

Endometriosis

La endometriosis es una enfermedad ginecológica crónica que afecta a millones de mujeres en edad reproductiva. Aunque puede pasar desapercibida durante años, sus síntomas pueden impactar significativamente la calidad de vida, las actividades diarias y la fertilidad. Se produce cuando un tejido similar al endometrio, que normalmente recubre el interior del útero, crece fuera de este órgano. Esta situación genera inflamación, dolor y, en algunos casos, complicaciones que requieren tratamiento especializado. Detectar la enfermedad de forma temprana puede ayudar a controlar los síntomas y evitar su progresión.

¿Qué es la endometriosis?

La **endometriosis** es una **enfermedad inflamatoria crónica** en la que tejido similar al endometrio se desarrolla fuera del útero. Estas células pueden implantarse en diferentes órganos y tejidos de la pelvis, respondiendo a los cambios hormonales del ciclo menstrual.

Las zonas más afectadas suelen ser los ovarios, las trompas de Falopio, el peritoneo pélvico, los ligamentos uterinos, la vejiga, el intestino y el recto.

Con el paso del tiempo, estas lesiones pueden provocar inflamación persistente, formación de **quistes**, adherencias y cicatrices que generan dolor y alteran el funcionamiento normal de los órganos afectados.

La endometriosis no es un cáncer, pero sí una enfermedad que requiere seguimiento médico debido a sus posibles complicaciones.

¿Qué causa la endometriosis?

Actualmente no existe una causa única confirmada que explique la aparición de la endometriosis. Sin embargo, los especialistas consideran que pueden intervenir diversos factores.

- **Menstruación retrógrada:** Es una de las teorías más aceptadas. Ocurre cuando parte del flujo menstrual regresa a través de las trompas de Falopio hacia la cavidad pélvica.
- **Factores genéticos:** Las mujeres con antecedentes familiares de endometriosis presentan un mayor riesgo de desarrollar la enfermedad.
- **Alteraciones inmunológicas:** Algunos estudios sugieren que ciertas alteraciones del sistema inmunológico podrían favorecer la implantación del tejido endometrial fuera del útero.
- **Factores hormonales:** Los estrógenos desempeñan un papel importante en el crecimiento y mantenimiento de las lesiones endometrióticas.

- **Factores ambientales:** Aunque siguen en estudio, algunos factores ambientales podrían influir en el desarrollo de la enfermedad.

Tipos de endometriosis

La endometriosis puede clasificarse según la profundidad y localización de las lesiones.

- **Endometriosis superficial o peritoneal:** Es la forma más frecuente. Se caracteriza por pequeñas lesiones localizadas sobre la superficie del peritoneo.
- **Endometriosis ovárica:** Afecta a los ovarios y puede formar quistes conocidos como endometriomas o **quistes de chocolate**.
- **Endometriosis profunda:** Es la forma más severa. Las lesiones penetran profundamente en los tejidos y pueden afectar al intestino, la vejiga, los uréteres o a los ligamentos uterinos.
- **Endometriosis extrapelviana:** Ocurre cuando el tejido endometrial aparece fuera de la pelvis, aunque es poco frecuente.

Síntomas de la endometriosis

Los síntomas varían entre mujeres y no siempre guardan relación con la gravedad de la enfermedad.

Los signos más frecuentes incluyen:

- **Dolor:** Menstrual intenso, pélvico crónico, durante o después de las **relaciones sexuales**, al evacuar durante el periodo menstrual, al orinar y/o lumbar durante la **menstruación**.
- **Sangrado:** Menstruación abundante e irregulares.
- Distensión abdominal.
- Fatiga constante.
- Molestias digestivas.
- Infertilidad o dificultad para lograr un embarazo.

Muchas mujeres normalizan estos síntomas, lo que puede retrasar el diagnóstico durante años.

Diagnóstico de la endometriosis

El diagnóstico puede resultar **complejo** debido a que los síntomas son similares a los de otras **enfermedades ginecológicas** y digestivas.

Las pruebas más utilizadas son:

- **Exploración ginecológica:** Permite detectar sensibilidad, nódulos o alteraciones pélvicas.
- **Ultrasonido transvaginal:** Es una de las herramientas más utilizadas para identificar endometriomas y lesiones profundas.
- **Resonancia magnética:** Ayuda a evaluar la extensión de la enfermedad y planificar el tratamiento.
- **Laparoscopia:** Es el procedimiento más preciso para confirmar el diagnóstico. Permite visualizar directamente las lesiones y, en muchos casos, tratarlas durante la misma intervención.

Tratamiento de la endometriosis

El tratamiento dependerá de la edad de la paciente, la intensidad de los síntomas, el deseo de embarazo y el estadio de la enfermedad.

- **Analgésicos y antiinflamatorios:** Ayudan a controlar el dolor y mejorar la calidad de vida.
- **Tratamientos hormonales:** Buscan reducir la actividad hormonal que favorece el crecimiento de las lesiones.
- **Cirugía:** Se recomienda cuando existe dolor severo, quistes importantes o problemas de fertilidad. El objetivo es eliminar la mayor cantidad posible de tejido endometriótico preservando los órganos reproductivos.
- **Hábitos saludables:** La actividad física regular, una alimentación equilibrada y el manejo del estrés pueden complementar el tratamiento médico.

Prevención de la endometriosis

Actualmente no existe una forma comprobada de prevenir completamente la endometriosis. Sin embargo, algunas medidas pueden ayudar a disminuir el riesgo o retrasar su progresión.

- Mantener revisiones ginecológicas periódicas.
- Consultar al especialista ante dolores menstruales intensos.
- Mantener un peso saludable.
- Realizar actividad física regularmente.
- Seguir las recomendaciones médicas sobre **métodos anticonceptivos hormonales** cuando estén indicados.

El diagnóstico temprano sigue siendo una de las mejores herramientas para reducir complicaciones de la endometriosis.

Factores de riesgo de la endometriosis

Algunas condiciones pueden aumentar la probabilidad de desarrollar la enfermedad como pueden ser estar en edad reproductiva, tener antecedentes familiares de endometriosis, la menstruación temprana, ciclos menstruales cortos, sangrado menstrual abundante, no haber tenido embarazos, alteraciones hormonales y/o consumo de tabaco.

Preguntas frecuentes sobre la endometriosis

¿La endometriosis tiene cura?

Actualmente no existe una cura definitiva, pero los tratamientos permiten controlar los síntomas y mejorar la calidad de vida de muchas pacientes.

¿La endometriosis puede causar infertilidad?

Sí. Dependiendo de la localización y gravedad de las lesiones, la enfermedad puede dificultar el embarazo natural.

¿Puedo quedar embarazada si tengo endometriosis?

Sí. Muchas mujeres con endometriosis logran embarazarse de forma natural o mediante tratamientos de reproducción asistida.

Autor y colaboradores



Eva Sánchez Castro
Comunicadora Social, Autor

Comunicadora social y especialista en contenido de calidad para webs médicas con más de 10 años de experiencia. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 7 Agosto 2017 Actualización: 13 Julio 2026



Delia Sánchez Castro
Colaborador

Comunicadora social y periodista con más de 20 años de experiencia en periodismo y webs médicas especializadas. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 7 Agosto 2017 Actualización: 13 Julio 2026