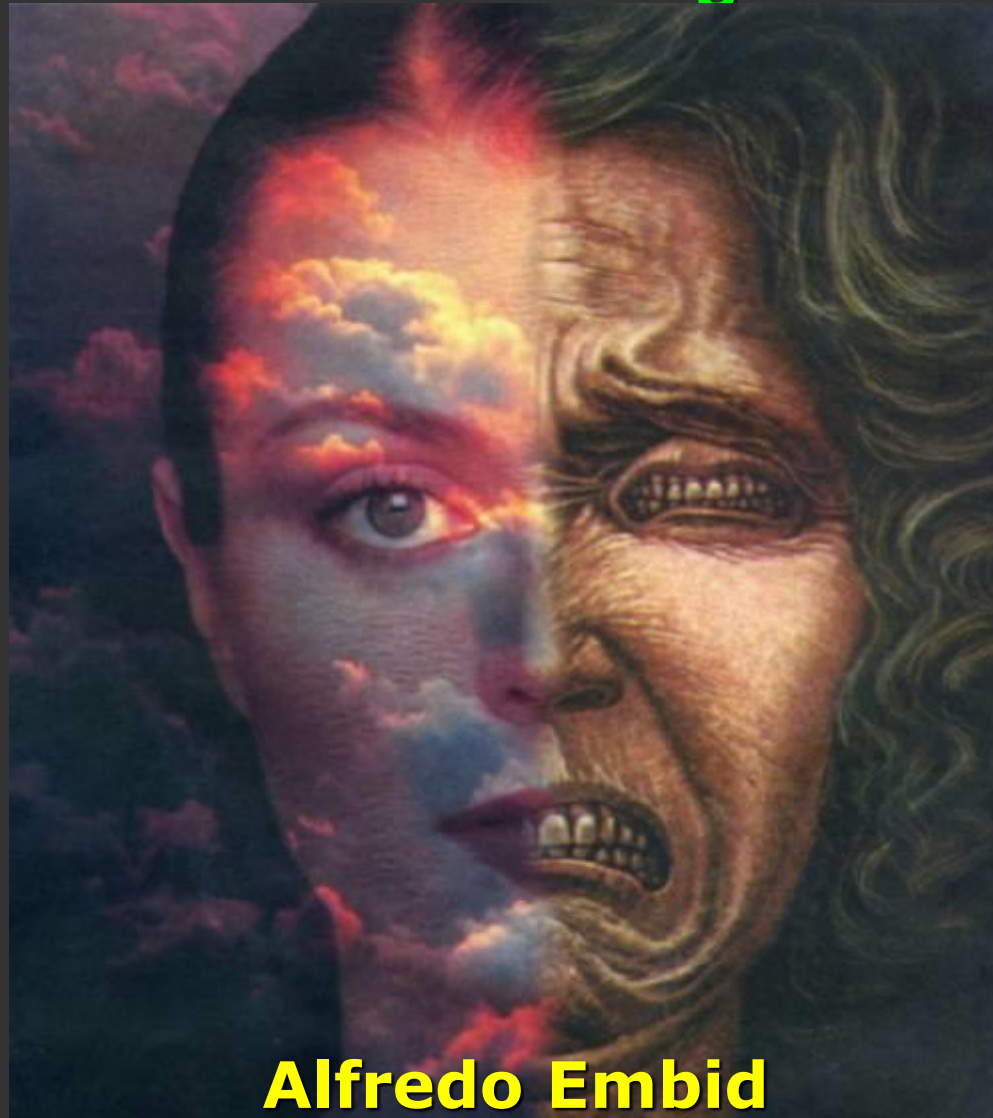


SINDROME PREMENSTRUAL

Tratamiento integrado



Alfredo Embid

Curso de medicina oriental. Madrid Abril 2013

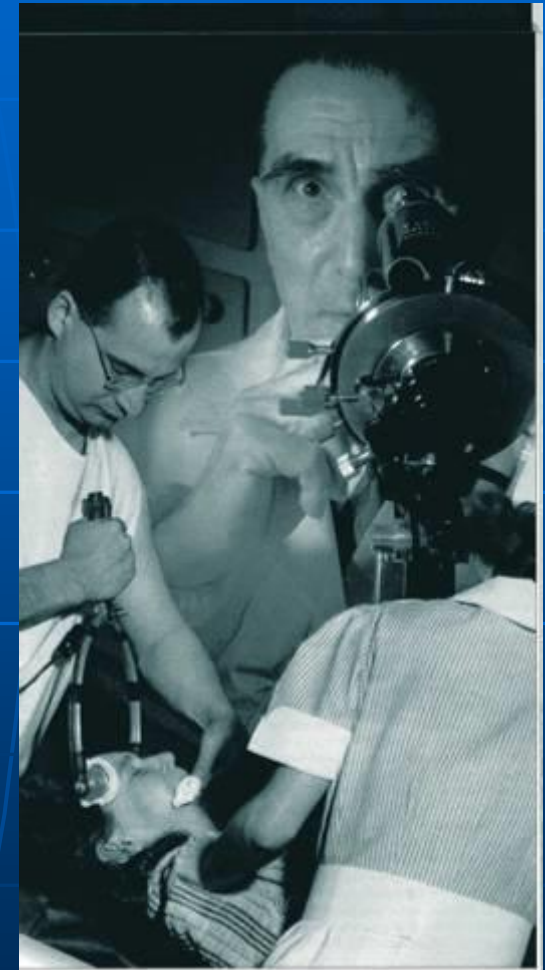
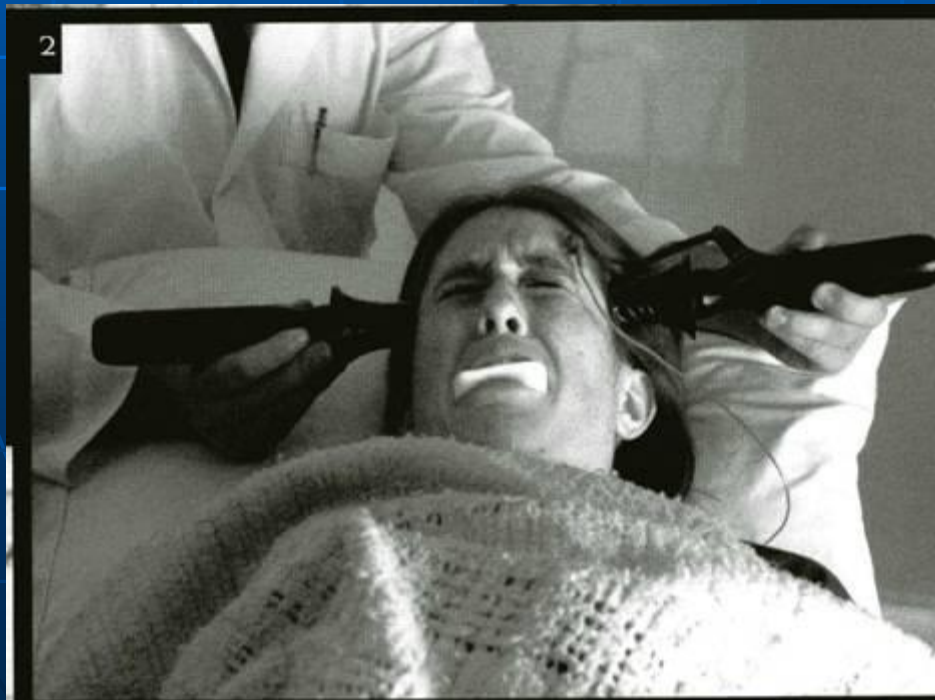
EL SPM EN LA MEDICINA OCCIDENTAL

Primera descripción en 1931 Dr. **Robert T. Frank** en *Archives of Neurology and Psychiatry* lo denominó "*tensión premenstrual*". Pero evidentemente existía mucho antes...



EL "TRATAMIENTO" DEL SPM EN LA MEDICINA OCCIDENTAL

- Frank y el Dr. León Israel proponen:
- Castración mediante radioterapia de los ovarios (!!!).
- Otros matasanos administran electroshock. !!!



Lo que deben saber los médicos españoles del SPM

En el manual de ginecología del Dr. Botella en 3 vol. que era Libro de texto en la facultad de medicina de los años 70 *

El síndrome premenstrual no figura en el índice de patologías, ni en el índice de palabras.

Solo hay 9 líneas en la página 830 del tomo 3, en el apartado de disfunciones de origen psicossomático (cajón de sastre para ocultar la ignorancia).



* Manual de ginecología del Dr. Botella en 3 vol.

Lo que saben los médicos del SPM en España

"Origen endocrino, por hiperestrogenismo".

"Se trata en algunos casos de manifestaciones psíquicas de temor a la menstruación, o de lo contrario, por miedo al embarazo, y de ansiedad en mujeres estériles".

*"La medicación **siempre es necesaria**"... y añade "el psicoanálisis o la hipnosis".*



* Manual de ginecología del Dr. Botella Tomo III pg. 830

No es extraño que armados con tan “profundos conocimientos” patinen ostentosamente a la hora de tratarlo



SÍNDROME PREMENSTRUAL SPM

El SPM no ha recibido atención:

- La medicina ha sido hasta hace poco "cosa de hombres".
→ SPM = "histeria" femenina
- Los sufrimientos ligados a la feminidad, parto, regla, son considerados como "normales".



AFORTUNADAMENTE LA SITUACIÓN HA CAMBIADO

Creciente interés por el SPM:

- Feminización de la profesión médica
- Recuperación de los derechos de la mujer expropiados.

PERO TAMBIÉN DESAFORTUNADAMENTE

- El SPM está en aumento: cuantitativa y cualitativamente.



La Dra. Catherine Kousmine, 17 sep 1904
Khvalynsk, Rusia - 24 agosto 1992 Lutry, Suiza.

SÍNDROME PREMENSTRUAL SPM

1953 Dra. Katharina Dalton GB

- Define el síndrome premenstrual. Realiza los primeros trabajos importantes.
- Funda la primera clínica dedicada a su tratamiento en Londres.
- Considera su repercusión en la vida de las mujeres



Criminalidad femenina en el período premenstrual

Dra. Katharina Dalton GB observa que

La mitad de los crímenes han sido cometidos durante las reglas o en los tres días precedentes.

Dos tercios de los crímenes han sido cometidos en este período en las mujeres que sufren del síndrome premenstrual.

La mayoría de las mujeres criminales en periodo PM **no reconocían tener el SPM.**



Criminalidad femenina en el período premenstrual

Dra. Katharina Dalton GB

La legislación inglesa desde 1945 lo considera un atenuante en casos de violencia y asesinato.

Ocasionalmente, lo considera como homicidio involuntario asimilándolo a la demencia.



SÍNDROME PREMENSTRUAL SPM

Dra. Katharina Dalton GB

- Las admisiones en hospitales psiquiátricos son más frecuentes
- Tienen más accidentes en este período
- Encuentra que un 54% de los niños que van al médico por catarros o toses benignas lo hacen en los 8 días en torno a las reglas de su madre.

Otros autores:

Las mujeres pilotos de avión tienen accidentes graves o fatales en el período premenstrual o menstrual.

© Original Artist
Reproduction rights obtainable from
www.CartoonStock.com



search ID: gilin76

Frecuencia del síndrome premenstrual

- Abraham: 1/3
entre los 30 y 40 años,
grave en 1/3
- Lark USA: 1/3 y 1/2
entre los 20 y los 50 años.
- Otros autores GB: 3/4%
- Hoang: 25% - 95%
- Moskowitz: 20 - 95%

En 1987 estudio del WNAS
sobre 1.000 mujeres:

El 95% estima que sus
relaciones y la vida en casa
estaban influenciadas de forma
negativa por sus síntomas
durante el período
premenstrual:

93% su trabajo o su carrera
77% la calidad de su
conducción (coche)
93% su eficacia o su
productividad 5 días al mes.



En 1987 estudio del WNAS sobre
1.000 mujeres:

El 79% reconoce ser violentas o
agresivas antes.

El 41% había considerado el
suicidio.

El 5,8% había hecho una tentativa
de suicidio.

