



EL DOLOR PSÍQUICO. IMPLICACIONES PSÍQUICAS EN EL DOLOR MENSTRUAL

Manuel Menassa de Lucia

Psicoanalista Psicólogo

clinica@grupocero.info

RESUMEN

En general, se acepta la dismenorrea o dolor menstrual como algo consustancial a la menstruación, sin embargo, cabría preguntarse porqué una función fisiológica ha de cursar con dolor. Además, la amplia variabilidad entre unas mujeres y otras en cuanto a la expresión del dolor en relación a la menstruación, hace pensar en la existencia de factores psíquicos. Desde el psicoanálisis podríamos pensar que la menstruación dolorosa es vivida como una mutilación, como una herida que sangra, por eso es dolorosa.

EL DOLOR PSÍQUICO. IMPLICACIONES PSÍQUICAS EN EL DOLOR MENSTRUAL

Comenzamos este trabajo, acercándonos a la problemática de los procesos psicossomáticos acaecidos en el ciclo menstrual de la mujer comenzando por un breve recorrido histórico de la concepción y los retos a los que se ha enfrentado la mujer a lo largo de nuestra historia reciente de la civilización occidental. Pensamos que es importante plantear en qué posición de la historia actual se encuentra la mujer, es necesario para comprender la complejidad del tema tratado y de la hipótesis planteada a lo largo del presente estudio, a saber, la implicación psíquica en la etiología y el mantenimiento de los trastornos asociados a la menstruación.

En el estudio del origen de la familia realizado por Engels, nos muestra a través de Marx la hipótesis de que la primera contradicción existente en los humanos fue hombre-mujer. Nos advierte, además, que el vencedor de esta primera contradicción desde muy pronto fue el hombre. Al escrutar la historia, no es difícil encontrar en el modo de relación aspectos importantes que ratifican la afirmación de Marx. Por ejemplo, el significado de familia para muchas civilizaciones se asemejaba al concepto de esclavitud, los integrantes de la familia (mujer, hijos y esclavos) pertenecían al cabeza de familia que podía disponer tanto de su libertad como de su propia vida.

En nuestra civilización occidental judeocristiana, no es hasta el concilio de Trento donde la mujer adquiere el "alma", hasta entonces la mujer no podía hablar directamente con dios sino que lo hacía a través del hombre.

Algunos siglos más tarde, a mediados del XVIII, comenzó en Gran Bretaña la revolución industrial, desplazó a la mujer de la casa y de la familia (al niño también). Como tantos otros espejismos, en una época donde el capitalismo era salvaje, donde los obreros morían literalmente abrazados a su máquina en jornadas interminables de más de 12 horas de lunes a domingo, la mujer entra en la fábrica en calidad de obrera pero aquello no significaría ninguna libertad. La mujer quedará condenada al trabajo deshumanizado de la fábrica. Las primeras mujeres, en su mayoría, tenían una función maternal, de cuidado, ya que muchos de los trabajos que realizaban las mujeres se encargaban de que el hombre pudiera seguir trabajando.

Casi a la par, la revolución francesa también produjo nuevos derechos y deberes para la mujer. No sólo con su lema fraternidad, legalidad e igualdad se dio cabida a un hombre y una mujer diferentes (no en el mismo grado), también la aceptación del niño en la sociedad, donde ya no eran hombres y mujeres pequeños sino niños, se comienza la reestructuración del niño de la fábrica a la escuela. Todavía, hasta el mismo Rousseau quién fue uno de los responsables del concepto moderno de niño, atribuía a las mujeres cierto grado de inferioridad sobre los hombres y la imposibilidad de funciones intelectuales. Así que es evidente que la mujer se vio doblemente exigida, a través de la fábrica y a través del llamado de la familia.

En esta época, comienza a tomar fuerza una de las contradicciones más abundantes para la mujer en nuestra época actual, los niños abandonan las fábricas y la mujer cae en una dialéctica donde maternidad y progreso (trabajo) estarán en contradicción. Como apuntamos anteriormente, además de trabajar en lo social, tendrá que cuidar y criar a sus hijos y eso no va a ser una empresa fácil, conciliar esas dos funciones tan importantes para la especie y para la sociedad como lo son la maternidad y el trabajo.

