/85911778/Influ%C3%Aancia_do_exerc%C3%ADcio_f%C3%AAsico_na_dismenorreia. Acesso em: 9 maio 2023.

ARMOUR, M. et al. Self-care strategies and sources of knowledge on menstruation in 12,526 young women with dysmenorrhea: A systematic review and meta-analysis. **PLOS ONE.** v. 14, n. 7, p.1-18. 2019. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0220103>. Acesso em: 14 out. 2023.

BERARDO, P. T. et al. A dismenorreia e suas consequências em estudantes universitárias no Rio de Janeiro. **Femina.** v.48, n.2, p.109-113. 2020. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/03/1052453/femina-2019-482-109-113.pdf>. Acesso em: 14 out. 2023.

FEMI-AGBOOLA, D. M. et al. Dysmenorrhea and its effects on school absenteeism and school activities among adolescents in selected secondary schools in Ibadan, Nigeria. **Nigerian Medical Journal.** v.58, n.4, p.143-148. 2017. DOI: 10.4103/nmj.NMJ_47_17. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31057207/>. Acesso em: 03 set. 2023.

FENG, X., WANG, X. Comparison of the efficacy and safety of non-steroidal anti-inflammatory drugs for patients with primary dysmenorrhea: A network meta-analysis. **Molecular Pain.** v. 14, p. 1-14. 2018. DOI: 10.1177/1744806918770320. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29587566/>. Acesso em: 14 out. 2023.

FRARE, J. C.; TOMADON, A.; SILVA, J. R. Prevalência da dismenorreia e seu efeito na qualidade de vida entre mulheres jovens. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde.** v.12, n.39, p.15-20. 2014. Disponível em: https://seer.uscs.edu.br/index.php/revista_ciencias_saude/article/view/2095. Acesso em: 04 fev. 2022.

GUIMARÃES, I.; PÓVOA, A. M. Dismenorreia primária: Avaliação e tratamento. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia.** v.42, n.08, p. 501-507. 2020. DOI: 10.1055/s-0040-

1712131. Disponível em: <https://www.thieme-connect.de/products/ejournals/abstract/10.1055/s-0040-1712131>. Acesso em: 2 mar. 2022.

HALL, J. E. **Tratado de fisiologia médica**. 13. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2017. Disponível em: https://www.academia.edu/45583523/Tratado_de_Fisiologia_Medica_Guyton_e_Hall_13a_Edicao. Acesso em: 16 out. 2023.

JÚNIOR, C. F. L. et al. O impacto da dismenorreia na qualidade de vida das estudantes de uma universidade privada: uma análise transversal. **Research, Society and Development**. v. 12, n. 4, p.1-12. 2023. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v12i4.40981>. Acesso em: 14 out. 2023.

LOPES, K. N. **Avaliação dos limiares sensitivo e doloroso em mulheres com dismenorreia primária moderado e grave**. 2016. Dissertação (Mestrado em Ginecologia e Obstetrícia) - Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2016. DOI: 17.2016.tde-26082016-112528. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/D.17.2016.tde-26082016-112528>. Acesso em: 05 fev. 2022.

MARQUES, P.; MADEIRA, T.; GAMA, A. Ciclo menstrual em adolescentes: percepção das adolescentes e influência da idade de menarca e excesso de peso. **Revista Paulista de Pediatria**. v.40, p.1-8. 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2022/40/2020494>. Acesso em: 10 jun. 2023.

MESELE, T. T. et al. Prevalence of dysmenorrhea and associated factors among haramaya university students, eastern Ethiopia. **International Journal of Women's Health**. v. 14, p. 517-527. 2022. DOI: 10.2147/IJWH.S333447. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35440875/>. Acesso em: 03 set. 2023.