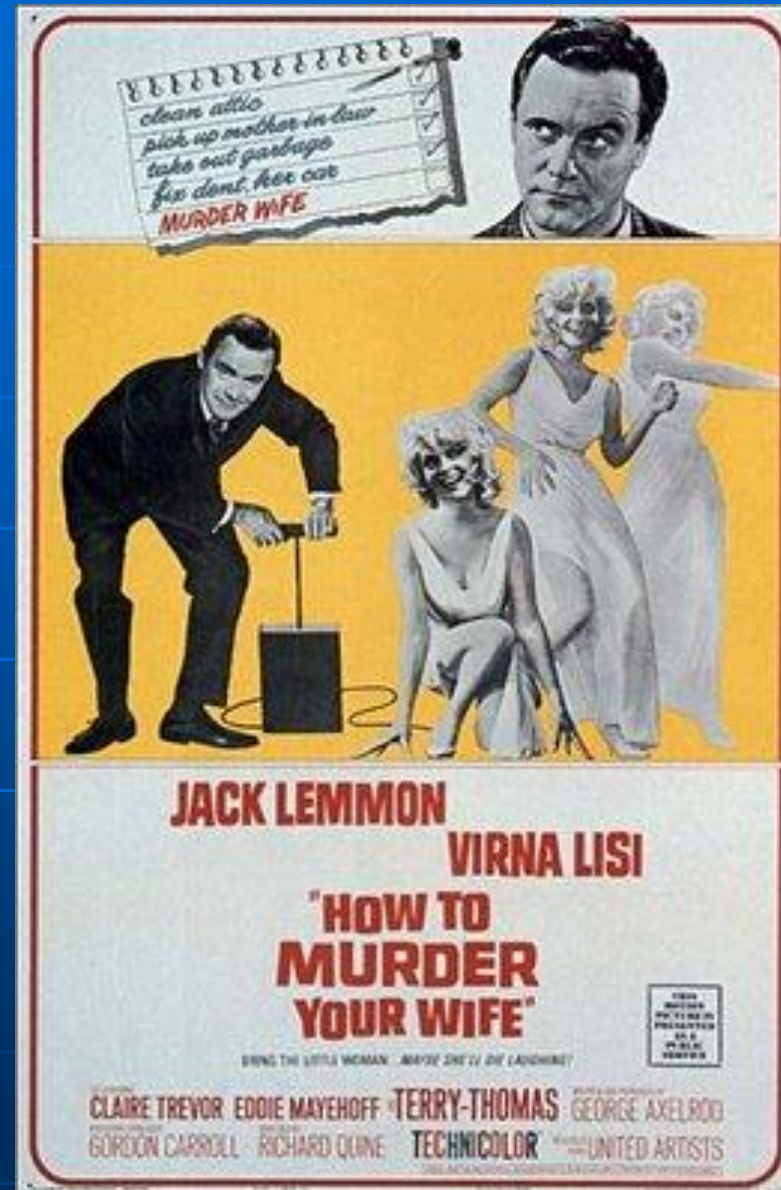


En 1987 estudio del WNAS sobre 1.000 mujeres:

El 86% estimaba que las relaciones con su pareja sexual estaban comprometidas durante este período.

El 67% observó una reducción de actividad sexual.

El 55% observó una reducción del placer durante las relaciones sexuales antes de las reglas.



SPM: Teorías Occidentales

Desde un punto de vista occidental, no se conoce la causa del SPM, aunque se han presentado muchas teorías

Factores neuroendocrinos: Aumento de estrógenos con relación a la progesterona:

- Insuficiencia de progesterona → aumento de FSH y LH
- Exceso de estrógenos 5 -10 días antes de la menstruación



SPM: Teorías Occidentales

Aumento de prolactina:

→ Aumento de volumen y tensión mamaria

Aumento de aldosterona

→ aumento de peso y los edemas.

Disminución de la dopamina antidepresiva a expensas de la serotonina → síntomas psíquicos.

Hipotiroidismo.

Hipoglucemia funcional

Disminución de endorfinas.

Aumento de la histamina



SPM: Teorías Occidentales

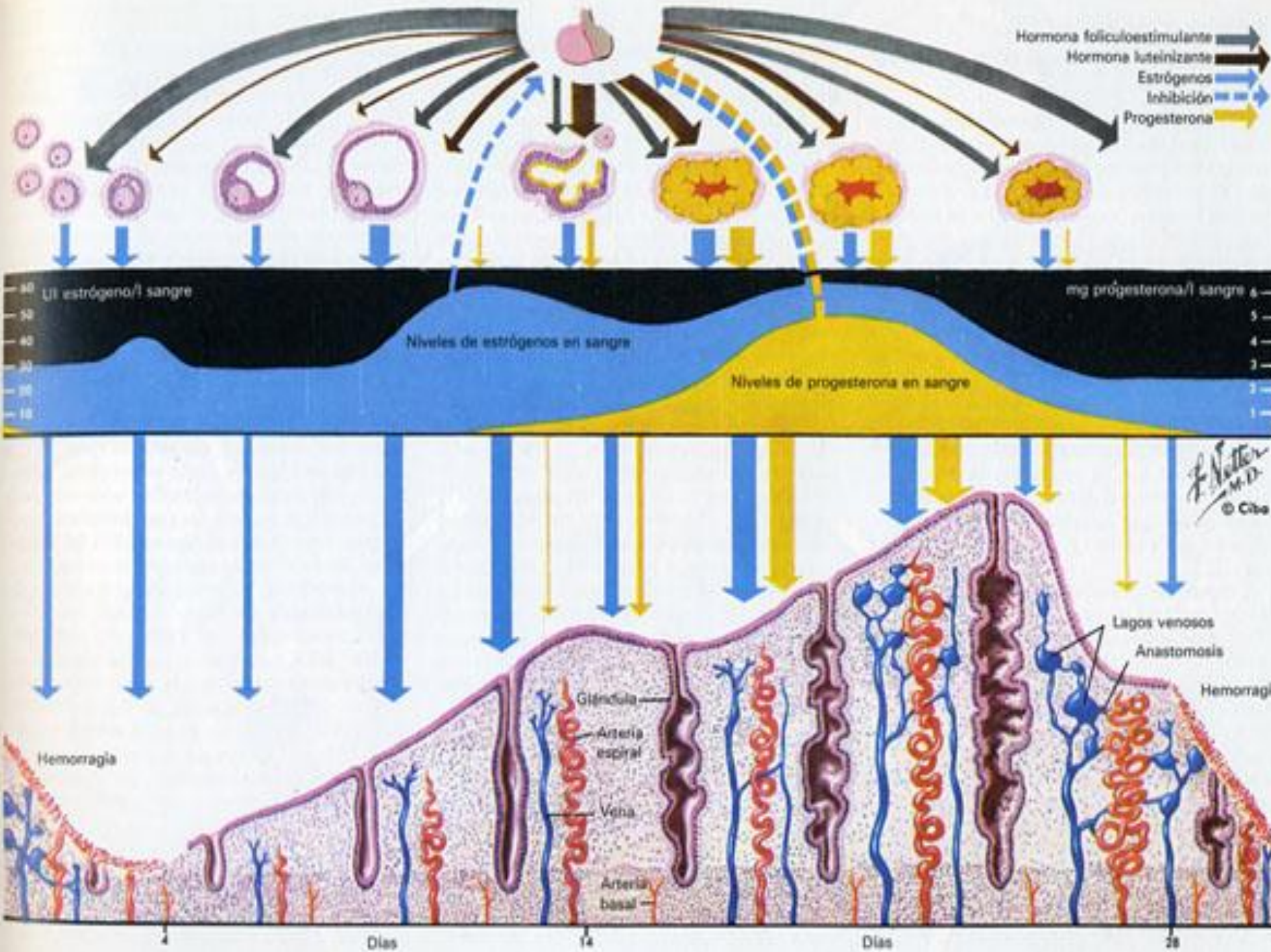
Los niveles elevados de estrógenos no equilibrados por la progesterona están implicados en numerosos problemas femeninos:

- El síndrome premenstrual
- Los senos sensibles
- La endometriosis
- Los fibromas uterinos
- Los quistes ováricos
- El cáncer del endometrio

Y también masculinos en el caso de los xenoestrógenos...

- Disminución de espermatozoides
- Aumento de cáncer de testículos





Causas del desequilibrio entre estrógenos y progesterona:

- El cuerpo no puede desactivar y/o eliminar los estrógenos producidos en cantidades normales.
- Un número cada vez mayor de mujeres no ovula regularmente.
→ producción de progesterona insuficiente.

La polución por xeno-estrógenos (disruptores hormonales)

Polución química:

- Dioxinas, mercurio, cosméticos, etc.
- Pesticidas químicos.

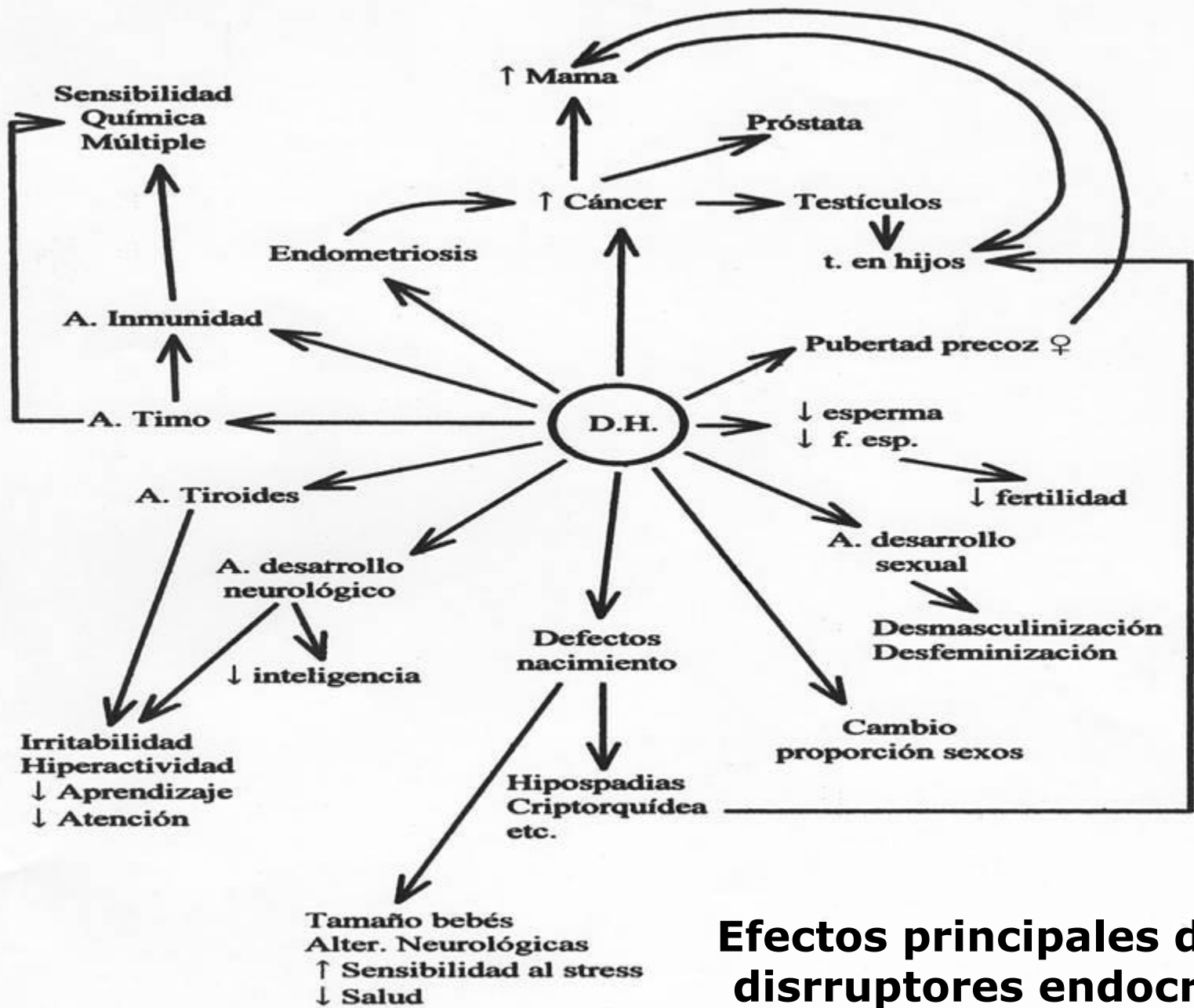
Comidas muy ricas en estrógenos:

- Soja.

