

HIJAS DE LA LUNA

Salud menstrual

**Alteraciones menstruales:
Endometriosis**

Salud menstrual

Alteraciones menstruales: Endometriosis

La endometriosis es una enfermedad crónica que consiste en la aparición y crecimiento del tejido endometrial en otras localizaciones fuera del útero. Este crecimiento anormal ocurre sobre todo en la cavidad pélvica y en los órganos de esta cavidad.

Principalmente este tejido endometrial puede aparecer en los ovarios de la mujer, en las trompas de Falopio o incluso en lugares del intestino. Al estar en zonas donde no debe de estar produce síntomas muy diversos, el más característico es el dolor pélvico. Además se pueden producir los siguientes síntomas:

- **Dolor pélvico**, abdominal y en la parte baja de la espalda, generalmente asociado a la menstruación.
- **Dismenorrea**: dolor en la menstruación. Suele ser un dolor incapacitante, acompañado de vómitos, mareos... Este dolor está presente en todos los días del sangrado incluso en otros del ciclo menstrual.

- **Dispareunia:** dolor durante o después de las relaciones sexuales, localizados tanto en la parte externa de la vagina como en la interna. Se produce durante la penetración debido a las lesiones localizadas en la pelvis.
- **Disuria/Disquecia:** dolor y sangrado al orinar o defecar, sobre todo si hay estreñimiento.

POSIBLES CAUSAS DE LA ENDOMETRIOSIS

Por el momento son desconocidas, aunque se sospecha que puedan afectar las siguientes causas:

- La predisposición genética.
- Alteraciones endocrinas.
- Sistema inmunitario débil.
- Toxinas ambientales.
- La microbiota
- El estrés
- La mala calidad del sueño
- Una dieta poco saludable...

Además...

- **La menstruación retrógrada:** Que existe cuando el endometrio no es eliminado por completo durante la menstruación y algunos pedazos fluyen hasta las trompas de falopio, lo que hace que puedan depositarse en órganos pélvicos.
- **El trasplante vascular:** Es posible que algunos fragmentos de endometrio viajen por los vasos sanguíneos o linfáticos e implanten en zonas distantes.

FACTORES DE RIESGO

Existen algunos factores de riesgo que pueden favorecer la aparición de la endometriosis en las mujeres, aunque no siempre es así. Algunos de estos factores de riesgo son:

- Que nuestra madre haya padecido endometriosis y sea herencia.
- Aparición de una menstruación temprana.

- Tener ciclos menstruales cortos, es decir, tener la regla con más frecuencia.
- Sangrado abundante y de larga duración.

¿CÓMO SE DIAGNOSTICA LA ENDOMETRIOSIS?

- **Exámen pélvico:** El primer síntoma es dolor muy agudo en las menstruaciones, por lo que desde la consulta ginecológica harán un examen pélvico.
- **Ecografía transvaginal:** Puede detectar quistes o masas de tejido.
- **Analítica de sangre:** Aunque no hay ninguna prueba específica que determine la endometriosis.
- **Resonancia magnética:** Cuando no esté claro el diagnóstico tras haber hecho lo anterior.

IMPORTANTE: Si en algún momento presentas alguno de estos síntomas, acude a tu ginecóloga o ginecólogo para que puedan hacerte una revisión.