3116

MIDILLI, T. S.; YASAR, E.; BAYSAL E. Dysmenorrhea characteristics of female students of health school and affecting factors and their knowledge and use of complementary and alternative medicine methods. **Holist Nurs Pract**. v.29, n.4, p.194-204. 2015. DOI: 10.1097/HNP.000000000000091. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26086463/>. Acesso em: 04 set. 2023.

MIELI, M. P. A. et al. Dismenorréia primária: Tratamento. **Rev assoc med bras**. v.59, n.5, p.413-419. 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ramb.2012.05.001>. Acesso em: 05 fev. 2022.

NUNES, J. M. O. et al. Prevalência de dismenorreia em universitárias e sua relação com absenteísmo escolar, exercício físico e uso de medicamentos. **Rev Bras Promoc Saude**. v.26, n.3, p.381-386. 2013. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/408/40829885011.pdf>. Acesso em: 05 fev. 2022.

OLIVEIRA, C. J. F. et al. Recursos não farmacológicos no tratamento da dismenorreia primária: Revisão narrativa. **Revista Eletrônica Estácio FATERN**. v.01, p.21-36. 2018. Disponível em: http://revistafatern.scienceontheweb.net/sumario_v2n12018.php. Acesso em: 2 mar. 2022.

PAULINO, L. S. S.; TELES, A. T.; LORDÊLO, P. Estimulação elétrica nervosa transcutânea na dismenorreia primária. **Revista Pesquisa em Fisioterapia**. v.4, n.1, p.47-54.

2014. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/282991566>. Acesso em: 04 fev. 2022.

PRAZERES, L. M. A.; BRITO, R. G.; RAMOS, E. S. Regular physical exercise, sedentarism and characteristics of dismenorrhea and premenstrual syndrome. **Fisioter. Mov.** v. 31, p.1-9. 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1980-5918.031.AO18>. Acesso em: 17 jul. 2023.

PRÍNCIPE, F. et al. Automedicação nos estudantes do ensino superior da saúde. **Revista de Investigação & Inovação em Saúde.** v. 3, n.2, p.21-28. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.37914/riis.v3i2.82>. Acesso em: 17 jul. 2023.

QUINTANA, L. M. et al. Influência do nível de atividade física na dismenorreia. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde.** v.15, n.2, p.101-104. 2010. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/704#:~:text=Os%20dados%20do%20presente%20estudo%20permitem%20concluir%20que,a%20assim%20C%20constituir-se%20em%20op%C3%A7%C3%A3o%20de%20tratamento%20n%C3%A3o%20medicamentoso>. Acesso em: 04 fev. 2022.

RODRIGUES, A. C. et al. Dismenorreia em adolescentes e jovens adultas. **Acta Med Port.** v.24, n.2, p.383-392. 2011. Disponível em: https://www.academia.edu/14085232/_Dysmenorrhea_in_adolescents_and_young_adults_prevalence_related_factors_and_limitations_in_daily_living_from_cover_page. Acesso em: 07 fev. 2022.

SAHO M. et al. Características sociodemográficas e acadêmicas de estudantes de enfermagem em formação profissional. **Rev Enferm Contemp.** v.10, n.2, p.:280-288. 2021. DOI: 10.17267/2317-3378rec.v10i2.3892. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/355323103_Caracteristicas_sociodemograficas_e_academicas_de_estudantes_de_enfermagem_em_formacao_profissional. Acesso em: 20 set. 2023.

SAKHI R. et al. Knowledge, beliefs, and practices related to menstruation among female students in afghanistan. **International Journal of Women's Health.** v.15, p.1139-1149. 2023. DOI: 10.2147/IJWH.S410660. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10364822/>. Acesso em: 04 set. 2023.

SANTOS, G. K. A. et al. Effects of cold versus hot compress on pain in university students with primary dysmenorrhea. **BrJP.** v. 3, n. 1, p.25-28. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/2595-0118.20200006>. Acesso em: 14 out. 2023.

