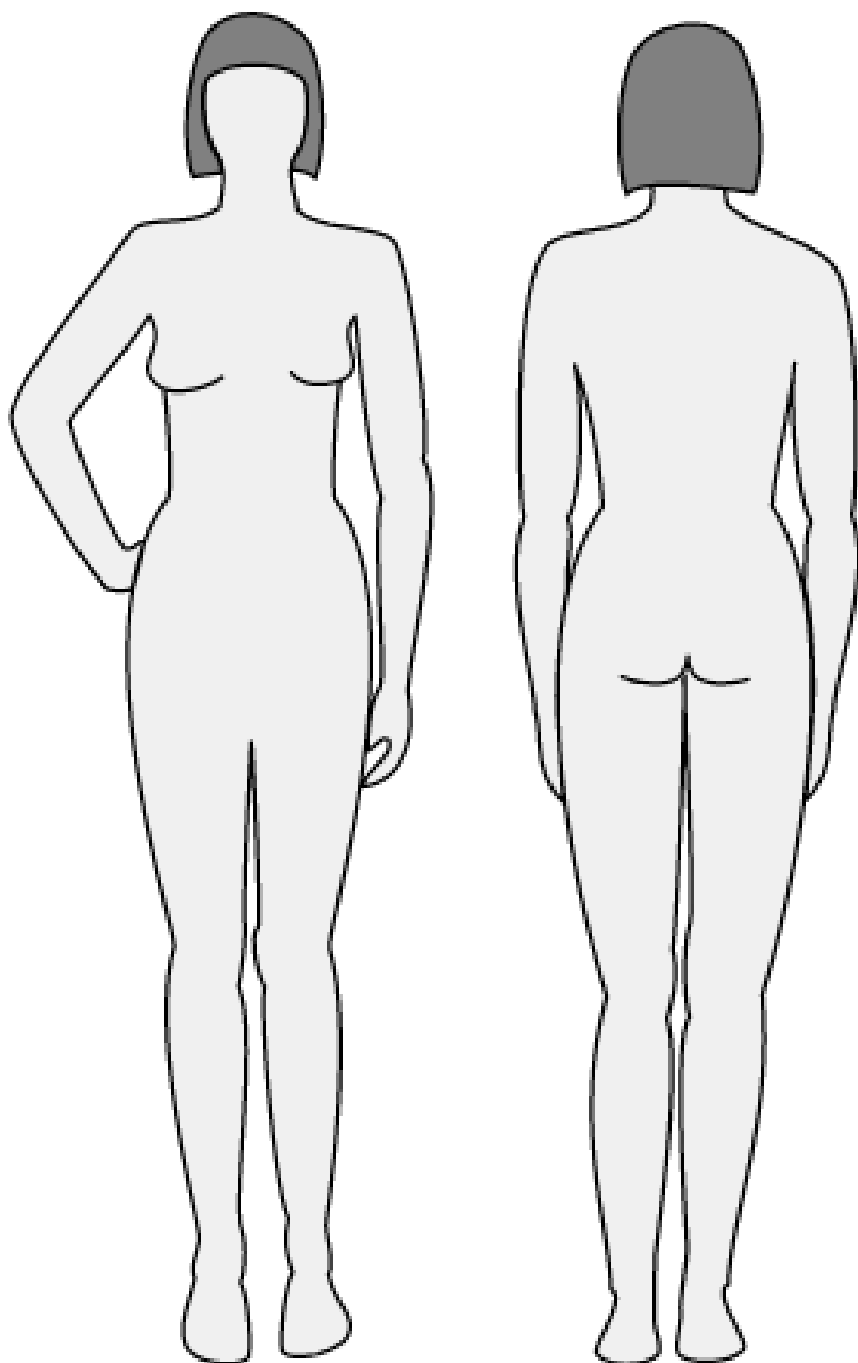


Registro personal del dolor

Durante los períodos muchas mujeres y adolescentes sufren dolores sordos y calambres. Sin embargo, una menstruación tan insoportable que impida seguir una rutina normal no es común. La manera que tiene el cuerpo de indicarnos que algo va mal es el dolor. Especificar la ubicación del dolor y su intensidad es una forma de comunicarse con su médico.



Instrucciones para mapear el dolor:

Indique con una **"D"** en las zonas que experimente **dolor durante la menstruación.**

Indique con una **"X"** en las zonas que experimente **dolor en cualquier otro momento del mes.**

Indique con una **"C"** en las zonas que experimente **dolor constante.**



Para acceder a más recursos e información sobre la endometriosis, visite nuestra página web.
www.endofound.org

 @endofound
 facebook.com/endofound

