

Síndrome destruidora

27/07/2009
Correio Braziliense

A tensão pré-menstrual engloba pelo menos 130 manifestações clínicas e, muitas vezes, atinge duramente a vida social e afetiva das mulheres e dos homens, mostra estudo da Unicamp

Fadiga, dores de cabeça e nas mamas, insônia, cólicas, inchaço nos pés e nas mãos, irritabilidade, desânimo, ansiedade e depressão são apenas alguns dos sintomas da tensão pré-menstrual. O desconforto, a popular TPM, dura de três a sete dias por mês e atinge milhares de mulheres sem distinção de cor, raça ou classe social. Embora menosprezado e satirizado, o problema é classificado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como síndrome, pois engloba um conjunto de pelo menos 130 manifestações clínicas.

Ainda que não sinta fisicamente as mazelas decorrentes da TPM, o universo masculino é sempre afetado pelo distúrbio. O primeiro estudo brasileiro a avaliar o que eles pensam a respeito do transtorno revela que pais, irmãos, namorados, amigos e colegas de trabalho das mulheres que convivem com a tensão pré-menstrual percebem e até são capazes de identificar a situação, mas nem sempre entendem o que acontece física e psicologicamente, e quase nunca sabem como ajudar as vítimas dessa época sombria do ciclo menstrual.

A pesquisa, realizada pela Universidade Estadual de Campinas (Unicamp), ouviu 1,5 mil pessoas de ambos os sexos em sete cidades de médio e grande porte do Brasil. Os dados apontam que 80% das mulheres brasileiras têm ou já tiveram TPM e traz informações surpreendentes. Segundo o ginecologista e professor que coordenou o trabalho, Carlos Petta, as próprias mulheres sentem dificuldade em compreender o que se passa com elas. A TPM é um problema sério que interfere na vida afetiva, social e profissional de muitas pessoas. O mal precisa ser identificado e tratado. Ao contrário do que muitos pensam, não é frescura nem pretexto para justificar descontrole emocional, mas sim, resultado da grande oscilação hormonal que ocorre na segunda metade do ciclo menstrual, explica o médico. Muitas pacientes se sentem constrangidas por sofrerem os danos físicos e emocionais da síndrome e postergam o pedido de socorro aos profissionais da saúde, lamenta Petta.

Aceitação difícil

A diarista Evelyn Cristina Bento Batista, 29 anos, geralmente fica de cama durante a TPM desde a adolescência, mas demorou a aceitar que seu organismo estava externando as mudanças que se passavam em seu interior. Sinto uma enxaqueca terrível, dores nas costas e nas pernas. Chego a desmaiar, não consigo trabalhar e já perdi emprego por conta desse suplício. Minha avó e minha mãe sofreram o mesmo. Fico muito irritada e chorosa. É claro que sempre sobra para o meu marido. Já senti vontade de enforcá-lo. Só então vi que precisava de ajuda médica, confessa ela.

O auxiliar administrativo Erivelton Batista, 31 anos, marido de Evelyn, confirma que não é fácil conviver com a mulher nos dias em que a TPM transforma a vida da família. Somos casados há 10 anos, mas somente há cinco percebi que o sofrimento da minha esposa é relacionado às oscilações hormonais dessa fase do ciclo menstrual. Procuo manter a calma, mas me sinto impotente diante da angústia e das dores dela. Admito que, por diversas vezes, pensei em abandonar tudo e sumir do mapa, relata Batista.

Responsável pela análise qualitativa da pesquisa da Unicamp, a psicóloga Maria Yolanda Makuch observou que os homens não sabem a quem recorrer quando desejam entender e conversar sobre o assunto. Eles estão intrigados e preocupados com a TPM, mas não conseguem trocar ideias sobre o mal. Nas rodas masculinas, o problema é motivo de piada. Com as mulheres, não se pode tocar no assunto, pois elas relutam em aceitar a TPM. Em geral, as companheiras, irmãs ou amigas não gostam de ser lembradas que são vítimas da síndrome, pondera a pesquisadora. É importante que saibam, contudo, que o diálogo e a busca por informações são armas para aprender a lidar com o mal-estar físico e emocional. Estar aberta a conversas é um bom caminho para enfrentar o problema, garante Makuch.

A paciência também é uma aliada. Com os nervos à flor da pele e as alterações drásticas de humor, as mulheres desencadeiam brigas, têm crises de choro e acessos de fúria, em casos mais graves da síndrome. A ginecologista Rosaly Rulli enfatiza que o organismo feminino é extremamente complexo. Todas as mulheres têm TPM. Para algumas, os sintomas são leves ou moderados.

Para cerca de 5% delas, entretanto, é preciso tratamento multidisciplinar. Psicólogos e fisioterapeutas podem ajudar a enfrentar as manifestações mais intensas da tensão pré-menstrual e o ginecologista deve estar atento, disposto a ouvir a paciente para orientar e prescrever os medicamentos indicados a cada caso, sugere a especialista.