EL DOLOR PSÍQUICO. IMPLICACIONES PSÍQUICAS EN EL DOLOR MENSTRUAL

En la primera y segunda guerra mundial, la mujer se incorpora no solo al campo de batalla como ocupando puestos de enfermera en su mayor parte sino que integrará también puestos de poder y culturalmente masculinos tanto dentro de la resistencia como dentro de la fábrica. Hasta ciertos estereotipos femeninos fueron derribados en esta época donde la mujer se tuvo que remangar las manos y levantar con su sudor los países donde la guerra se instaló. En la moda, el uso de pantalones y uniformes de trabajo que unos años atrás hubiera sido impensable o los cortes de pelo bien cortos. Para terminar con este recorrido histórico quiero apuntar un dato conocido que demuestra la estrecha relación e implicación de los procesos psíquicos en los procesos biológicos relacionados con la procreación, durante la segunda guerra mundial, al inicio de esta, cuando todavía las mujeres encerradas en guetos no padecían de anemia pero sí de angustia, la mayor parte de las mujeres sufrió de amenorreas.

En el inicio del siglo XXI podemos constatar un aumento en la clínica con respecto a la mujer sobre las dificultades que tiene para ejercer la función de la maternidad. Además de las neurosis comunes, los conflictos psicósomáticos en ella asociados a las funciones de la maternidad han sufrido un aumento de casos entre las mujeres "modernas".

Sabemos por el psicoanálisis, por el estudio sociológico y por la experiencia directa que las funciones de lo "femenino" y "masculino" como bien apunta Freud son dos conceptos de contenido incierto.

Para el psicoanálisis cada persona tiene cuatro sexos, a saber, padre, madre, hombre, mujer. Así cada humano tiene que representar simbólicamente esas cuatro funciones, algún tipo de conflicto con esos "lugares" humanos, de esos lugares significantes para la psique humana producirá ciertos estados patológicos.

En pueblos primitivos nos es fácil encontrar como las concepciones de lo femenino y masculino no coinciden con el sexo anatómico. Actualmente en nuestra sociedad, observamos como las respuestas a la pregunta que es un hombre o que es una mujer se va transformando. Pero no hemos de olvidar que el ser humano pasa en su desarrollo ontológico por los mismos caminos que nuestros primitivos debieron de pasar.

En la época actual, nos encontramos con una mujer trabajadora, que realiza grandes logros en lo social pero que a diferencia de sus madres y abuelas padecen una mayor cantidad de inhibiciones y contradicciones con la función madre y una mayor alteración psicósomática de las funciones fisiológicas adscritas a la función de la procreación.

Podríamos definir a la mujer actual, como aquella que todo lo puede o por lo menos es lo que se le exige socialmente y lo que no pocas mujeres a su vez se exigen. Gran parte de los trastornos relacionados con la menstruación y la maternidad y el cuidado de sus hijos tendrá que ver con la elaboración de esta exigencia, en muchos casos de madres primerizas o madres las cuales han ocupado un lugar importante en su sociedad es muy frecuente observar como el miedo a ser una buena madre, o una madre "perfecta" y "sin falla", en este tipo de situaciones mucho más comunes de lo pensado, el médico o el psicoanalista ha de "autorizar" a esa madre a amar a su hijo.

EL DOLOR PSÍQUICO. IMPLICACIONES PSÍQUICAS EN EL DOLOR MENSTRUAL

Esta mujer parece que quiere dar nuevos sentidos a su vida, ya no sólo sueña con ser princesa sino astronauta, médico o ingeniero. La maternidad a un nivel consciente no es tan importante, no está tan ligada a sus vidas y a su sentido como en el pasado pero sabemos que inconscientemente persiste.

El reto de la mujer actual es tolerar llevar a cabo una vida laboral, otra maternal, otra amorosa y otra sexual, llevar a cabo no es necesariamente realizar todas las exigencias, se trataría de que no las viviera como exigencias, se trataría más bien de la manera en que cada mujer tiene que aceptar o renunciar a estos aspectos inherentes a la condición humana contemporánea.

Si observamos las exigencias sociales que recaen en la mujer, sabremos que el camino no es fácil, desde elegir la "vida anterior" ligada únicamente a la maternidad o sin embargo elegir otro tipo de vida como una carrera laboral. Actualmente, hace muchos años que la mujer no tiene que decidir exclusivamente ser madre y trabajadora, pero no por ello, los obstáculos tanto sociales como psíquicos no son pocos.

En la experiencia clínica, observamos que a pesar de que muchas mujeres han decidido no tener hijos a través de una decisión consciente, en ciertos periodos de sus vidas se hace patente que inconscientemente ese deseo de embarazo sigue pulsando en un sentido contrario. Estos conflictos pueden acentuarse u observarse de una forma más intensa y clara en la menarquia, entre las mujeres entre 35 y 45 años, una edad crítica para quedar embarazadas o en el periodo del climaterio con la llegada de la menopausia.