Mas de 50 sustancias actúan como xeno-estrógenos artificiales (disruptores hormonales)

**Todos tienen un anillo fenólico A
Que también está en los estrógenos**





Efectos principales de los disruptores endocrinos

SPM: Teorías Occidentales

- Déficits nutricionales → ciclos anovulatorios.
- La insuficiencia de prostaglandinas (Pg.1)
- El déficit de vitaminas ej. B6
- El déficit de minerales ej. Mg
- Fitoestrógenos (discutido)
- Candidiasis crónica
- Medicamentos
- Píldoras (difásicas y trifásicas)
- Tras la toma de la píldora



SPM: Teorías Occidentales

Componentes psicógenos

El estrés: →

ciclos anovulatorios.

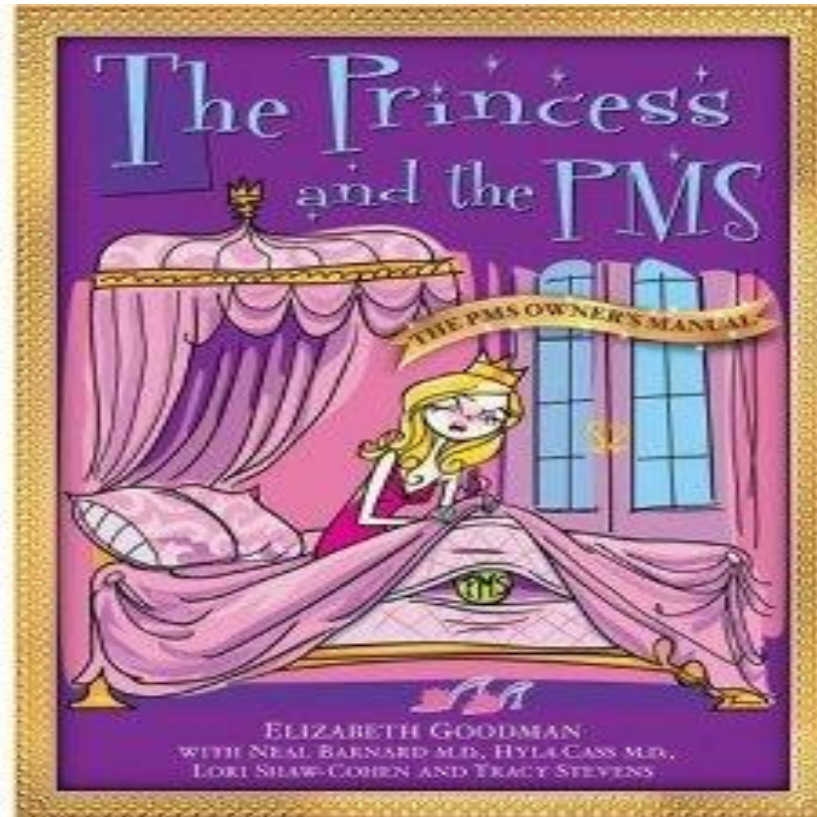
- Disminución de endorfinas
- Aumento de la aldosterona
- Las mujeres con una gran carga emocional son más susceptibles

Factores sociales

- Incorporación de la mujer al mundo laboral sin descarga de las labores domésticas.



Tipos de SPM



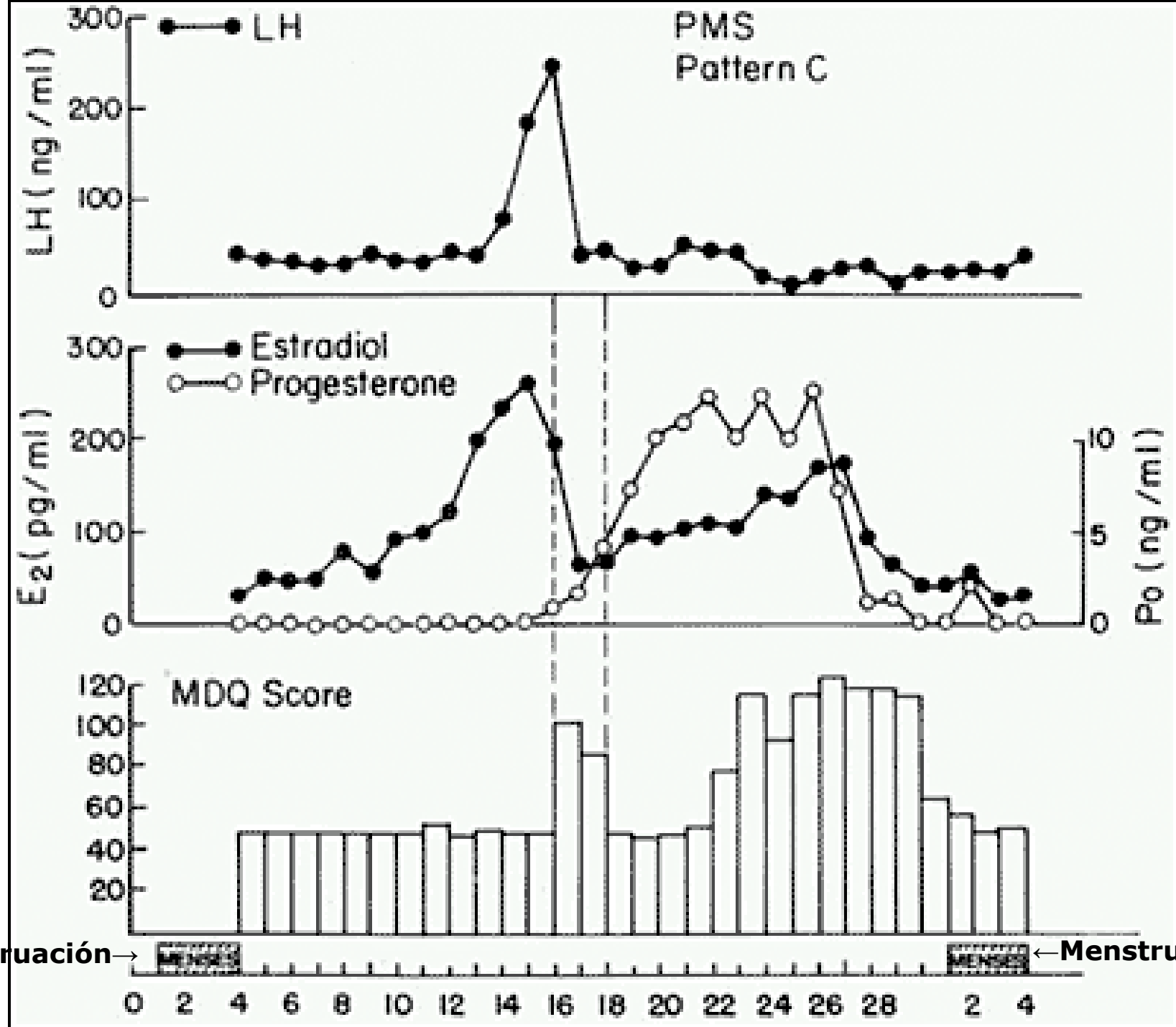
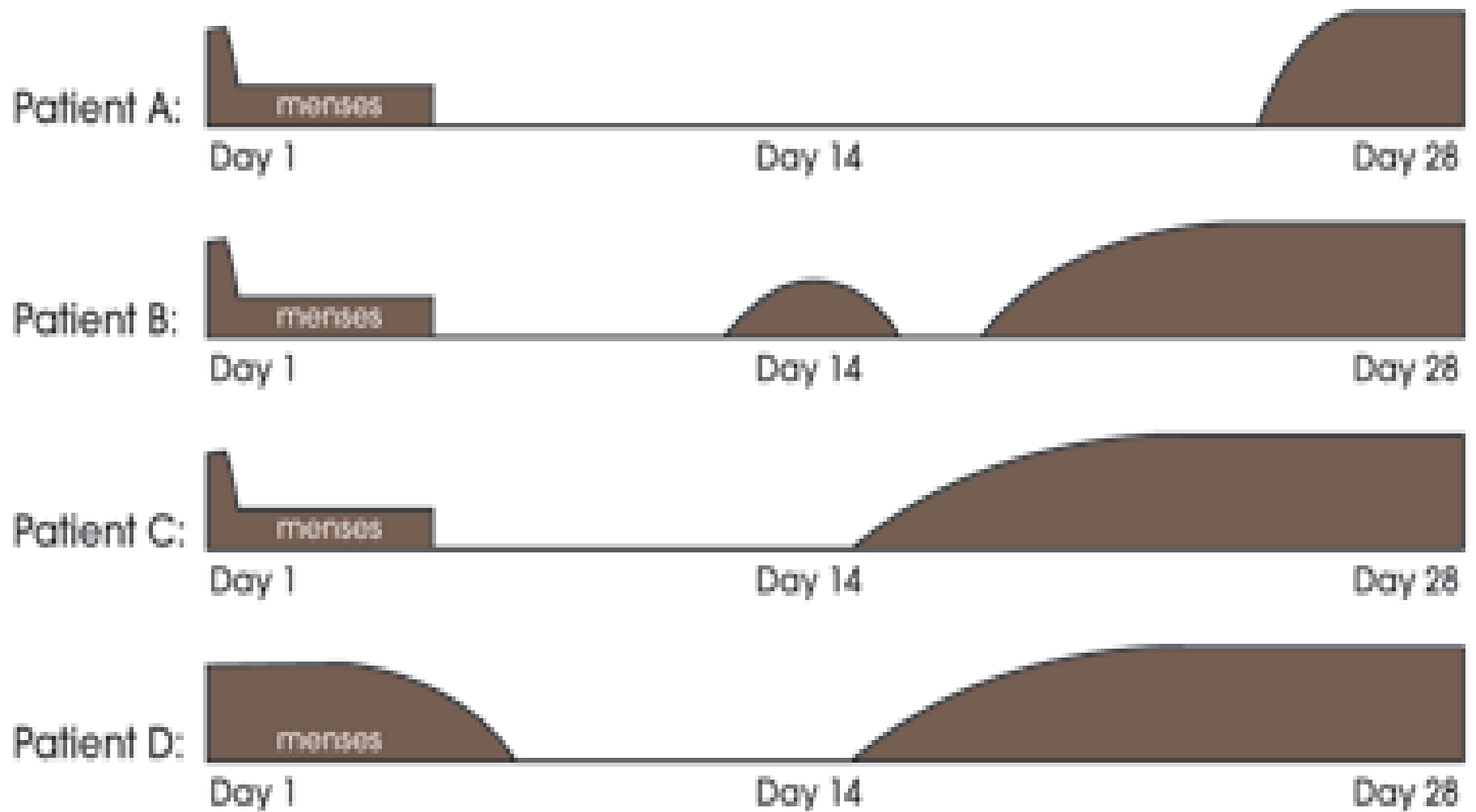
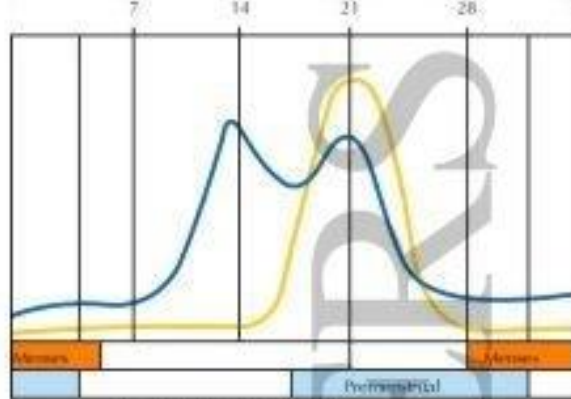


Figure
Premenstrual Symptom Patterns⁶





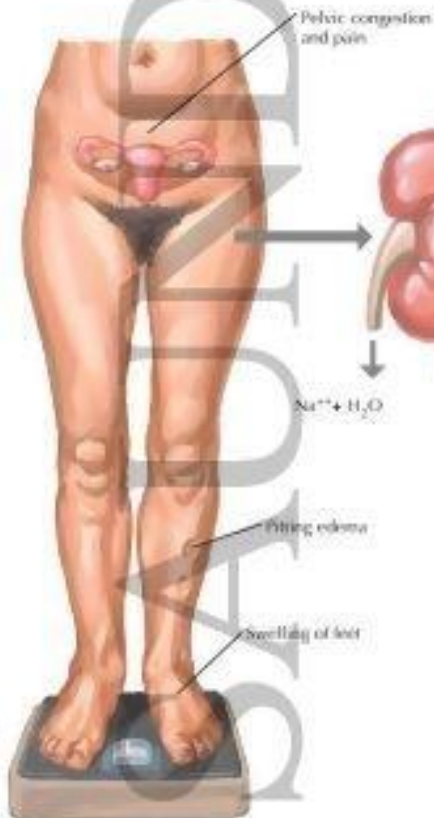
Cycle of premenstrual syndrome

Syndrome characterized by pelvic pain, fluid retention, breast discomfort, and mood changes in days preceding menses

Estrogen
Progesterone

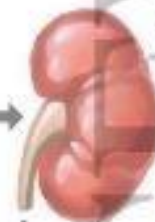


Depression, anxiety, and frequent mood changes predominate



JOHN A. CRAIG, MD
C. Machado, MD

Generalized weight gain



$\text{Na}^+ + \text{H}_2\text{O}$

Thiazides
Spironolactone

Diuretics effectively treat most signs and symptoms of fluid retention.

