

## **Resumen Dismenorrea jcm-13-06262**

### **Tratamiento TTNS para Mujeres con Dismenorrea**

**Objetivo** La dismenorrea primaria (DP) es una de las principales causas de dolor pélvico crónico en mujeres. El estudio evaluó la **eficacia de la estimulación transcutánea del nervio tibial (TTNS)** para mejorar la calidad de vida, el sueño y la percepción general de la salud de las participantes, en comparación con un grupo de control de mujeres con dismenorrea, a corto, medio y largo plazo.

**Resultados** Se observó una **mejora estadísticamente significativa** en el grupo experimental tanto en los componentes de salud física como mental después de 12 semanas de intervención, en comparación con el grupo de control, persistiendo seis meses después de la intervención. El estudio concluyó que la TTNS parece ser una estrategia segura y efectiva para **mejorar la calidad de vida y la salud general** en mujeres con DP, lo que podría reducir la dependencia de tratamientos farmacológicos o métodos más invasivos.

**Participantes e Investigadores** De las 61 participantes inicialmente aleatorizadas (31 en el grupo experimental y 30 en el grupo de control), 55 completaron el estudio y fueron incluidas en el análisis final.

Los investigadores fueron: Marta Correyero-León, Departamento de Enfermería, Universidad de Valladolid, Valladolid, España; Javier Calvo-Rodrigo, Hospital Central de la Defensa Gómez Ulla, Madrid, España; Jorge Juan Alvarado-Omenat, FisiSport Salamanca, Salamanca, España; Rocío Llamas-Ramos, Departamento de Enfermería y Fisioterapia, Universidad de Salamanca; e Inés Llamas-Ramos, Instituto de Investigación Biomédica de Salamanca y Hospital Universitario de Salamanca.

**Métodos** Se realizó un ensayo clínico controlado, simple ciego, con participantes asignadas aleatoriamente a un grupo experimental (que recibió TTNS) o a un grupo de control (que recibió TTNS simulada). Ambos grupos se sometieron a 12 sesiones semanales de 30 minutos utilizando el dispositivo de electroestimulación **NeuroTrac PelviTone (Verity Medical)**. Los resultados relacionados con la calidad de vida, la deficiencia del sueño y la mejora general se evaluaron en tres momentos: **corto plazo** (post-tratamiento), **medio plazo** (uno a tres meses) y **largo plazo** (seis meses).

El resumen completo se puede encontrar en  
<https://www.mdpi.com/2077-0383/13/20/6262>.