Inclusive en las situaciones donde la mujer momentáneamente utilice medios anticonceptivos y conscientemente no se preocupe ni durante el coito o después de realizarlo de las posibles consecuencias, siempre existe la posibilidad de que la fantasía inconsciente de embarazo este presente y produzca una afectación emocional u orgánica o de ambos tipos.

Las alteraciones y dolores que no están asociados a etiologías orgánicas con respecto a la menarquia, la menstruación y la menopausia tienen relación con los conflictos psíquicos asociados a la feminidad, a su aceptación o a su rechazo.

Evidentemente, no significan que la mujer no haya podido conciliar todas estas vicisitudes que planteamos sobre la maternidad, el camino que sigue la mujer actual es la de sublimar sus instintos maternos, así podemos decir que psíquicamente ser o no madre no es condición de felicidad ni de infelicidad, en efecto, es de mayor importancia la tolerancia subjetiva de la maternidad libre de conflictos, en cualquier caso libre de su propia feminidad.

Tampoco la mujer que contrae matrimonio y se dedica al cuidado y a la crianza de sus hijos, está exenta de elaborar su propia feminidad y de elaborar las cuestiones psíquicas que se relacionan con las funciones biológicas de la procreación.

En la mujer existe una estrecha relación entre las funciones biológicas y el psiquismo. Desde la menarquia hasta la menopausia, casi toda una vida. Es más, biológicamente, la totalidad de los ovocitos de una mujer existen ya en la etapa intrauterina. El cuerpo enfrenta al sujeto constantemente con las verdades humanas: la sexualidad, la diferencia sexual, la feminidad, la mortalidad, la maternidad.

EL DOLOR PSÍQUICO. IMPLICACIONES PSÍQUICAS EN EL DOLOR MENSTRUAL

Esta relación entre psiquismo y ciclo menstrual se observa en muchos casos, desde la joven activa sexualmente, ya sea o no muy prolija en la utilización de métodos anticonceptivos, que mes a mes espera la menstruación con una carga de angustia considerable por la posibilidad de embarazo (en la clínica observamos como en casos donde el conflicto es mayor, la angustia y las ideas de embarazo se suceden a pesar inclusive de que la sujeto no haya realizado el acto sexual).

Para algunas mujeres la semana que precede a la menstruación es muy tensionante, conlleva síntomas emocionales acompañados con molestias físicas. Es el "síndrome de tensión premenstrual", o "desorden disfórico premenstrual", descrito como una enfermedad incapacitante y crónica que suele aparecer a mediados de la tercera década de la vida.

Factores de riesgo:

- antecedentes familiares de síndrome de tensión premenstrual
- el comienzo de síntomas durante la pubertad
- antecedentes de cambios de estado de ánimo inducidos por anticonceptivos hormonales
- antecedentes de depresión post- parto
- antecedentes de depresión clínica no relacionada con reproducción
- Síntomas Físicos Síntomas Emocionales
- Sensibilidad en los pechos - Cambios de ánimo y depresión
- Sensación de estar hinchada - Irritabilidad
- Hinchazón de la cara, abdomen, dedos - Llanto o sentimiento de "estar al borde"
- Aumento de peso - Cansancio, fatiga o letargo
- Dolor de cabeza - Tensión o inquietud
- Alteración del apetito - Torpeza/ mala coordinación
- Acné u otras erupciones - Dificultad para concentrarse
- Estreñimiento o diarrea - Alteración del interés sexual
- Rigidez muscular o articular - Trastornos del sueño
- Rinitis -Antojos de comida
- Dolor abdominal/ espasmos - Agresión
- Exacerbación de epilepsia, migraña, asma - Pérdida de dominio de sí misma
- Dolores generales, especialmente de espaldas

El DSM-IV plantea que los síntomas transitorios que conllevan no deben considerarse un trastorno mental. Debe diferenciarse de la exacerbación premenstrual de un trastorno mental, y las mujeres que padecen una enfermedad médica pueden experimentar síntomas de disforia y fatiga que se incrementan durante el período menstrual.

El síndrome de tensión premenstrual fue descrito por Frank en 1931. En él describió ciertas características experimentadas por muchas mujeres en los días previos a la menstruación y está

EL DOLOR PSÍQUICO. IMPLICACIONES PSÍQUICAS EN EL DOLOR MENSTRUAL

constituido por un grupo heterogéneo de 7 pacientes. Algunos investigadores sugieren que este síndrome afecta al 25 por ciento de las mujeres que tienen el ciclo menstrual. Es un cuadro generalmente leve en la mayoría de las mujeres, y en menor proporción, los síntomas que presenta requieren una consulta médica o psicoanalítica.

