

Ginecología y Obstetricia

Endometriosis: por qué el abordaje multidisciplinario ya no es opcional

La endometriosis es una enfermedad común, que afecta entre un 5-10% de las mujeres durante su vida reproductiva. Es bien conocido que el tiempo que transcurre entre el inicio de los síntomas y el diagnóstico apropiado puede ser incluso de hasta 10 años según lo reportado en muchos estudios. Lo anterior conlleva un importante deterioro en la calidad de vida, además de potenciales consecuencias en la salud mental, sexual, reproductiva y laboral, entre otros ámbitos.

El principal síntoma asociado es el dolor menstrual, dismenorrea, que suele ser intenso y, en ocasiones, acompañado de dispareunia, disquecia catamenial, síntomas neuro vegetativos e incluso algia pelviana crónica.

Los tratamientos habitualmente pueden ser divididos en médicos y quirúrgicos, siendo los primeros los de elección la mayoría de las veces. Al ser una enfermedad crónica, se debe plantear un tratamiento escalonado, que puede incluir antiinflamatorios, el uso de anticonceptivos combinados y/o progestágenos continuos (orales, de depósito o inyectables), los que dan cuenta de gran alivio sintomático en un número importante de mujeres. En tanto, el tratamiento quirúrgico debe reservarse para indicaciones específicas: infertilidad asociada, compromiso de órganos vecinos (recto, vejiga o uréteres), o síntomas refractarios al manejo médico. La decisión debe individualizarse, considerando la edad, deseo reproductivo y severidad del cuadro clínico.

En los últimos años, la evidencia ha reforzado lo relevante que es contar con un abordaje multidisciplinario. Al tratarse de una enfermedad crónica e inflamatoria, el uso exclusivo de medicamentos muchas veces es insuficiente para lograr resultados adecuados en relación al alivio sintomático y mejoría de la calidad de vida.

Si bien se pueden considerar muchas terapias como complementarias o alternativas, hay algunas que han logrado demostrar resultados estadísticamente significativos, tales como el apoyo psicoemocional, donde la intervención de profesionales de salud mental contribuye a mejorar la percepción del



Clínica
Universidad
de los Andes



Dr. Benjamin Bustos

Ginecólogo Programa
Endometriosis

bbustos@clinicauandes.cl

dolor y la calidad de vida. También una adecuada evaluación, supervisión y seguimiento nutricional han cobrado relevancia: intervenciones basadas en dietas antiinflamatorias, junto con modificaciones en el estilo de vida, tienen un impacto positivo en la mejoría de estas pacientes.

Otro tratamiento que ha demostrado efectos beneficiosos, reportados en la literatura, es el uso complementario de la acupuntura, logrando resultados incluso comparables con los analgésicos en algunas ocasiones. De igual forma, una adecuada evaluación kinesiológica, junto con un plan de tratamiento de fortalecimiento y concientización del piso pelviano, también ha obtenido resultados promisorios.

Se puede determinar con bastante seguridad que, si bien aún no conocemos los mecanismos exactos por los que se produce la endometriosis, su abordaje multidisciplinario mejora significativamente la calidad de vida. Por esto, los servicios de salud deben contar con equipos adecuadamente entrenados y afiatados para atender de buena manera las necesidades de las pacientes. Esto plantea el desafío de avanzar hacia ese modelo de atención integral.



[Ver bibliografía aquí](#)