SANTOS, L. B. **Dismenorreia e funcionalidade em mulheres adultas do Nordeste Brasileiro.** 2020. Dissertação (Mestrado em Ciências da Reabilitação) - Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi. Santa Cruz, RN, 2020. Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/jspui/handle/123456789/30063>. Acesso em: 2 mar. 2022.

SBP - SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Guia prático de atualização: dismenorreia primária em adolescentes: estado da arte.** Departamento Científico de Adolescência (2019-2021). 2020. Disponível em:

https://www.researchgate.net/publication/342053068_Dismenorreia_Primaria_em_Adolescentes_estado_da_arte. Acesso em: 14 mar. 2022.

SEZEREMETA, D. C. et al. Dismenorreia: Ocorrência na vida de acadêmicas da área de saúde. **UNOPAR Cient Ciênc Biol Saúde**. v. 15, n.2, p. 123-126. 2013. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-672202#:~:text=A%20idade%20das%20acad%C3%AAs%20variou%20de%2020%20a,escolar%2C%20falta%20ao%20trabalho%20e%20restric%C3%A7%C3%B5es%20no%20lazer>. Acesso em: 9 maio 2023.

SILVA, C. H. M.; SALOMÃO, C. L. B.; REIS, J. T. L. **Manual SOGIMIG: ginecologia e obstetrícia da infância e adolescência**. 1 ed. Rio de Janeiro: MedBook. 2018. Disponível em: <https://app.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786557830130/pageid/o>. Acesso em: 01 mar. 2022.

SILVA, F. B. P. et al. Prevalência da dismenorreia e sua influência na vida de trabalhadoras brasileiras. **Revista Saúde e Desenvolvimento**. v.13, n.14, p. 64-82. 2019. Disponível em: <https://ilibrary.org/document/y6e7kv74-preval%C3%AAncia-da-dismenorreia-sua-influ%C3%AAncia-vida-trabalhadoras-brasileiras.html>. Acesso em: 10 jun. 2023.

SILVA, J. R. A.; REGIS, T. S.; SILVA, A. Q. G. Exercício físico como terapia não farmacológica no tratamento da dismenorreia primária: Uma revisão sistemática. **Revista Pesquisa em Fisioterapia**. v.7, n.4, p.470-480. 2017. DOI: 10.17267/2238-2704rpf.v7i4.1573. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/321232683_EXERCICIO_FISICO_COMO_TERAPIA_NAO_FARMACOLOGICA_NO_TRATAMENTO_DA_DISMENORREIA_PRIMARIA_UMA_REVISAO_SISTEMATICA. Acesso em: 10 fev. 2022.

3118

SILVA, M J L. et al. Efeito do método pilates com bola em mulheres com dismenorréia primária. **J. Health Sci. Int**. v.32, n.1, p.78-81. 2014. Disponível em: <https://repositorio.unip.br/journal-of-the-health-sciences-institute-revista-do-instituto-de-ciencias-da-saude/efeito-do-metodo-pilates-com-bola-em-mulheres-com-dismenorreia-primaria/>. Acesso em: 07 fev. 2022.

SILVA, N. S. B. et al. Impacto da dismenorreia em adolescentes escolares. **Revista Eletrônica Acervo Saúde / Electronic Journal Collection Health**. v.sup., n.49, p.1-10. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reas.e3308.2020>. Acesso em: 10 fev. 2022.

SULTAN, S. et al. Analgesic effect of ginger and peppermint on adolescent girls with primary dysmenorrhea. **Food Science and Technology**. v.41, n.4, p.833-839. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/fst.24820>. Acesso em: 10 jul. 2023.

WIJESIRI, H. S.; SURESH, T. S. Knowledge and attitudes towards dysmenorrhea among adolescent girls in an urban school in Sri Lanka. **Nurs Health Sci**. v.15, n.1, p.58-64. 2013. DOI: 10.1111/j.1442-2018.2012.00736.x. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23194013/>. Acesso em: 04 set. 2023.