Danazol

Non-steroidal antiinflammatory agents or Danazol may reduce breast pain.



Breast pain and tenderness are common.

SÍNDROME PREMENSTRUAL. SPM

DIAGNÓSTICO

CUADRO DE EVALUACIÓN DEL SÍNDROME PRE-MENSTRUAL

Fatiga

Agravación de alergias
Senos dolorosos, senos hinchados
Hinchazón de la cara
Modificaciones del sueño
Agravación de la sinusitis
Reducción de la audición
Sordera temporal
Hemorragia de la nariz
Falta de aliento
Sensación de ahogo
Palpitaciones
Dolor opresivo en el pecho
Agravación del asma
Hinchazón del abdomen
Estreñimiento o diarrea
Pesadez pélvica
Presión rectal
Sensación de presión en la vejiga
Necesidades frecuentes de orinar

Debilidad

Dolores musculares
Calambres musculares
Hinchazón de articulaciones
Rigidez de articulaciones:
- manos
- hombros
- rodillas
- tobillos
Dolores articulares
Dolores de espalda
Se tuercen las articulaciones
Dolores musculares
Deseo irresistible de
azúcares, chocolate
Deseo irresistible de
mayor cantidad de alimentos
Sed intensa
Sensación de temblor interno
Escalofríos

SÍNDROME PREMENSTRUAL. SPM

DIAGNÓSTICO

CUADRO DE EVALUACIÓN DEL SÍNDROME PRE-MENSTRUAL

Sensación de fiebre
Molestias en el pecho
Alternancia de sensaciones de:
Tener energía y de estar fatigada
Piernas pesadas
Agravación de las varices
Agravación de las hemorroides
Náuseas
Vómitos
Gases
Granos o aftas de la boca
Sequía bucal
Acné
Pequeñas hemorragias en la cara
Picor
Sensación de quemazón en la piel
cara
manos
abdomen
región genital

Espasmos uterinos
Pérdida de cabellos
Urticaria
Herpes labial
Uñas quebradizas
Seborrea
Ojeras
Aumento de puntos negros ante los ojos
Visión turbia
Irritación de los ojos
Dificultad para utilizar lentes de contacto
Voz más grave
Afonía
Fatigabilidad de la voz
Alteraciones de la coordinación
Torpeza
Insomnio
Somnolencia
Cambios de personalidad
Búsqueda de la polémica

SÍNDROME PREMENSTRUAL. SPM

DIAGNÓSTICO

CUADRO DE EVALUACIÓN DEL SÍNDROME PRE-MENSTRUAL

Labilidad emocional
Hiperemotividad
Hipersensibilidad
Excitación
Explosiones de energía
Irritabilidad
Cólera
Sentimientos agresivos
Paranoia
Depresión
Ideas de suicidio
Tensión
Cambios de humor
Sentimiento de ser desgraciada,
Nada me permite estar bien
Sentimiento de perder el control
Temor
Llantos incontrolados
Impresión de estar demasiado
estimulada
Hipersensibilidad

Remordimiento con relación a:
Las emociones, el comportamiento, la
interacción con los demás.
Comportamiento compulsivo obsesivo
Pérdida de memoria
Pérdida de conocimiento
Dolor de cabeza
Dolor de cabeza en un lado
Dificultad para pensar de forma
racional
Comportamiento irracional
Falta de memoria
Negligencia
Hipersensibilidad a:
- Los ruidos
- En la vista
- En el tacto
Sobrecarga de estímulos
Falta de paciencia respecto al entorno
Torpeza
Pérdida de la estima de sí misma

SÍNDROME PREMENSTRUAL. SPM

DIAGNÓSTICO

CUADRO DE EVALUACIÓN DEL SÍNDROME PRE-MENSTRUAL

Menor eficacia
Dificultad para realizar movimientos finos
Riesgo acrecentado de accidentes:
En la casa,
En el medio industrial,
En el trabajo,
En el coche.
Crisis de pánico
Pensamientos autodestructivos
Pensamientos sádicos
Aumento del consumo de drogas
Aumento del consumo de tranquilizantes
Aumento del consumo de alcohol
Aumento del apetito sexual
Disminución del apetito sexual
Sentimientos de bienestar
Creatividad aumentada
Sentimientos de intimidad
Otros:
...

Cuadro de evaluación del Síndrome Premenstrual

Se puede utilizar el cuadro anterior o el siguiente, más breve.

Se proporciona un cuadro resumido con los principales síntomas a cada paciente para que lo evalúe cotidianamente.

SÍNDROME PREMENSTRUAL. SPM DIAGNÓSTICO

TIPOS Y SÍNTOMAS DEL SÍNDROME PRE-MENSTRUAL Karen Vago

SPM-A	Ansiedad
	Irritabilidad
	Tensión nerviosa
	Cambios de humor
	Total
SPM-H	Aumento de peso
	Hinchazón del abdomen
	Sensibilidad mamaria
	Congestión mamaria
	Total
SPM-C	Dolor de cabeza
	Aumento de apetito
	Apetencia de dulces
	Sensación de desvanecimiento / Vértigos
	Palpitaciones
	Fatiga
	Total
SPM-D	Depresión
	Negligencia / Pereza
	Atontamiento
	Llantos
	Confusión
	Insomnio
	Total
	TOTAL GENERAL
Otros síntomas	Piel grasa / Acné
	Otros



SÍNDROME PREMENSTRUAL. SPM

Evaluación y calendario para el paciente

DIARIO DE LOS SÍNTOMAS DEL SÍNDROME PRE-MENSTRUAL Karen Vago

Día del ciclo		
Reglas		
SPM-A	Ansiedad	
	Irritabilidad	
	Tensión nerviosa	
	Cambios de humor	
SPM-H	Aumento de peso	
	Hinchazón del abdomen	
	Sensibilidad mamaria	
	Congestión mamaria	
SPM-C	Dolor de cabeza	
	Aumento de apetito	
	Apetencia de dulces	
	Sensación de desmayo /Vértigos	
	Fatiga	
	Palpitaciones	
SPM-D	Depresión	
	Negligencia / Pereza	
	Atontamiento	
	Llantos	
	Confusión	
	Insomnio	
Síntomas asociados a las reglas		
	Dolores del bajo vientre	
	Dolor de espalda	
	Otros dolores	

31 COLUMNAS

VALORACIÓN
DIARIA

1 leve

2 fuerte

3 incapacitante

Propuesta de interpretación no exhaustiva



↓ Serotonina

- ansiedad
- irritabilidad
- pánico
- obsesión
- insomnio
- negatividad
- depresión ansiosa
- tristeza
- baja autoestima
- dolor muscular
- deseo de comer harinas y dulces

- ↓ Dopamina

Deficit de:

- motivación
- deseo (alimentación, sexo)
- memoria
- atención
- creatividad
- capacidad para resolver de problemas, tomar decisiones