Si la menstruación duele, deprime, altera las emociones, produce agresividad podemos pensar que existe algún tipo de conflicto psíquico que altera la función normal del organismo.

Normalmente, es asumido por la sociedad que la menstruación tiene que doler, pero esto no tiene por qué ser así. Es curioso, que a pesar de que muchas mujeres padecen de dolores fuertes durante el ciclo menstrual, tardan en consultar a su médico.

El dolor es un límite del cuerpo, es una precisa alarma de que hay problemas en el organismo. Orgánicamente no tiene sentido que una función fisiológica duela pero en la menstruación muchas de las veces no ocurre así.

El sentimiento de culpa inconsciente estaría asociado a los procesos dolorosos y relacionados con el síndrome premenstrual. La culpa en nuestra sociedad Cristiana está encallada hasta el tuétano en lo social, la biblia nos advierte, "parirás con dolor" y entre otras cosas, asocia la menstruación con la impureza. Pero además otra culpa inconsciente relacionada con la masturbación infantil podrá ser parte de la base del conflicto psíquico.

La biblia dice: *Levítico 15:19 Cuando la mujer tuviere flujo de sangre, y su flujo fuere en su cuerpo, siete días estará apartada; y cualquiera que la tocare será inmundo hasta la noche.*

Levítico 15:24 Si alguno durmiere con ella, y su menstuo fuere sobre él, será inmundo por siete días; y toda cama sobre que durmiere, será inmunda. Y la mujer, cuando siguiere el flujo de su sangre por muchos días fuera del tiempo de su costumbre, o cuando tuviere flujo de sangre más de su costumbre, todo el tiempo de su flujo será inmunda como en los días de su costumbre.

Hay frases que todavía se escuchan sobre el periodo, "estoy mala", o prohibiciones como la de no hacer mayonesa, o cuando la mujer hace algo irracional para el hombre, rápidamente decimos: "esta con la regla". También puede llegar a adquirir ciertas satisfacciones secundarias, la "enfermedad" exime al sujeto de realizar las actividades que le corresponda hacer, ya sea laboral social o afectiva.

En cada menstruación la mujer habrá de elaborar ciertas cuestiones, como la idea de maternidad, la diferencia sexual anatómica y sus consecuencias psíquicas, también estará en juego la procreación. El acontecimiento del sangrado que se produce en la menstruación se asocia a la idea de la pérdida, de herida, inconscientemente es como si nos dijéramos: "otro mes que no he logrado embarazarme". Este proceso inconsciente, en cual la mujer no tiene conocimiento consciente puede producir una serie de síntomas relacionados con el síndrome premenstrual, con la dismenorrea, amenorrea, etc. Síntomas como la tristeza o depresión, la irascibilidad e irritabilidad y el dolor.

Otras de los conflictos que aparecen en el sangrado menstrual sería el recuerdo de la diferencia sexual. Esta doble pérdida, que tiene que ver con el dolor de la pérdida de lo que nunca se tuvo. Es como si cada mes se le recordara a la mujer su condición de ser mortal venido de padre y madre y por ello mortal, condenado a la palabra, además le recuerda la diferencia anatómica con el varón y se

EL DOLOR PSÍQUICO. IMPLICACIONES PSÍQUICAS EN EL DOLOR MENSTRUAL

enfrentará nuevamente con su sexualidad, con su femineidad.

Como hemos planteado, la mujer no ha de pasar forzosamente antes o después de la menstruación por un estado de ira, ni de depresión, ni por un estado de irracionalidad o irresponsabilidad, ni que forzosamente la hemorragia vaya acompañada de dolor. Otra evidencia de que esta clase de dolencias relacionadas con la menstruación han de tener una etiología psíquica es el hecho de la curación de la sintomatología en el tratamiento psicoanalítico de mujeres que padecían estos síntomas relacionados con los trastornos de la menstruación.

BIBLIOGRAFÍA

Freud, Sigmund. Tres ensayos de teoría sexual. Obras completas(1931) Biblioteca nueva

Freud, Sigmund. Sobre la sexualidad femenina. Obras completas(1933) Biblioteca nueva

Freud, Sigmund. Totem y tabu. Obras completas(1913)Biblioteca nueva

Freud, Sigmund. Conferencia 33. La femineidad. Obras completas.Biblioteca nueva

DSM IV. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales.(1995)Biblioteca nueva
Ed.Masson.

Miguel Oscar *Menassa*. *FREUD y LACAN -Habladlos 4-*. LA HISTERIA Y EL PROYECTO. Ed. Grupo Cero
Langer, Marie (1960) "Maternidad y sexo". Ed. Paidós