

O TRANSTORNO DISFÓRICO PRÉ-MENSTRUAL (TDPM) E SEUS IMPACTOS NA QUALIDADE DE VIDA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Larissa Ferreira Oliveira¹
Maria Helena de Oliveira Silva²

INTRODUÇÃO: O transtorno disfórico pré-menstrual (TDPM) é um transtorno de humor que afeta cerca de 2% a 5% das mulheres em idade reprodutiva com sintomas físicos, emocionais, cognitivos e comportamentais que surgem na fase lútea e melhoram após o início da menstruação (Hoppe *et al.*, 2025). Diferencia-se da tensão pré-menstrual (TPM) pela intensidade e gravidade dos sintomas, o que afeta potencialmente a qualidade de vida de mulheres no âmbito psicológico e social. Apesar de apresentar características comuns, como sensibilização mamária, alterações do sono, fadiga e mudanças no apetite, o TDPM apresenta comprometimento significativamente maior (Liguori; Saraiello; Calella, 2023). Sua etiologia ainda não é totalmente compreendida, mas fatores genéticos, hormonais, ambientais e socioculturais podem estar envolvidos (Portes *et al.*, 2024).

OBJETIVOS: Discutir os principais sintomas do TDPM e os seus impactos na qualidade de vida da mulher, destacando a importância do conhecimento sobre essa condição para o planejamento de intervenções eficazes. **METODOLOGIA:** Revisão narrativa da literatura, que permite descrição ampla do tema (Cavalcante; Oliveira, 2020). Foram utilizadas as bases LILACS e Pubmed, com artigos em inglês e português publicados nos últimos 15 anos. Os descritores aplicados foram "premenstrual dysphoric disorder" AND "quality of life" e "transtorno disfórico pré-menstrual" OR "TDPM", resultando em 1014 artigos, dos quais foram selecionados 7 artigos pertinentes aos objetivos do trabalho. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** A literatura evidencia que o TDPM possui etiologia multifatorial, envolvendo fatores genéticos e ambientais, hormonais e culturais (Portes *et al.*, 2024). O transtorno se distingue da TPM pela presença de sintomas psicológicos mais acentuados, como irritabilidade, humor deprimido, sensibilidade à rejeição, sentimento de culpa/inutilidade, ideação suicida e disfunção cognitiva (Hodgetts; Kinghorn, 2025). Quanto maior a gravidade dos sintomas, maior o impacto negativo na qualidade de

¹Graduanda em Psicologia pela Faculdade Princesa do Oeste. E-mail: larissa.ferreira@alu.fpo.edu.br;

²Fisioterapeuta. Mestre em Saúde da Mulher e da Criança pela Universidade Federal do Ceará. Docente da Faculdade Princesa do Oeste. E-mail: maria.helena@fpo.edu.br

vida da mulher (Câmara, 2016). O DSM V-TR destaca os sintomas afetivos como centrais no diagnóstico (APA, 2023). Evidenciam-se prejuízos emocionais, acadêmicos, profissionais e interpessoais, indicando interferência significativa na vida das mulheres (Hodgetts; Kinghorn, 2025; Liguori; Saraiello; Calella, 2023; Pekçetin *et al.*, 2022). Compreender o TDPM se mostra fundamental tanto para busca de intervenções adequadas quanto para a psicoeducação da mulher e de sua rede de apoio **CONCLUSÃO:** O transtorno disfórico pré-menstrual apresenta sintomas mais intensos em comparação àqueles observados na TPM, com repercussões relevantes na qualidade de vida da mulher, em diferentes áreas. Reconhecer e compreender essa condição contribui para estratégias de intervenção e psicoeducação mais assertivas, favorecendo bem-estar e funcionalidade no cotidiano.

Palavras-chave: Qualidade de vida. Saúde da mulher. Sintomas psicológicos. Transtorno disfórico pré-menstrual. TPM.

Referências:

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5-TR. 5.ed., texto revisado. Porto Alegre: Artmed, 2023.

CÂMARA, Rachel De Aquino. **Validação da versão em português brasileiro da ferramenta de triagem de sintomas pré-menstruais e associação entre sintomas disfóricos pré-menstruais, temperamentos afetivos e qualidade de vida em uma amostra de mulheres brasileiras.** 2016. Dissertação (Mestrado em Ciências Médicas) - Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2016.

CAVALCANTE, Lívia Teixeira Canuto; OLIVEIRA, Adélia Augusta Souto De. Métodos de revisão bibliográfica nos estudos científicos. **Psicologia em Revista**, v. 26, n. 1, p. 83-102, 13 abr. 2020.

HODGETTS, Sophie; KINGHORN, Aaron. Examining the impact of premenstrual dysphoric disorder (PMDD) on life and relationship quality: An online cross-sectional survey study. **PLOS ONE**, v. 20, n. 4, p. 1-17, 23 abr. 2025.

HOPPE, Johanna M. *et al.* Emotion regulation-based internet-delivered cognitive behavioural therapy for premenstrual dysphoric disorder: study protocol for a randomised controlled trial in Sweden. **BMJ Open**, v. 15, n. 1, p. 1-14, jan. 2025.

LIGUORI, Fabrizio; SARAIELLO, Emma; CALELLA, Patrizia. Premenstrual Syndrome and Premenstrual Dysphoric Disorder's Impact on Quality of Life, and the Role of Physical Activity. **Medicina**, v. 59, n. 11, p. 1-9, 20 nov. 2023.

PEKÇETIN, Serkan *et al.* Perceived occupational competence and value among university students with premenstrual dysphoric disorder. **British Journal of Occupational Therapy**, v. 85, n. 5, p. 327–331, maio 2022.

PORTES, Bianca Ruiz *et al.* Percepção do transtorno disfórico pré-menstrual entre universitários de medicina de Curitiba/PR. **Medicina (Ribeirão Preto)**, v. 57, n. 1, p.1-11, out. 2024.