

OS IMPACTOS DOS SINTOMAS DO CICLO MENSTRUAL NO DESEMPENHO ACADÊMICO DAS ESTUDANTES DE MEDICINA DE UM CENTRO UNIVERSITÁRIO DO RECIFE

Introdução: O ciclo menstrual provoca alterações hormonais que geram sintomas físicos, emocionais e cognitivos, capazes de afetar o cotidiano das mulheres. Em estudantes de medicina, expostas à carga acadêmica elevada, sintomas como cólicas, fadiga, irritabilidade e dificuldade de concentração podem prejudicar o desempenho, a frequência e a qualidade de vida dessas estudantes, tornando-se uma questão relevante de saúde estudantil.

Objetivos: Analisar a relação entre sintomas do ciclo menstrual e o desempenho acadêmico, considerando as fases do ciclo (folicular e lútea), descrever a autopercepção das estudantes e estimular o debate sobre saúde menstrual no ambiente universitário.

Método: Estudo quantitativo, descritivo e de campo, com 120 alunas de um centro universitário de medicina da cidade do Recife (1º ao 12º período). Utilizou-se: (a) questionário sobre o ciclo, sintomas e desempenho acadêmico; (b) questionário social e de estilo de vida (sono, atividade física e alimentação). A coleta foi presencial e online (Google Forms). Os dados foram organizados em planilhas, convertidos em gráficos/tabelas e submetidos à análise estatística descritiva.

Aspectos éticos: O estudo envolveu riscos mínimos, restritos à confidencialidade das informações. Todas as participantes assinaram o TCLE e tiveram sua identidade preservada. O projeto foi submetido a Comitê de Ética em Pesquisa sob CAAE nº 88628325.3.0000.0408, conforme Resolução CNS nº 466/12.

Resultados: 85% das participantes relataram queda no rendimento durante a fase lútea, principalmente por fadiga (72%), irritabilidade (65%) e dificuldade de concentração (58%). Nessa fase, também foram referidos 15% de casos de insônia e redução da disposição para a prática de atividades físicas. Além disso, 41% relataram faltas/atrasos em atividades acadêmicas devido a sintomas menstruais. Fluxo intenso e cefaleia também foram associados a uma autopercepção de queda de rendimento acadêmico. A fase folicular foi associada a melhor desempenho percebido, enquanto a lútea concentrou os maiores prejuízos.

Conclusões: As oscilações hormonais do ciclo menstrual impactam significativamente o desempenho acadêmico de estudantes de Medicina, o que evidencia a importância de discutir a saúde menstrual no meio estudantil. Defende-se a adoção de políticas institucionais que promovam acolhimento, equidade e ações como educação, flexibilização de atividades, apoio psicológico, incentivo ao autocuidado e à pesquisa sobre o tema.