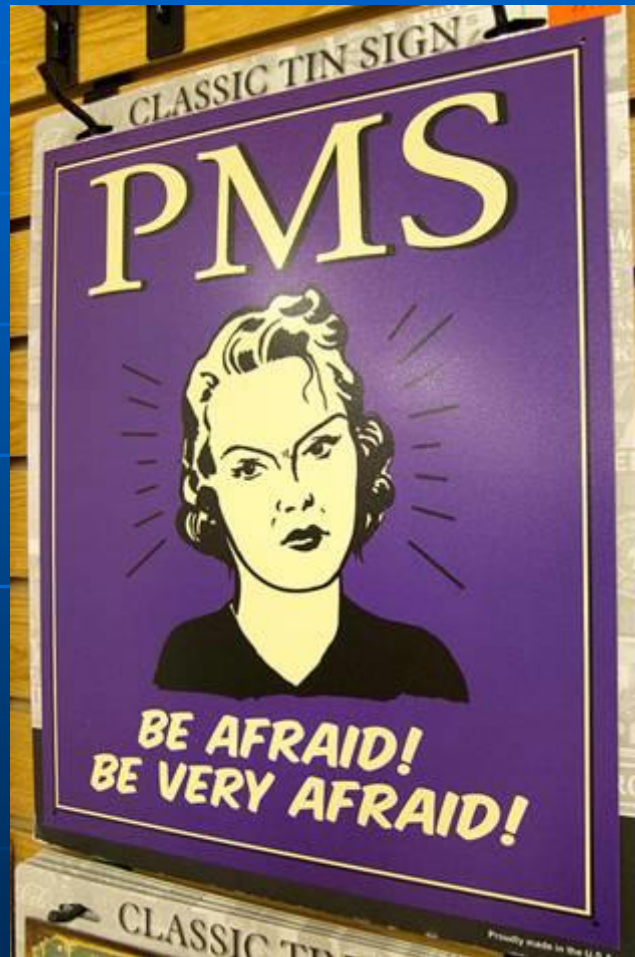
Apatía

Ansiedad social

Aumento de secreción de prolactina

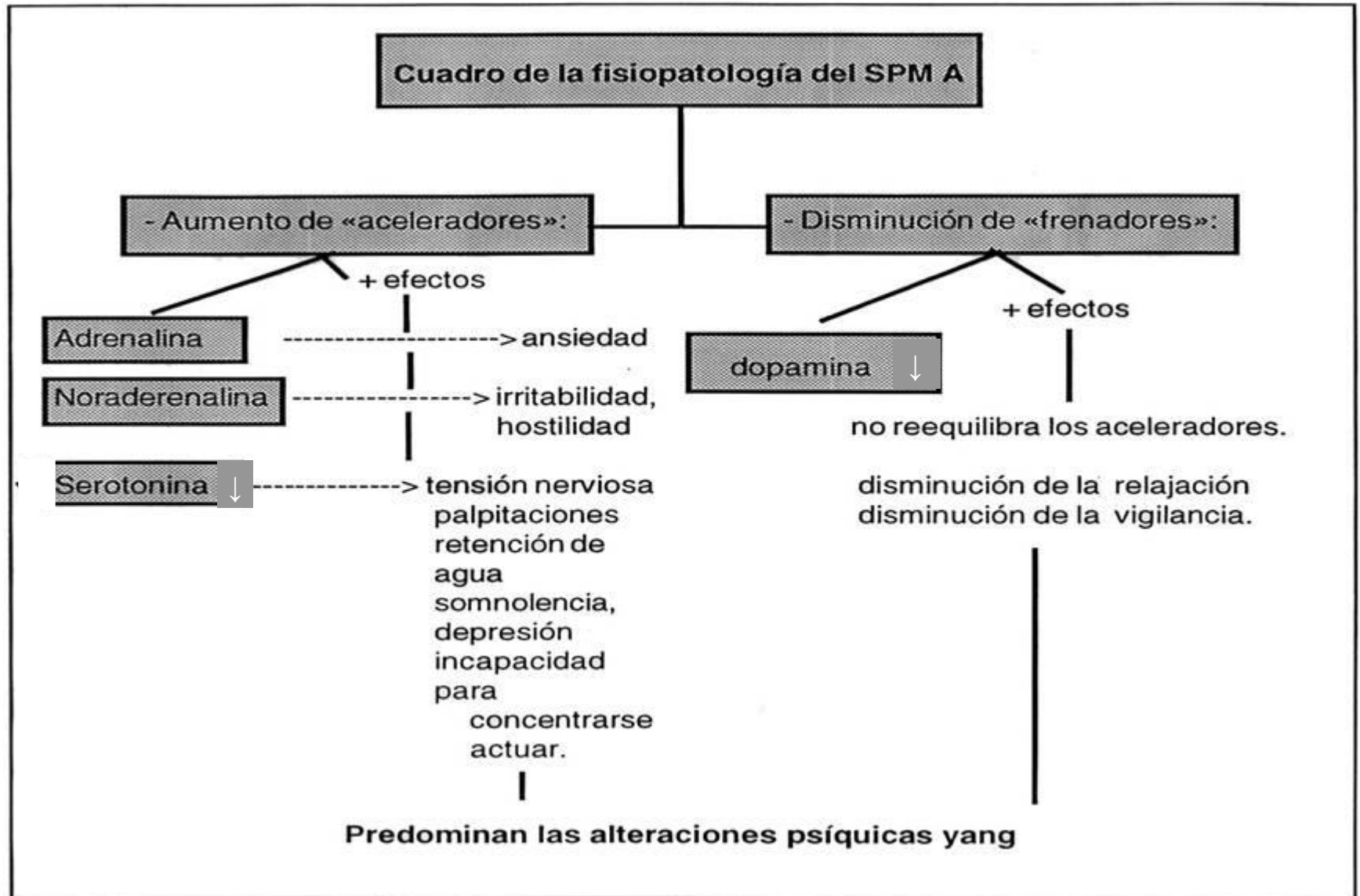
Tendencia a drogadicción

Propuesta de interpretación no exhaustiva SPM A



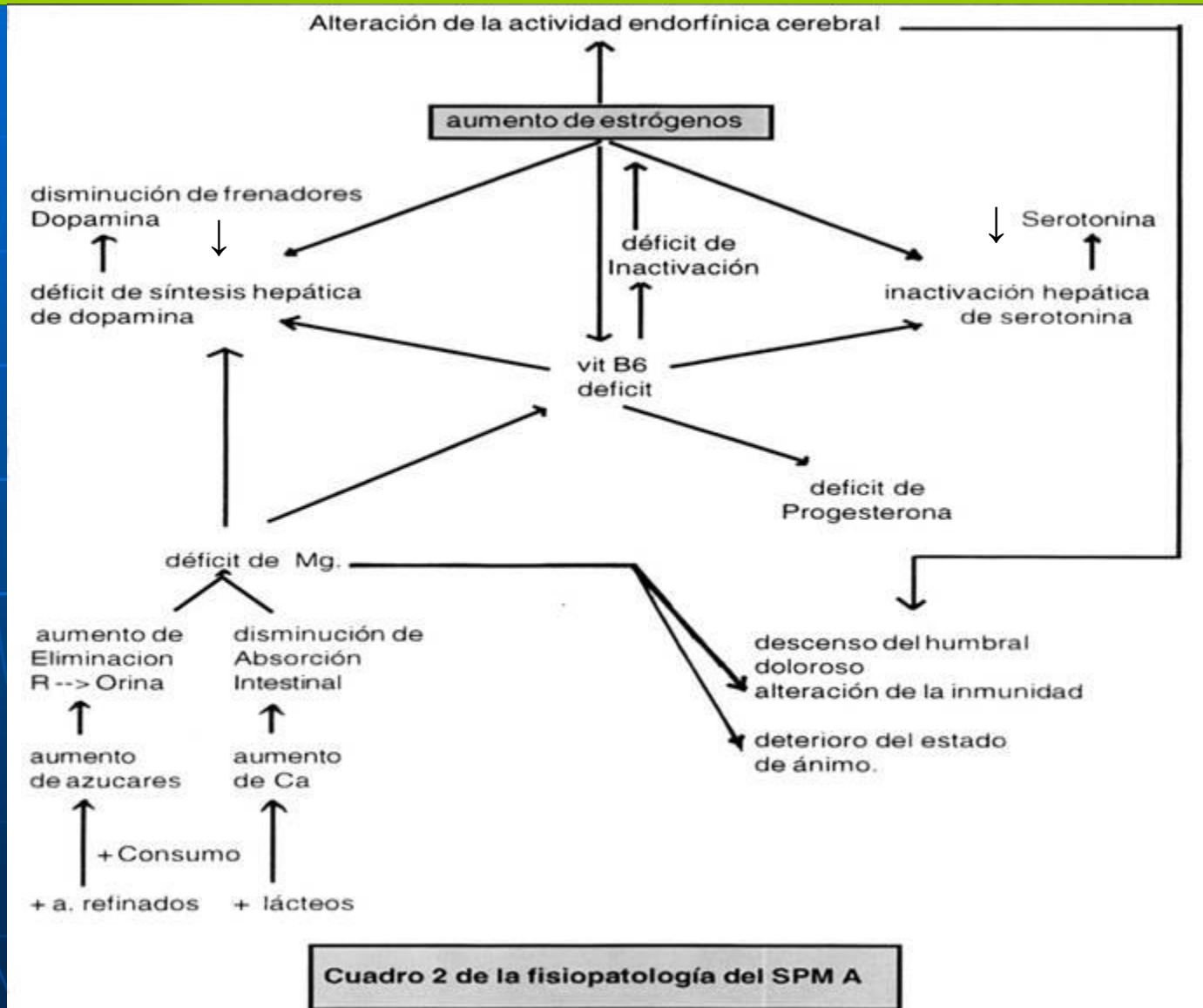
SÍNDROME PREMENSTRUAL. SPM DIAGNÓSTICO

FISIOLOGIA DE LOS DIFERENTES SÍNDROMES PREMENSTRUALES



SÍNDROME PREMENSTRUAL. SPM DIAGNÓSTICO

FISIOLOGIA DE LOS DIFERENTES SÍNDROMES PREMENSTRUALES

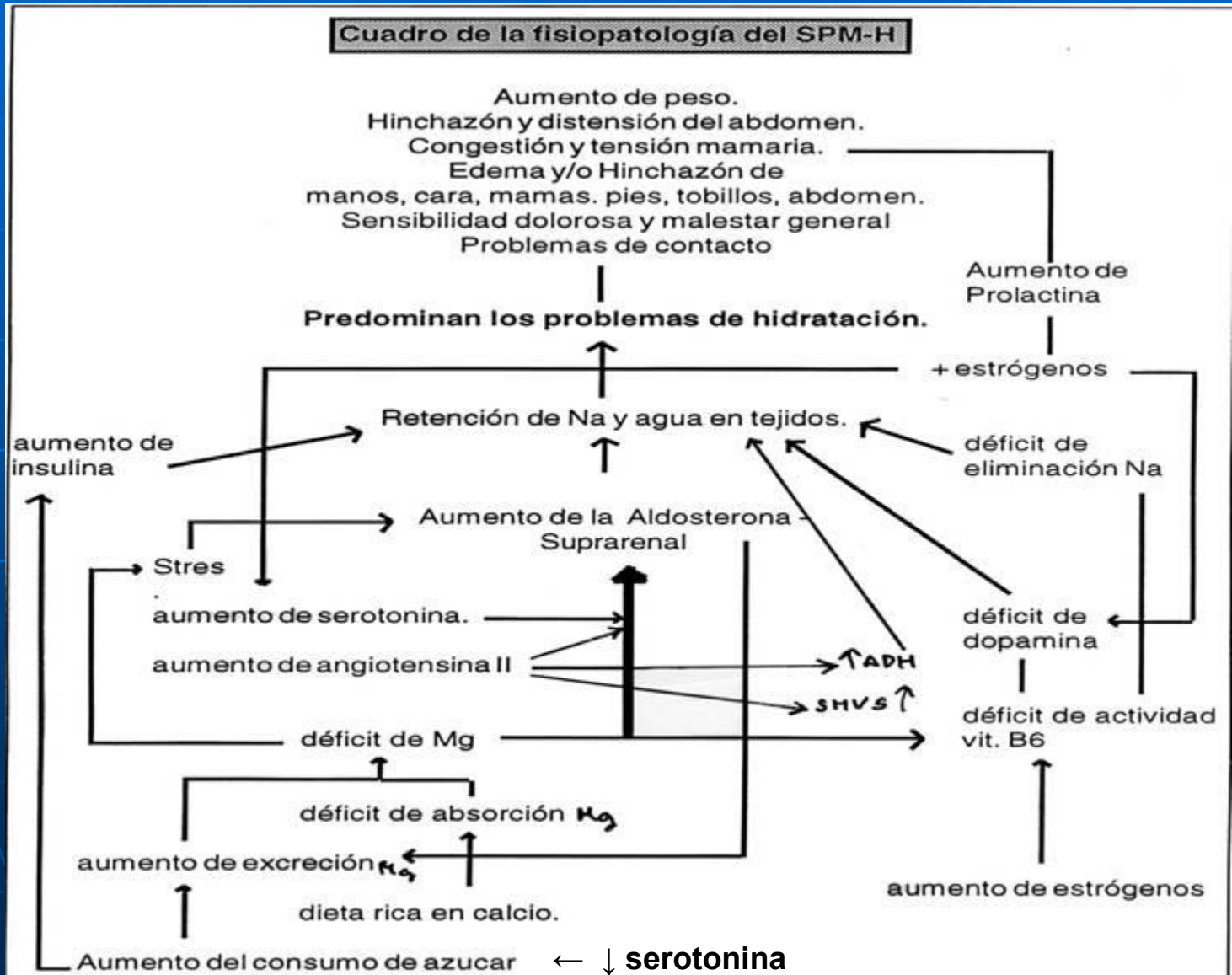


Propuesta de interpretación no exhaustiva SPM H



SÍNDROME PREMENSTRUAL. SPM DIAGNÓSTICO

FISIOLOGIA DE LOS DIFERENTES SÍNDROMES PREMENSTRALES



Propuesta de interpretación no exhaustiva SMP C



PREMENSTRUAL SYNDROME

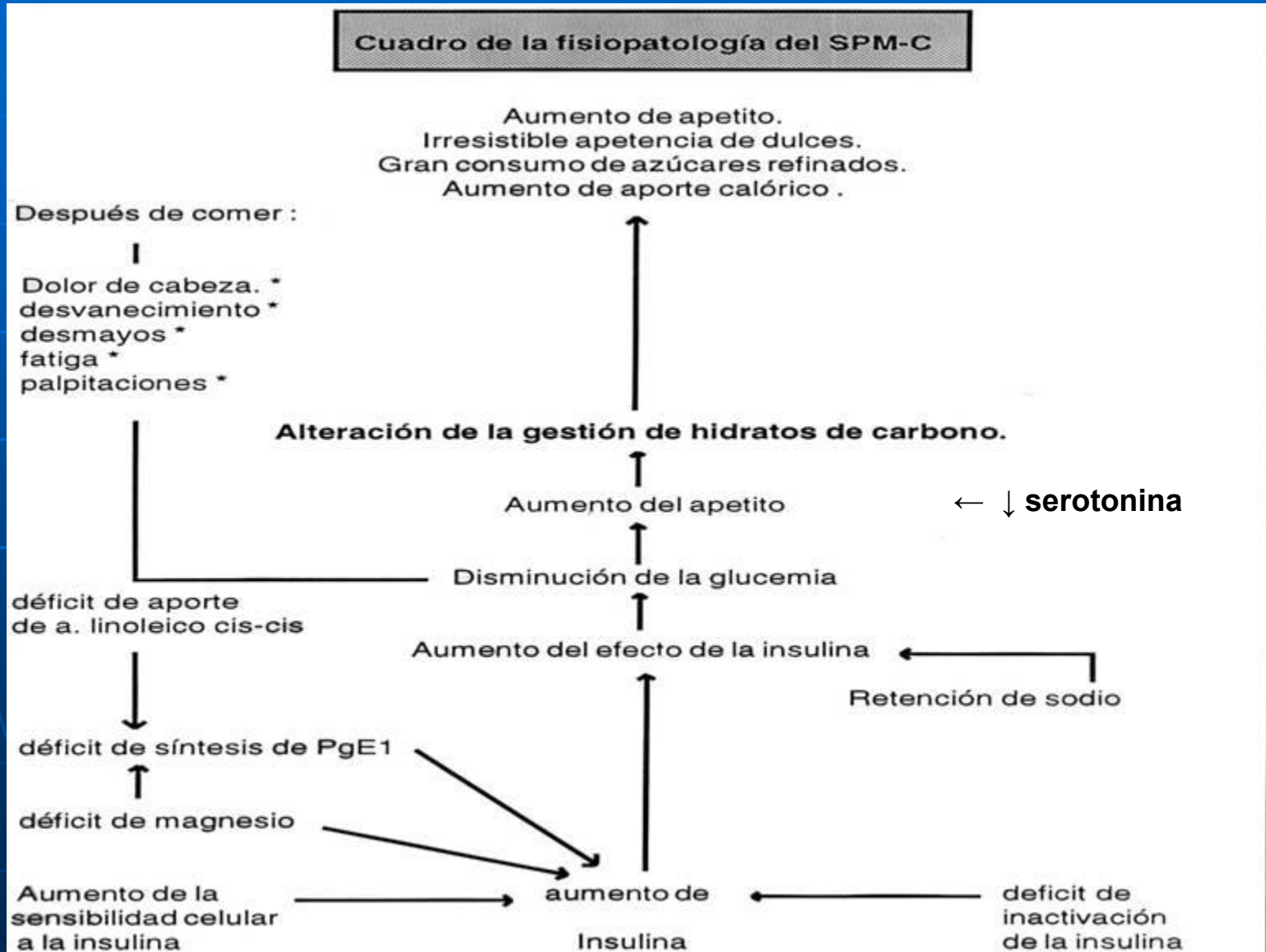
if you value living,
get me my chocolate.

