

¿Es eficaz el calor local para el dolor menstrual?

Mensajes clave

- La aplicación de calor local **podría ser eficaz para aliviar de forma moderada el dolor menstrual**, pero con los datos actuales es difícil establecer su relevancia clínica.
- La aplicación de calor local en forma de parche de calor o almohadilla térmica eléctrica ha mostrado en algunos estudios un **alivio del dolor menstrual similar o ligeramente superior al uso de paracetamol**, pero la confianza que merecen estos resultados es muy limitada.
- Se han reportado **efectos adversos con la aplicación de calor local mediante bolsas de agua caliente** (quemaduras de primer grado y picazón de la piel).
- Se necesita **más investigación y de mejor calidad** para conocer mejor los efectos del calor para el alivio del dolor menstrual.

