

## Día Internacional de la Endometriosis: visibilizar una enfermedad que no puede seguir esperando

Cada año, el Día Internacional de la Endometriosis nos invita a detenernos y mirar una realidad que por demasiado tiempo ha permanecido en silencio. Miles de mujeres en Chile conviven con dolor crónico, diagnósticos tardíos y una profunda falta de comprensión frente a una enfermedad que afecta su vida física, emocional, social y reproductiva.

La endometriosis ocurre cuando un tejido similar al endometrio que normalmente recubre el interior del útero crece fuera de él, pudiendo afectar ovarios, trompas de Falopio, intestinos, vejiga e incluso otros órganos. Esta condición provoca inflamación crónica, dolor pélvico intenso, menstruaciones incapacitantes, fatiga, problemas digestivos y, en muchos casos, dificultades para lograr un embarazo.

Se estima que una de cada diez mujeres en edad reproductiva vive con endometriosis, lo que equivale a millones de mujeres en el mundo y a cientos de miles en Chile. Sin embargo, el diagnóstico puede tardar entre 7 y 10 años, debido a la falta de información, formación médica específica y políticas públicas que permitan detectarla a tiempo.

Este retraso no solo significa dolor prolongado. También implica pérdida de calidad de vida, dificultades laborales, afectación en la salud mental y, para muchas mujeres, el duro camino de la infertilidad.

Frente a esta realidad, di-

versas mujeres, organizaciones y profesionales de la salud hemos levantado la voz para que esta enfermedad deje de ser invisible. Como autora de un libro, activista del proyecto de ley de endometriosis en Chile, he tenido la oportunidad de participar activamente en la construcción de una iniciativa que busca reconocer esta enfermedad como un problema de salud pública y avanzar hacia políticas que permitan diagnóstico oportuno, acceso a tratamientos y una atención integral para quienes viven con esta condición.

Parte de esta búsqueda por visibilizar la enfermedad también ha sido a través de la escritura. En mi autobiografía "Entre luces y sombras: la fortaleza de una guerrera", comparto la experiencia personal de convivir con la endometriosis, los desafíos que implica y el camino de resiliencia que muchas mujeres recorremos. Este relato nace con el propósito de abrir una ventana de comprensión hacia un mundo muchas veces invisible, donde el dolor físico y emocional conviven con la esperanza, la lucha y la fortaleza.

Porque la endometriosis no es un dolor normal. Es una enfermedad compleja que requiere atención especializada, comprensión social y políticas de salud que respondan a su impacto real.

Hablar de endometriosis también es hablar de equidad en salud. Significa reconocer que las enfermedades que afectan principalmente a mujeres han sido histó-



Por Karina Gálvez Vargas.  
Escritora y Profesora Básica

ricamente subdiagnosticadas y poco investigadas. Significa también escuchar las historias de quienes han vivido años de incertidumbre antes de recibir un diagnóstico.

Hoy más que nunca necesitamos avanzar hacia una mayor conciencia social, educación y acción política. La visibilización es el primer paso, pero el verdadero cambio llegará cuando ninguna mujer tenga que esperar años para entender qué ocurre en su propio cuerpo.

La endometriosis existe, duele y transforma vidas. En este Día Internacional de la Endometriosis, el llamado es claro: visibilizar, investigar y actuar. Porque miles de mujeres en Chile merecen algo fundamental: ser escuchadas, diagnosticadas a tiempo y recibir la atención que necesitan para vivir con dignidad.