motifake.com

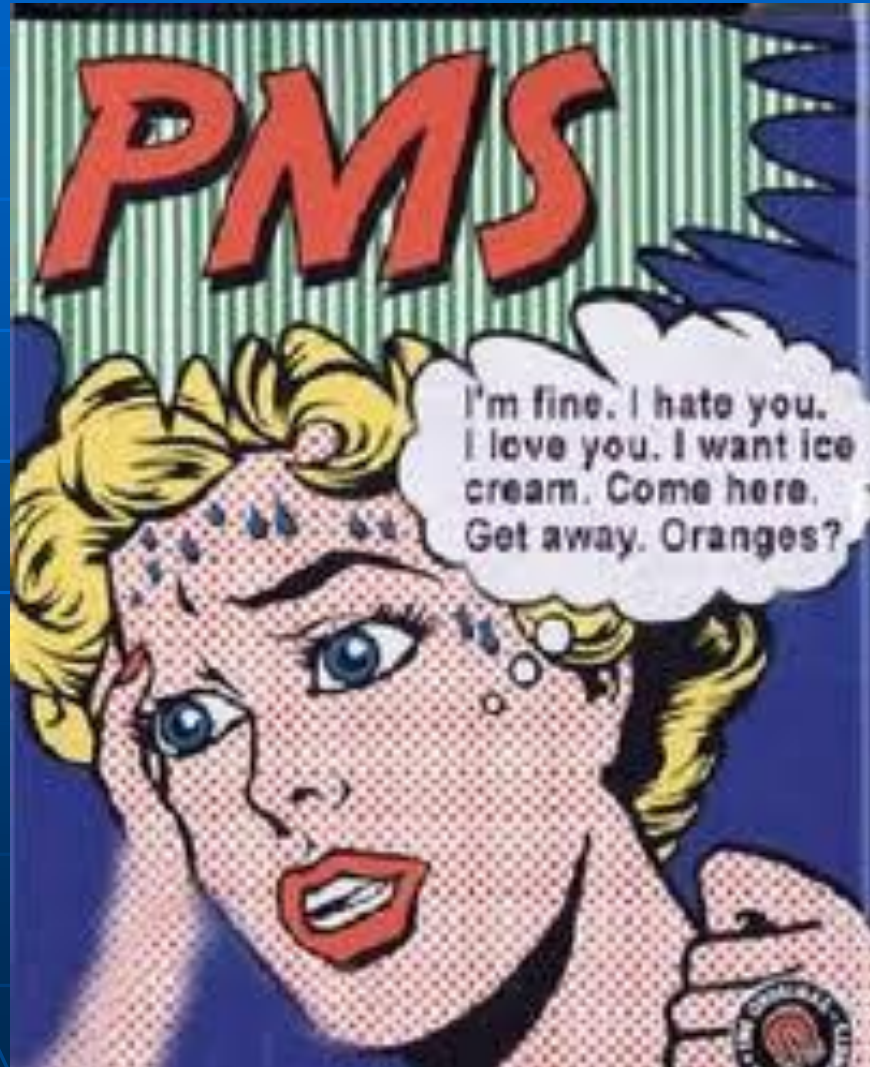


SÍNDROME PREMENSTRUAL. SPM DIAGNÓSTICO

FISIOLOGIA DE LOS DIFERENTES SÍNDROMES PREMENSTRUALES



Propuesta de interpretación no exhaustiva SPM D



SÍNDROME PREMENSTRUAL. SPM

TRATAMIENTO INTEGRADO



SÍNDROME PREMENSTRUAL. SPM

DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO INTEGRADO

TRATAMIENTO INTEGRADO DEL SPM

ACUPUNTURA-MOXIBUSTIÓN
AURICULOTERAPIA

DIETETICA
PIO: PRINCIPIOS
INMEDIATOS ORGÁNICOS

OLIGOELEMENTOS
VITAMINAS

COMPLEMENTOS
ALIMENTICIOS

FITOTERAPIA
FITOTERAPIA OCCIDENTAL
FITOTERAPIA CHINA

PROGESTERONA NATURAL
CREMA

Técnicas Psicocorporales
EJERCICIO FÍSICO
RELAJACIÓN - QI GONG

PROPIO

RECONOCIMIENTO-ACEPTACIÓN

DEL MEDIO

SÍNDROME PREMENSTRUAL. SPM

DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO INTEGRADO

INFLUENCIA DE LAS VITAMINAS SOBRE EL CICLO MENSTRUAL

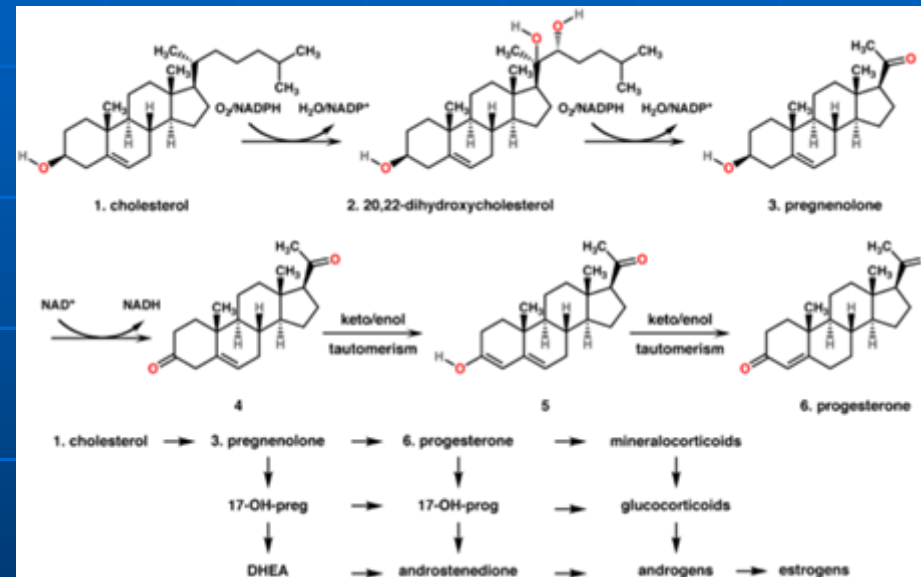
VITAMINAS Y MINERALES PARA EL SINDROME PRE-MENSTRUAL				
VITAMINAS				
A	(UI)	5000	a	20000
Beta-Caroteno	(UI)	5000	a	25000
D	(UI)	400	a	1000
E	(UI)	100	a	400
C	(mg)	1000	a	3000
B1	(mg)	25	a	100
B2	(mg)	25	a	100
B3	(mg)	50	a	200
B5	(mg)	50	a	300
B6	(mg)	100	a	200
B12	(µg)	5	a	150
Acido folico	(µg)	400	a	800
Biotina	(µg)	10	a	100
MINERALES				
Calcio	(mg)	100	a	250
Magnesio	(mg)	250	a	500
Hierro	(mg)	10	a	50
Zinc	(mg)	10	a	30
Cobre	(mg)	1	a	5
Magnesio	(mg)	1	a	5
Cromo	(µg)	100	a	400
Selenio	(µg)	50	a	200
ACIDO GANMALINO-LENICO				
Aceite de onagra	(mg)	2000	a	4000
Aceite de borraja	(mg)	1000	a	2000

Fuente:
Karen Vago

SÍNDROME PREMENSTRUAL. SPM

PROGESTERONA NATURAL

- La suposición actualmente predominante, según la cual los progestágenos de síntesis son equivalentes a la progesterona natural, es injustificada
- La progesterona es necesaria para la supervivencia y para el desarrollo del embrión durante toda la gestación
- El Provera (progestágeno sintético), su utilización al comienzo del embarazo puede aumentar los riesgos de aborto precoz o de malformaciones congénitas del feto.



SÍNDROME PREMENSTRUAL. SPM

PROGESTERONA NATURAL

- Uno de los tratamientos posibles es la utilización de la crema de progesterona natural extraída de la *Dioscorea villosa* mexicana.
- Se calcula que un 75% de las mujeres con SPM tienen un déficit de producción de progesterona, según un trabajo de la Dra. Deborah Moskowitz.
- La crema estaría especialmente indicada en los síndromes premenstruales de tipo A, C y H.
- El doctor John R. Lee propuso su utilización administrada por vía cutánea, ya que la progesterona se absorbe bien por la piel.



Dioscorea Villosa, America.
Dioscorea Opposita, China.

SÍNDROME PREMENSTRUAL. SPM

EFFECTOS DE LA PROGESTERONA NATURAL

- Mantiene la fase secretoria del endometrio.
- Mantiene el embarazo hasta el 2º mes.
- Efecto antiandrógeno.
- Efecto antiprolactina.
- Efecto antialdosterona.
- Diurético.
- Sedante nervioso.
- Aumenta la temperatura.
- Restablece la libido.
- Regulariza el metabolismo del azúcar.
- Ayuda a quemar las células grasas para liberar energía.
- Tiene efecto antidepresivo.
- Disminuye la permeabilidad vascular.



Se utilizó en el siglo XVIII para tratar la dismenorrea y como Antiespasmódico

SÍNDROME PREMENSTRUAL TRATAMIENTO

EFFECTOS DE LA PROGESTERONA NATURAL

- Estimula la coagulación.
- Protege contra la enfermedad fibroquística de la mama.
- Estimula los osteoblastos.
- Aumenta la eliminación de sodio en orina. (Los progestágenos de síntesis hacen lo contrario).
- Normaliza los niveles de zinc y cobre.
- Normaliza los niveles de oxígeno celular.
- Inhibe la proliferación celular estimulada por los estrógenos:
- Acción preventiva sobre el cáncer de endometrio, mama.
- La diosgenina fue un punto de partida para la fabricación de estrógenos, testosterona, corticosteroides.



TRATAMIENTO DEL SÍNDROME PREMENSTRUAL

FITOTERAPIA. PLANTAS ORIENTALES

Angélica Sinensis o Angélica Polymorpha

- "Dong Quai" "Dang Gui"
- "Hierba de la mujer" se ha utilizado en la cocina tradicional cotidianamente.
- Es utilizada ampliamente en China y Vietnam y es una de las plantas más empleadas, particularmente para los problemas hormonales y del aparato reproductor femenino.



Pollo negro con angelica sinensis

TRATAMIENTO DEL SÍNDROME PRE-MENSTRUAL

FITOTERAPIA. PLANTAS ORIENTALES

Angélica Sinensis o Angélica polymorpha Indicaciones y acciones:

- Tónico reproductor femenino: Indicado para la tensión pre-menstrual, la menstruación irregular, los síntomas de la menopausia, el desequilibrio hormonal, los dolores abdominales, la irritación, la depresión, el flujo menstrual irregular, los dolores de espalda, los rubores.
- Analgésico: dolores de artritis y menstruales
- Relajante muscular: espasmos, calambres.
- Mejora la circulación y es un tónico sanguíneo: flujo menstrual irregular, circulación escasa, anemia.



