

¿Todos los meses sientes dolores menstruales “que te matan”?

¿Cada mes faltas a la escuela, a tus actividades extracurriculares o al trabajo durante los días de tu período?

¿Has tenido que ir varias veces a la sala de emergencias por dolor pélvico sin un diagnóstico definido?

¿Alguien de tus familiares tiene dolores menstruales “de morirse” que le dificultan sus actividades cotidianas durante el período?

Si así es, es posible que tengas endometriosis.



La Endometriosis Foundation of America (EFA) se esmera por financiar investigaciones, concientizar sobre la enfermedad, educar al público general y a profesionales del cuidado de la salud, y por brindar ayuda a los pacientes. Nuestro Proyecto ENPOWR, con el lema “promover el alcance y el amplio reconocimiento de la endometriosis”, es un programa educativo que promueve la intervención temprana para la enfermedad en escuelas y organizaciones basadas en la comunidad. Si deseas que el Proyecto ENPOWR visite tu escuela, comunícate con nosotros.

PARA MÁS RECURSOS E INFORMACIÓN,
O PARA HACER UNA DONACIÓN Y
COLABORAR CON NUESTRAS INICIATIVAS,
VISITA NUESTRO SITIO WEB:
WWW.ENDOFOUND.ORG

 @ENDOFFOUND

 [FACEBOOK.COM/ENDOFFOUND](https://www.facebook.com/endofound)

 @ENDOFFOUND

LA ENDOMETRIOSIS FOUNDATION OF AMERICA ES UNA ORGANIZACIÓN SIN FINES DE LUCRO CON REGISTRO 501 (C)3.

ENDOMETRIOSIS FOUNDATION OF AMERICA
205 E 42ND ST, 20TH FLOOR
NEW YORK, NY 10017
646-854-3309

¿Qué es la endometriosis?

period
pain
cramp
doctor
empower
menstruation
hope
bleeding
severe
month
killer
surgery
diagnose
know
symptoms
recognition
help
stomach
overcome
scar
bedridden
tired
girl
advocate
disease
procedure
fighter
recognized
doctor
stomach
empower
menstruation
overcome
scar
hope
bleeding

¿Qué es la endometriosis?

La Endometriosis es una enfermedad que afecta el sistema reproductivo femenino de 1 de cada 10 niñas en los EE. UU. Las jóvenes experimentan síntomas en diferentes etapas, pero pueden comenzar con esta enfermedad tan pronto empiezan con el período menstrual. Las niñas cuyas madres o familiares cercanas presentan endometriosis tienen entre 5 y 7 veces más probabilidades de padecerla.

Durante un período menstrual normal, las paredes del útero (el endometrio) se desprenden. No obstante, cuando una mujer tiene endometriosis, tejido similar a este revestimiento se encuentra en áreas que no debería ser, por lo que crean lesiones. Estas lesiones se pueden encontrar en lugares como los intestinos, los ovarios, la vejiga y el recto y, durante la menstruación, crecen y se desprenden, ocasionando muchísimo dolor y espasmos.

Si no se la trata, la endometriosis tiende a empeorar con el tiempo y, lamentablemente, con frecuencia se la diagnostica mal debido a su amplia variedad de síntomas. De hecho, en los EE. UU., arribar a un diagnóstico lleva un promedio de 10 años. Esto significa que la mayoría de las niñas que presentan síntomas durante la adolescencia terminarán la escuela secundaria y los estudios superiores sin tener un diagnóstico certero.



¿Qué se siente cuando tienes endometriosis?

La endometriosis se puede percibir de diferentes maneras según el paciente, pero los síntomas comunes incluyen:

- Espasmos (calambres) que no se van con Tylenol o Advil
- Períodos prolongados (de más de una semana) y abundantes
- Dolor durante la actividad sexual
- Dolor en la parte inferior de la espalda y la parte superior de las piernas
- Dolores de cabeza
- Náuseas y/o vómitos durante el período menstrual
- Diarrea y/o constipación durante el período menstrual

La endometriosis también puede afectar a la fertilidad de la mujer, especialmente si no se la trata. Eso es algo que deberás hablar con tu médico cuando llegue el momento.

Estos síntomas pueden acarrear consecuencias negativas importantes en tu calidad de vida, pero esto no tiene por qué ser así. Es importante que hables con alguien si estás faltando a la escuela, a actividades deportivas o a otros compromisos sociales a causa de tu período. ¡Con el tratamiento temprano es posible una vida mejor!

¿Qué debo hacer si creo que tengo endometriosis?

Si crees que puedes tener endometriosis, es importante que recibas el diagnóstico lo antes posible. La endometriosis es una enfermedad altamente tratable y cuanto antes se detecte, mejor. Tal vez sientas vergüenza de hablar sobre algunos síntomas, pero puedes pedir ayuda y no tienes por qué sentirte avergonzada.

Existen muchas formas en las que puedes pedir ayuda:

- Empieza por buscar un médico. Deberás hablar con un ginecólogo para que te ayude a diagnosticar y tratar la endometriosis. Tal vez buscar un médico que sea mujer puede facilitarte las cosas en la cita, especialmente si es tu primera vez.
- Lleva un seguimiento de todos los síntomas que experimentes durante el mes en un calendario o en tu teléfono, y muéstraselos a tu médico en la cita.
- Asegúrate de explicarle de qué manera estos síntomas afectan a tu vida y, si sientes que tu médico no te presta atención, busca otro. ¡No temas pedir otra opinión!

La endometriosis es una enfermedad difícil pero, con el diagnóstico y el tratamiento tempranos, puede ser controlada con eficacia.

Para más información, visita www.endofound.org.