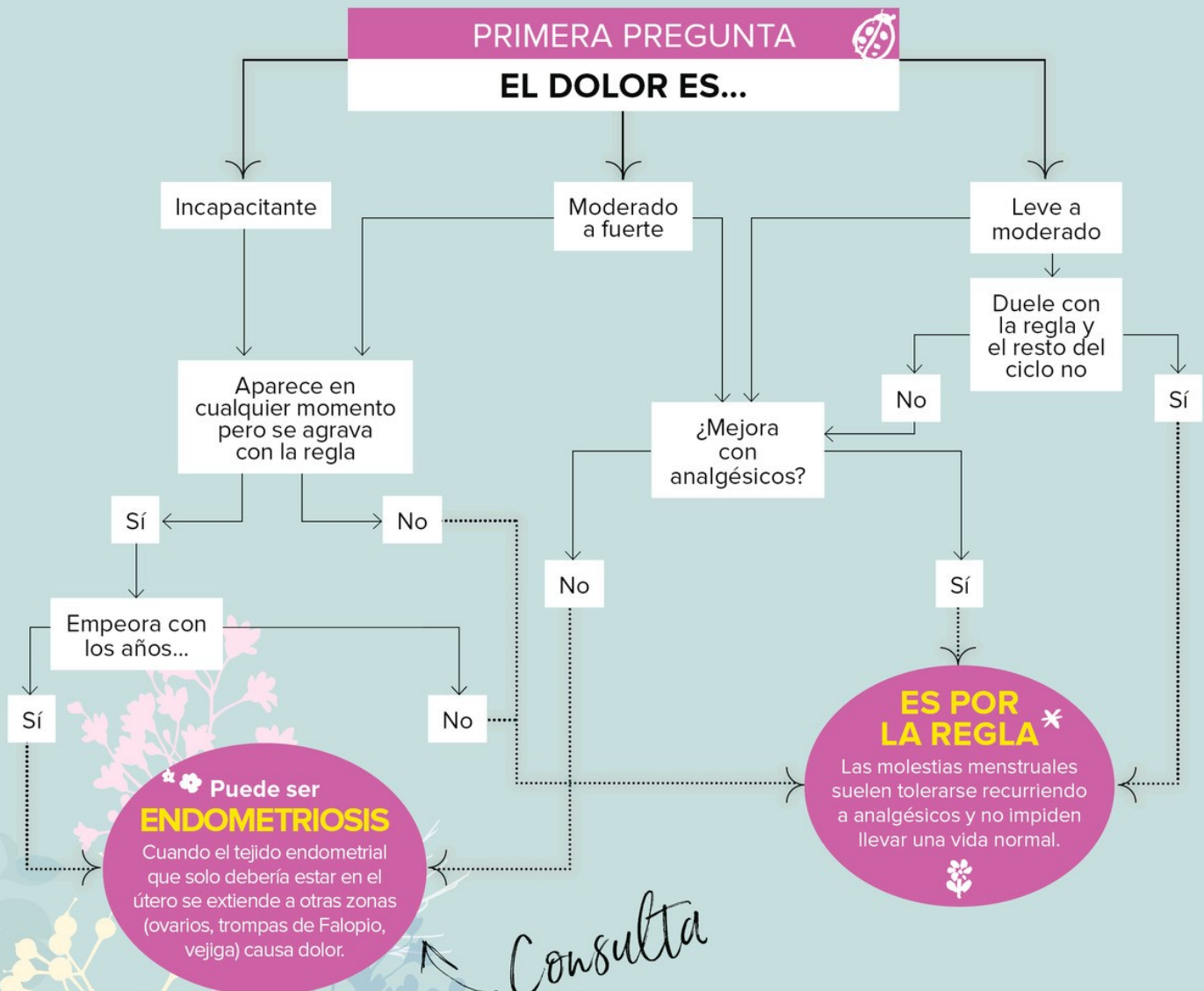




La primera pregunta

¿ME DUELE POR LA REGLA O ES ENDOMETRIOSIS?

Damos por sentado que es normal que nos duela la regla, pero no es así. Y menos cuando este dolor es muy intenso o se da en otras fases del ciclo. En estos casos puede esconder una endometriosis.





5 CLAVES PARA SABER SI SUFRES ENDOMETRIOSIS Y QUÉ HACER

No es culpa de la regla

Puedes distinguir entre endometriosis y regla dolorosa si el dolor...

- **Va más allá del sangrado.** Cuando se sufre endometriosis, el dolor puede aparecer días antes del sangrado y acentuarse durante este. También puede sentirse dolor en otros momentos del ciclo, como durante la ovulación.
- **Los ciclos son siempre dolorosos.** Si es endometriosis, la intensidad del dolor es cada mes igual y empeora con la edad. Puede impedir llevar una vida normal.
- **Los analgésicos no ayudan.** O no lo hacen si no son muy fuertes y en dosis altas.
- **Sangrado muy abundante.** Es otro de los síntomas que pueden ayudar a identificarla.

Otros síntomas que la delatan

Aunque un 20% de mujeres con endometriosis no presenta síntomas, la mayoría, además de dolor, tiene otras molestias.

- **Dolor y calambres.** Se puede sentir dolor pélvico, lumbar o calambres en las piernas por la endometriosis.
- **Molestias gastrointestinales.** Como gases, hinchazón, estreñimiento, diarrea...
- **Problemas en el baño.** Puede ser doloroso orinar o defecar y también puede haber sangre en la orina o las heces, o provocar una mayor incidencia de infecciones urinarias.
- **Sexo doloroso.** La penetración o el orgasmo pueden ser dolorosos y haber un poco de sangrado tras el coito.

¿Problemas para ser madre?

Hay mujeres que descubren que sufren endometriosis al intentar concebir, y es que esta dolencia puede dificultar la concepción.

- **Inflamación abdominal.** Puede dificultar que óvulo y espermatozoide se encuentren.
- **Adherencias.** Si el tejido endometrial se extiende a las trompas de Falopio puede dificultar su funcionamiento.
- **Problemas ováricos.** Si afecta al ovario puede interferir en la ovulación y en la producción de hormonas sexuales.
- **Técnicas de reproducción asistida.** Si la endometriosis provoca infertilidad, se puede recurrir a las técnicas de reproducción asistida para facilitar el embarazo.

Cómo se diagnostica

Además de la exploración ginecológica, el médico puede recurrir a...

- **Ecografía.** Suele ser vaginal y busca identificar aquellos quistes típicos de la dolencia.
- **Resonancia magnética.** Permite estudiar zonas no accesibles para la ecografía.
- **Laparoscopia.** Es una técnica quirúrgica que, con una pequeña incisión y una cámara, permite explorar el abdomen.
- **Unidad multidisciplinar.** Lo mejor es acudir a un centro que cuente con especialistas en diversas áreas que trabajen en coordinación, y que puedan ofrecer un diagnóstico temprano, cirugía de alto nivel y técnicas de reproducción asistida.

Cómo se trata

Hay distintas intervenciones según la gravedad.

- **Analgésicos.** No tratan, solo alivian el dolor. Pueden ser antiinflamatorios como el ibuprofeno, antiprostaglandínicos, o derivados de la morfina, como la codeína.
- **Tratamiento hormonal.** Pueden administrarse anticonceptivos orales; gestágenos, que acortan o eliminan la regla; o fármacos que impidan la producción de hormonas femeninas.
- **Cirugía.** Hay distintas técnicas, como el láser y otras tecnologías electroquirúrgicas, pero el Hospital Universitario Dexeus acaba de implementar PlasmaJet, menos agresiva y más precisa, que favorece la preservación de la función ovárica.

