

## Endometriosis

La endometriosis es una afección crónica que afecta a millones de mujeres en todo el mundo. Se produce cuando un tejido similar al endometrio, que es la mucosa que recubre el útero, crece fuera de él. Este tejido se renueva y se desprende con cada ciclo menstrual, pero al estar fuera de su lugar, puede causar inflamación, dolor intenso y otros problemas de salud. En este artículo te explicamos en detalle qué es, por qué ocurre, cuáles son sus síntomas y cómo se diagnostica y trata.

### ¿Qué es la endometriosis?

El útero está compuesto por varias capas. El **endometrio** es la capa más interna y tiene un papel crucial en el ciclo menstrual, ya que se prepara para albergar un óvulo fecundado. Cuando no hay **embarazo**, el endometrio se desintegra y se expulsa durante la **menstruación**.

La endometriosis ocurre cuando este tejido endometrial crece en otras zonas del cuerpo, como los ovarios, las trompas de Falopio o el peritoneo (la membrana que recubre la cavidad abdominal). Este crecimiento anómalo se comporta de manera similar al endometrio dentro del útero, es decir, sangra cada mes, pero este sangrado no tiene salida, lo que provoca **inflamación, dolor crónico** y la formación de **adherencias y quistes**.

Existen dos tipos principales de endometriosis, según la ubicación del tejido:

- **Endometriosis interna (adenomiosis):** Cuando el tejido endometrial crece dentro de la capa muscular de la pared del útero.
- **Endometriosis externa:** Cuando el tejido se encuentra fuera del útero, afectando a órganos cercanos.

### Causas de la endometriosis

Aunque la causa exacta de la endometriosis no se conoce del todo, existen varias teorías que explican su origen:

- **Menstruación retrógrada:** Es la teoría más aceptada. Consiste en el flujo menstrual que, en lugar de salir del cuerpo, se desplaza hacia atrás a través de las trompas de Falopio y se deposita en la cavidad pélvica, donde las células endometriales se implantan y crecen.
- **Transformación celular:** Las células del peritoneo o las células embrionarias podrían transformarse en células endometriales.
- **Transporte de células endometriales:** Las células podrían viajar a través del sistema linfático o sanguíneo a otras partes del cuerpo.

- **Trastorno del sistema inmunitario:** Un sistema inmunitario debilitado o con problemas podría no ser capaz de eliminar el tejido endometrial que crece fuera del útero.
- **Implantación en la cicatriz de una cirugía:** Después de una cesárea o una histerectomía, las células endometriales podrían adherirse a una cicatriz.

## Síntomas de la endometriosis

Los síntomas varían mucho y su intensidad no siempre se relaciona con el grado de la enfermedad. Algunas mujeres no tienen síntomas, mientras que otras pueden experimentar un dolor incapacitante. Los síntomas más comunes incluyen:

- **Dismenorrea:** Dolor menstrual muy intenso que no mejora con analgésicos comunes.
- **Dolor pélvico crónico:** Dolor en la zona pélvica fuera del ciclo menstrual.
- Dolor durante o después de las relaciones sexuales (dispareunia).
- Menstruaciones abundantes (menorragia) o sangrado entre períodos.
- **Dolor al orinar o al defecar**, especialmente durante la menstruación.
- Problemas de fertilidad.
- **Síntomas generales:** Fatiga, náuseas, vómitos, mareos.

En casos más graves, la endometriosis puede afectar a la vejiga o al intestino, causando síntomas urinarios o digestivos.

## Diagnóstico de la endometriosis

El diagnóstico de la endometriosis puede ser un proceso largo y complejo. Se realiza a través de varios pasos:

1. **Historia clínica y examen físico:** El ginecólogo evalúa los síntomas y realiza un examen pélvico para detectar anomalías.
2. **Ecografía vaginal:** Permite visualizar quistes de endometriosis (**endometriomas**) en los ovarios.
3. **Laparoscopia:** Es el método más preciso para confirmar el diagnóstico. Es una cirugía mínimamente invasiva en la que se introduce una pequeña cámara a través de una incisión para examinar los órganos pélvicos y, si es necesario, tomar una biopsia.

## Tratamiento de la endometriosis

El tratamiento de la endometriosis se enfoca en controlar el dolor, preservar la fertilidad y evitar la recurrencia de la enfermedad. Las opciones de tratamiento se adaptan a cada paciente y a la gravedad de sus síntomas:

- **Tratamiento hormonal:** Se utilizan anticonceptivos hormonales o terapias que suprimen la ovulación. Estos tratamientos suelen aliviar el dolor, pero los síntomas pueden reaparecer al suspenderlos.
- **Cirugía:** Es la opción más eficaz para la erradicación de la enfermedad en casos avanzados. Se realiza para extirpar los implantes endometriales, los quistes y las adherencias.
- **Manejo del dolor:** En algunos casos, se pueden usar analgésicos para controlar los síntomas.

**Importante:** Es fundamental consultar con un ginecólogo o un especialista en endometriosis para recibir un diagnóstico y un plan de tratamiento adecuados.

#### Autor y colaboradores



**Eva Sánchez**

Asesora en educación sexual y salud integral de la mujer, Autor  
Asesora en educación sexual y salud integral de la mujer, comunicadora social y periodista con más de 10 años de experiencia en periodismo y webs médicas especializadas. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 31 Enero 2019 Actualización: 17 Marzo 2026



**Delia Sánchez**

Comunicadora social, Colaborador  
Comunicadora social y periodista con más de 15 años de experiencia en periodismo y webs médicas especializadas. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 31 Enero 2019 Actualización: 17 Marzo 2026