

Es una enfermedad que afecta a millones de mujeres en el mundo, pero que aún permanece insuficientemente comprendida, subdiagnosticada y, en muchos casos, invisibilizada. Se trata de la endometriosis.

Como investigadora en el área de las ciencias y la salud, considero que hablar de endometriosis no solo es necesario, sino urgente.

La endometriosis es una enfermedad ginecológica crónica en la que tejido similar al endometrio, el que normalmente recubre el interior del útero, crece fuera de él. Esto puede provocar inflamación, dolor pélvico crónico e infertilidad. Sin embargo, a pesar de su impacto en la calidad de vida de quienes la padecen, su diagnóstico suele tardar años.

Una de las principales razones es que sus síntomas son inespecíficos. El dolor pélvico intenso o la infertilidad pueden confundirse con otras patologías. Pero existe un factor cultural que no podemos ignorar: durante generaciones hemos normalizado la idea de que la menstruación debe doler. Muchas mujeres han escuchado desde jóvenes que es "normal" faltar a clases, quedarse en cama o suspender actividades

durante esos días del mes. Pero no, no es normal que el dolor menstrual sea incapacitante.

A esto se suma que la menstruación sigue siendo un tema del que se habla poco. La información suele limitarse a algunas clases de biología y a conversaciones familiares, y muchas niñas y adolescentes no cuentan con herramientas para reconocer cuándo un dolor puede ser señal de enfermedad.

Las consecuencias de esta enfermedad pueden ser profundas. Muchas mujeres viven durante años con dolor crónico. Además, las pacientes presentan mayor riesgo de depresión y ansiedad. A esto se suma, en muchos casos, la infertilidad, que puede implicar largos procesos médicos y emocionales para quienes desean ser madres.

El diagnóstico también enfrenta limitaciones importantes. El método de referencia sigue siendo quirúrgico, lo que implica costos elevados y requiere especialistas con experiencia. Existen métodos de imagen más accesibles, pero estos no permiten detectar los tipos más frecuentes de la enfermedad. Además, aún no contamos con biomarcadores que permitan diagnosticarla de

Endometriosis: cuando el dolor menstrual deja de ser "normal"



Dra. Daniela Mennickent Barros
UCSC

forma temprana y no invasiva.

Frente a este escenario, la investigación científica cumple un rol clave. Desde áreas como la química analítica y el análisis de datos, hoy existen oportunidades para avanzar hacia la identificación de nuevos biomarcadores y el desarrollo de modelos predictivos apoyados por inteligencia artificial. Estas herramientas podrían permitir diagnósticos más tempranos y menos invasivos en el futuro.

Sin embargo, la investigación por sí sola no es suficiente. Necesitamos también fortalecer la educación en salud, derribar mitos en torno a la menstruación y

generar mayor conciencia sobre esta enfermedad. Y, por supuesto, avanzar en políticas públicas que permitan abordar la endometriosis de manera integral, considerando diagnóstico, tratamiento, salud mental y fertilidad.

Visibilizar la endometriosis no es solo una tarea médica o científica; es también un desafío social. Reconocer el dolor de las mujeres, escuchar sus experiencias y tomar en serio sus síntomas es un paso fundamental para avanzar hacia diagnósticos más oportunos y mejores condiciones de vida para quienes viven con esta enfermedad.