

HIJAS DE LA LUNA

La menstruación

**¿La menstruación puede
ser dolorosa?**

La menstruación

¿La menstruación puede ser dolorosa?

Algunas mujeres no sienten dolor, otras mujeres pueden sentir un dolor ligero en el abdomen o en la espalda y otras pueden tener mucho dolor y necesitar algún medicamento para quitar los dolores. En la mayoría de los casos, estos dolores se llaman “cólicos” y es el movimiento del útero al empujar la sangre hacia el exterior.

Algunas mujeres pueden sufrir calambres abdominales, náuseas, fatiga, sensación de desmayo, dolores de cabeza, dolor de espalda, malestar en general... También pueden experimentar cambios emocionales y psicológicos (por ejemplo, mayor sentimiento de tristeza, irritabilidad o enfado) a consecuencia de las hormonas. Esto varía en función de la persona y puede cambiar con el paso del tiempo.