TRATAMIENTO DEL SÍNDROME PREMENSTRUAL

Angélica Sinensis Trabajos Experimentales

Efecto cardiovascular:

Efecto inhibitor en el corazón de especímenes de rana.

Las extracciones alcohólicas tienen un efecto similar a la quinina.

En muchos experimentos, las preparaciones de esta hierba

(incluidas decocciones y extracciones alcohólicas) tienen el efecto de bajar la presión

sanguínea en animales anestesiados. A dosis pequeñas,

este efecto es bastante corto y va seguido normalmente de un

aumento de la presión.

En experimentos controlados con ratas con aterosclerosis artificial,

las que tomaron esta hierba desarrollaron menos placas que los

controles.



TRATAMIENTO DEL SÍNDROME PREMENSTRUAL

Angélica Sinensis Trabajos Experimentales

- **Efecto en el útero:**
Efecto contráctil cuando se administraba por vía intravenosa a perros y conejos anestesiados.
- **Efecto en el hígado:**
Incrementó la absorción de oxígeno por parte del hígado en ratones alimentados con una preparación al 5%.
Acción protectora sobre el hígado expuesto a tóxicos como el tetracloruro de carbono.



TRATAMIENTO DEL SÍNDROME PREMENSTRUAL

Angélica Sinensis Trabajos Experimentales

- **Efecto antibiótico:**

Sus decocciones tienen una acción inhibidora en vitro contra muchas bacterias, incluyendo el Streptococos hemolítico y la Shigella.

- **Efecto en el sistema nervioso:**

Tiene una acción sedante suave.



TRATAMIENTO DEL SÍNDROME PREMENSTRUAL

Angélica Sinensis Trabajos Experimentales

Tratamiento del dolor:

Preparaciones inyectadas en puntos de acupuntura para el tratamiento de varios tipos de dolor (incluidas neuralgias, dolor isquémico y artritis) con buenos resultados.

En un estudio, de 1.000 casos 380 se curaron.

En otro ensayo, de 50 pacientes con neuralgia occipital, 30 fueron curados y los restantes experimentaron alguna mejoría.

No está recomendada para las torceduras u otras situaciones agudas ni para el dolor de tumores o infecciones.



TRATAMIENTO DEL SÍNDROME PREMENSTRUAL

Angélica Sinensis Trabajos Experimentales

- Un estudio de **Chang Hson Mou** y colaboradores del departamento de Investigación de Materia Medica de la Universidad de Hong Kong ha demostrado que la **Angélica sinensis** tiene acciones farmacológicas confirmadas y es demostradamente activa no sólo en el SPM sino que también tiene las siguientes acciones:

dolores premenstruales
anemia
estimula la circulación
sanguínea
dismenorrea
amenorrea
dolores abdominales
heridas traumáticas
protege el hígado
artritis reumatoide,
nutre y regula la sangre
menorragia
trombosis
tranquiliza el útero en el
embarazo

disminuye la prolactina
aporta vitamina E
sedante
angina de pecho
humedece el intestino
emoliente
laxante
disminuye el colesterol
tromboangeitis obliterante
aumenta el flujo coronario
previene el déficit de vitamina
E, previene el déficit de
glucógeno H
estreñimiento de vejez
hemostática

TRATAMIENTO DEL SÍNDROME PREMENSTRUAL

Angélica Sinensis Trabajos Experimentales

calores de la menopausia
alteraciones emocionales de la menopausia
antiinflamatorio
disminuye la permeabilidad vascular
lumbalgia
mialgia crónica
enuresis
glomerulonefritis crónica
arteriosclerosis cerebral
aortitis constrictiva
status asmaticus
asma bronquial
pancitopenia
púrpura trombocitopénico
hipertiroidismo

cavernitis fibrótica del pene
espasmo digital arterial
hernia inguinal
varicosidades espermáticas
colon irritable
periodontitis
debilidad de las cuerdas vocales
reconstituyente
hemenagoga, debilidad general
cefalea
fatiga
dolor en el pecho
cólico
estreñimiento
paresia, forunculosis
impétigo

SÍNTESIS DE FITOTERAPIA PARA EL SÍNDROME PREMENSTRUAL

VITEX AGNUS CASTUS	SAUZGATILLO
ANGELICA SINENSIS	DANGUI, DANG QUAI
OENOTHERA BIENIS	ONAGRA
URTICA DIOICA	ORTIGA MAYOR
ARCTIUM LAPPA	BARDANA
RUBUS IDAEUS	FRAMBUESERO
SCUTELLARIA LATERIFOLIA	? (S.GENICULATA) TERCIANARIA
VALERIANA OFFICINALIS	VALERIANA
PSORALEA CORYLIFOLIA	? (P. BITUMINOSA) HIGUERUELA
KAWA KAWA	
LITHOSPERMUM OFFICINALIS	MIJO DE SOL
MELISSA OFFICINALIS	MELISA
ORIGANUM MAJORANA	MAJORANA
ROSMARINUS OFFICINALIS	ROMERO
TYMUS VULGARIS	TOMILLO
BORRAGO OFFICINALIS	BORRAJA
VERBENA OFFICINALIS	VERBENA
ALCHEMILLA VULGARIS	PIE DE LEÓN
SMILAX ASPERA	ZARZAPARRILLA
TYMUS SERPOL	TOMILLO SERPOL
ANCHUSA OFFICINALIS	(A.AZUREA) LENGUA DE BUEY
SYMPHYTUM OFFICINALE	CONSUELDA
PLANTAS CON FITOESTROGENOS: PSORALEA CORYLIFOLIA 50 VECES MÁS RICA EN GENISTEÍNA QUE LA SOJA	OJO UTILIZACION DISCUTIDA
SOJA, TOFU, CACAHUETE, JUDÍAS NEGRAS, JUDÍAS LIMA	OJO UTILIZACION DISCUTIDA

DIAGNÓSTICO DIFERENCIAL Y TRATAMIENTO DEL SÍNDROME PREMENSTRUAL EN ACUPUNTURA



DIAGNÓSTICO DIFERENCIAL Y TRATAMIENTO DEL SÍNDROME PRE-MENSTRUAL EN ACUPUNTURA

CORRELACIÓN ENTRE LOS SÍNDROMES CHINOS Y LOS TIPOS DE SPM DESCRITOS EN MEDICINA OCCIDENTAL

SÍNDROMES CHINOS	TIPOS DE SÍNDROME PREMENSTRUAL OCCIDENTALES				
VACÍO DE QI DEL HÍGADO	A	C	H	D	
ESTANCAMIENTO DEL QI DE HÍGADO	A			D	ACNÉ, DIS
FUEGO DEL HÍGADO	A				
VACÍO RIÑÓN YANG		C			DIS
VACÍO RIÑÓN YIN		C	H		DIS
VACÍO QI BAZO		C			DIS
VACÍO YANG BAZO		C	H		DIS
ESTASIS EN TR INFERIOR			H		
VACÍO CORAZÓN				D	
CALOR SANGRE					ACNÉ
TIPOS DE SPM DESCRITOS ANTERIORMENTE (DIS= DISMENORREA)					

Síntomas ginecológicos:**(Reglas):**

Escasas	1	
Irregulares	1	
Leucorrea fluida		2
blanca		2
clara		2

Síntomas psíquicos:

Colera	1	
Irritabilidad	1	
Agresividad		3
Suspiros frecuentes	1	
Cefalea	1	3
Migraña		3
Globus histericus	1	
Opresión torácica	1	
Inquietud	1	
Nerviosismo	1	3
Depresión	1	3
Apatía mental		2
Astenia		2
Insomnio	1	3
Somnolencia		2

Hinchazón y dolor:

Cuello	1	
Senos	1	3
Sensibilidad mamaria extrema	1	2
Flancos	1	
Hipocondrio	1	
Bajo vientre	1	2
Abombamiento	1	3

Masas:

En bajo vientre (móviles)	1	
En el pecho	1	

Dolor:

No fijo	1	
(+) Bajo vientre		2
Senos	1	2
Con frío		2

(Estimulado por):

Calor	1	
Presión	1	

(Inhibido por):

Calor		2
Presión		2

Síntomas digestivos**y metabólicos:**

Aumento del apetito	1	
Náuseas	1	3
Vómitos	1	3
Sensación de plenitud en abdomen	1	
Heces pastosas		2
Crisis hepáticas		3
Delgadez	1	
Anorexia		2
Aumento de peso		2
Obesidad		2
Retención de líquidos		3
Edema m.i.		3

Varios:

Oliguria		2
Patología ocular	1	
Patología muscular	1	
Patología vascular	1	

Lengua:

Pálida	1	2
Azulada	1	
Tierna		2
Saburra blanca	1	
fina	1	
deslizante		2

Pulso:

En cuerda	1	
Tenso	1	
Lento		2
Débil		2
Profundo		2
Blando		2

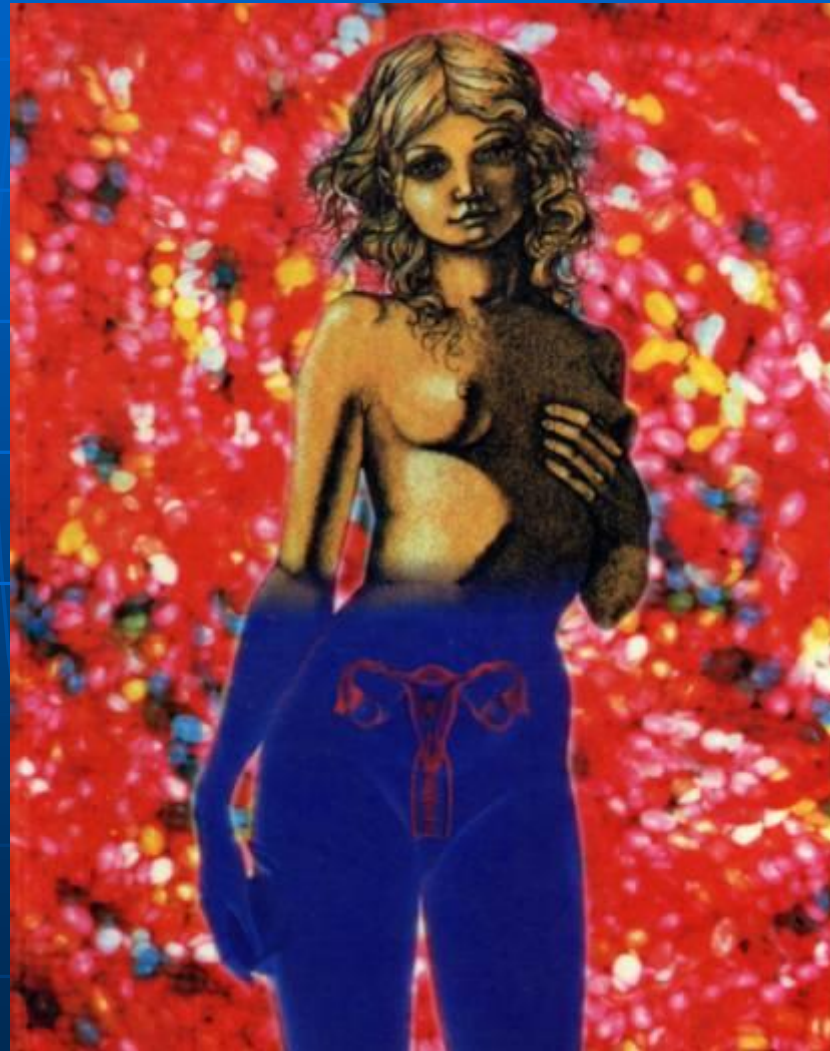
**DIAGNOSTICO DIFERENCIAL
DE LOS CUADROS CLINICOS
FUNDAMENTALES DEL
SINDROME PREMENSTRUAL**

1. Estasis de Qi de Hígado
2. Vacío de Yang de Bazo
3. Estasis de Yin y escape de Yang

CUADRO DE SÍNDROMES / AUTORES Y PUNTOS INDICADOS 1

AUT/SIND PUNTOS	4	2	1	5	9	7	6	22	23
2H	4a,h	2a			9b		6a,b		
3H	4d		1	5		7a	6f		
8H	4b						6f		
13H	4e							22b	
14H	4a,f		1				6b		
12E								22b	
13E								22b	
17E		2d							
18E							6b		
25E								22b	
28E		2a1,c					6a		
29E	4a	2b1	1	5d	9c		6c,f		
34E							6b		
36E	4a,f,g		1	5a		7a,b	6c	22b	
37E								22b	
41E	4a								
42E	4d								
43E		2c1							
49E					9c				
49E					9c				
17V			1						
18V							6f		
15V							6c		
20V	4b,e,g			5a			6d,c		
22V	4g			5a					
23V	4b,c,e,g						6d,f		
31-34V								22a	
51V		2d							
2B	4b								
3B	4d						6e		
4B	4a,c							22b	23
5B				5e					
6B	4a,c,g	2a1,c		5	9b,c	7a,b,c	6a,c,d,e,f	22b	
7B					9c		6c		
8B		2a			9b				
9B				5b		7b			
10B	4a		1						
14B		2d							
21B								22b	
6MC	4c	2a		5	9b	7a,c	6a		23
7MC							6b		

Ejemplos de estudios clínicos con acupuntura en el SPM



Meta - análisis

Evaluación de los efectos terapéuticos clínicos y la seguridad del tratamiento con acupuntura para el síndrome premenstrual.

Metodología:

Búsqueda en las bases de datos chinas e inglesas.

Resultados:

8 **estudios controlados** involucrando a 807 mujeres.

7 estudios mostraron efectos terapéuticos de la acupuntura eran superiores a otros métodos (medicación occidental o plantas chinas).

Evaluation of clinical therapeutic effects and safety of acupuncture treatment for premenstrual syndrome. [Artículo en chino] Yu JN, Liu BY, Liu ZS, Robinson V. Guang'anmen Hospital, China Academy of TCM, Beijing 100053, China.

El efecto terapéutico clínico de la inyección en puntos combinada con acupuntura corporal para el síndrome de tensión premenstrual.

Metodología:

Estudio controlado

102 casos divididos aleatoriamente en 2 grupos

1- inyección en puntos de acupuntura más acupuntura corporal.

2- grupo de medicación diazepam y orynazol (control).

Resultados:

Tasa de efectividad total 92,6% 75,0% en el grupo de control ($p < 0.05$).

Clinical therapeutic effect of point-injection combined with body acupuncture on premenstrual tension syndrome [Artículo en chino] Xu IZ. Hospital Affiliated to Medical College of Nanjing University, Jiangsu China.

El efecto terapéutico clínico de la inyección en puntos combinada con acupuntura corporal para el síndrome premenstrual de tensión

Inyecciones de Huangqi (*Astragalus membranaceus*) en:

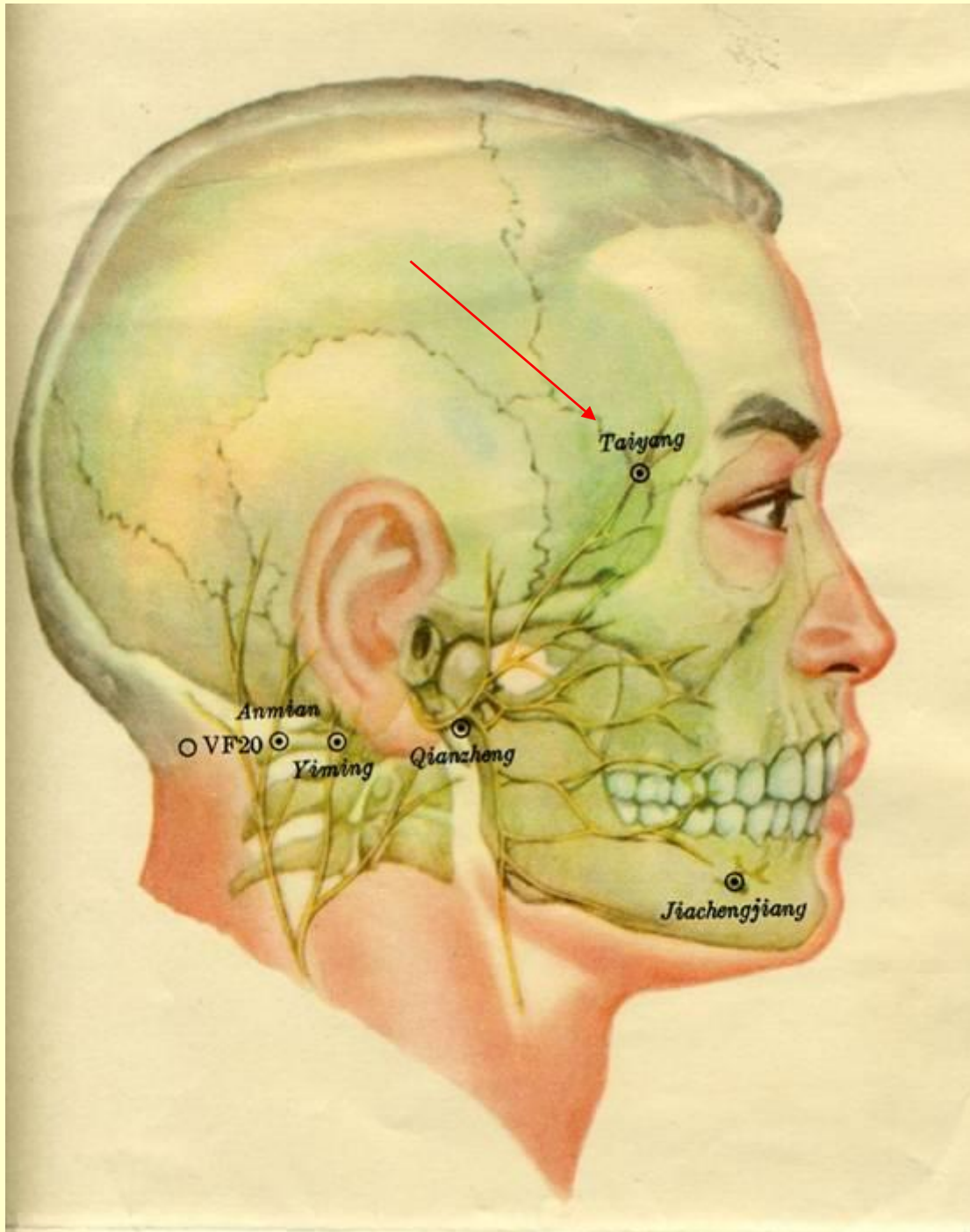
- Zusanli (E 36)
- Sanyinjiao (B 6)

Acupuntura en:

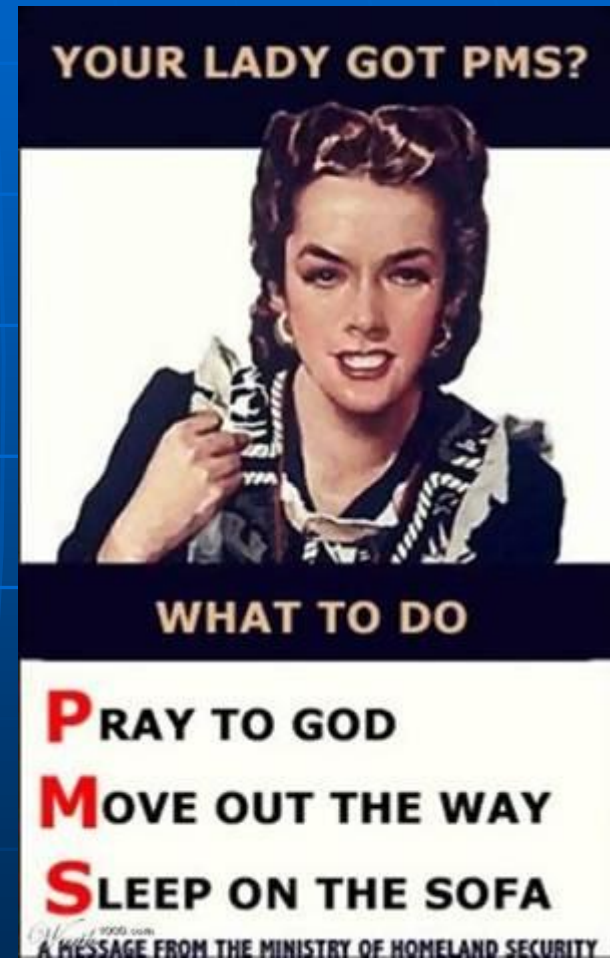
- Hegu (IG 4)
- Taichong (H 3)
- Guanyuan (Ren 4)
- Qihai (Ren 6)
- Taiyang (Extra PC 2)
- Fengchi (VB 20)



Clinical therapeutic effect of point-injection combined with body acupuncture on premenstrual tension syndrome [Artículo en chino] Xu TZ. Hospital Affiliated to Medical College of Nanjing University, Jiangsu China.



Cambiar la actitud individual y del los demás





¿Tiene ventajas el síndrome premenstrual?

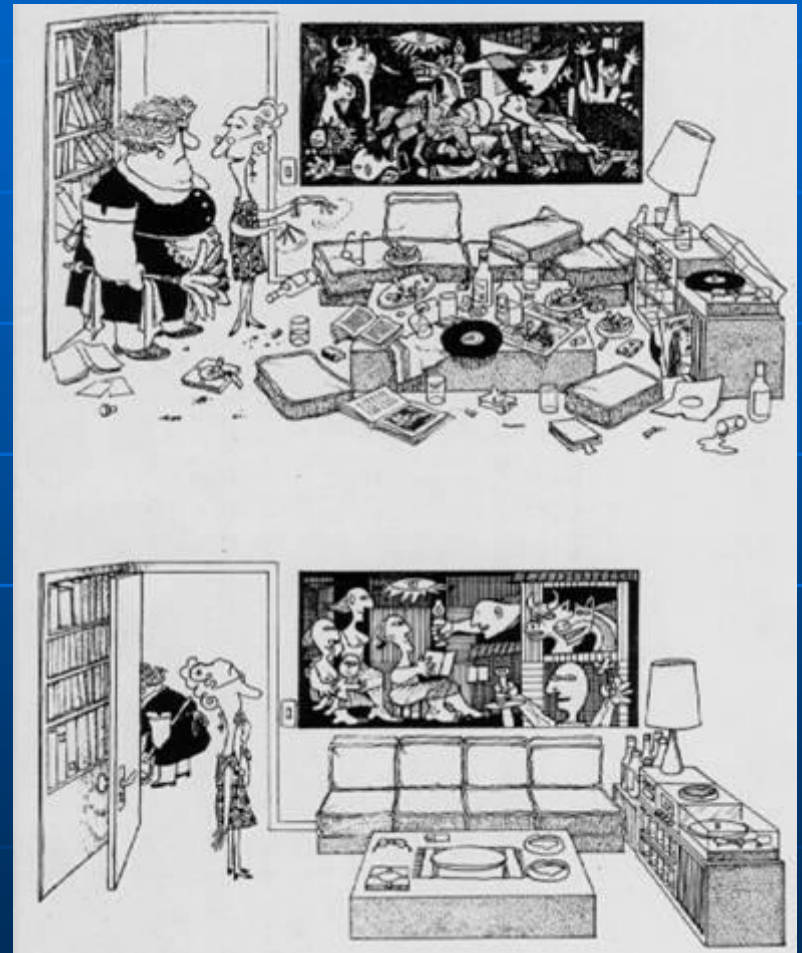


Si los cambios se reconocen y se aceptan

También se describen sensaciones positivas:

- Bienestar
- Sentimientos de intimidad
- Aumento de la creatividad
- Aumento de la actividad
- Aumento de la libido

Lambrum.



Si los cambios se reconocen y se aceptan

Es una ocasión de enfrentarse con regiones de la personalidad ocultas, reprimidas...

Con "la sombra" (según la terminología de Jung)

Mills



SPM en otras culturas

El SPM puede ser una fuente de transformación.

En algunas culturas como la de los indios norteamericanos este periodo es considerado como una fuente de crecimiento personal, tanto por parte de la mujer como de la comunidad.

J. Mills

“Es el momento de recibir”

