

## **Endometriosis en la adolescente: mucho más común de lo esperado...**

“¿Cómo puedo sentirme tan enferma si soy joven?”, “¿Será peor según pase el tiempo?” y “Podré estudiar, tener familia, lograr mis metas profesionales?” son algunas de las interrogantes que pueden angustiar a adolescentes que experimentan fuertes dolores con cada menstruación.

Entre tanto, algunos de los comentarios más comunes que les hacen son: “No es posible que duela tanto”, “Seguro te lo estás inventado” o “El dolor se irá cuando quedes embarazada”. Como resultado estas chicas se sienten aisladas, frustradas e incomprendidas.

El síntoma más característico de la endometriosis—dismenorrea, o dolor con la menstruación—se reporta comúnmente hasta en el primer ciclo menstrual de adolescentes y en niñas tan jóvenes como 8 años de edad. Se estima que de 25% a 40% de las adolescentes con dolor pélvico tienen endometriosis. A pesar de que es tan común en esta población (una de cada cuatro), muchos médicos descartan un diagnóstico de endometriosis en chicas tan jóvenes. Esto se complica por la falta de consenso en la clase médica sobre cuál es el manejo clínico más efectivo en pacientes adolescentes.

Estudios en la Escuela de Medicina de Ponce han mostrado un retraso de 9 años (en promedio) en el diagnóstico de la endometriosis en Puerto Rico. Casi la mitad (47%) de nuestras pacientes reportan que sus síntomas comenzaron antes de los 19 años, y tan temprano como a los 8 años. Aunque se ha encontrado que la condición recién está comenzando en la mayoría de las jovencitas, es de preocupación el hecho de que la endometriosis leve generalmente causa mucho más dolor que la severa. El dolor es descrito como discapacitante por 85% de las adolescentes, comparado con un 67% de la totalidad de las pacientes en nuestro estudio.

Los años de la adolescencia son difíciles en general, pero tener endometriosis—una condición dolorosa, crónica y enigmática—complica aún más las cosas. Los síntomas de la endometriosis impactan todas las facetas de la vida de la paciente: física, mental y emocionalmente. El dolor les impide hacer sus actividades de día a día, como ir a la escuela, concentrarse y estudiar para sus exámenes, así como asistir a actividades sociales, y practicar en deportes. El poco conocimiento de la endometriosis como una enfermedad real causa que estas chicas sean estigmatizadas como problemáticas, vagas o “changas”. Maestros, amigos, y familiares piensan que ellas están inventando el dolor como una excusa para no cumplir con sus responsabilidades

Adolescentes que presentan dolor pélvico son generalmente tratadas primero con pastillas anticonceptivas y medicamentos para el dolor. Si no responden al tratamiento y tienen 16 años o más, entonces se recomienda que se lleve a cabo una laparoscopia por un ginecólogo/a debidamente entrenado ya que 7 de 10 podrían tener endometriosis. Durante la laparoscopia el ginecólogo/a puede identificar y eliminar las lesiones de endometriosis y recomendar tratamientos más dirigidos como los agonistas de la GnRH. La endometriosis puede recurrir, por lo cual se recomienda que la paciente reciba tratamiento hormonal a largo plazo (progestinas o pastillas anticonceptivas) hasta que el embarazo sea deseado.

Para muchas pacientes es importante tener un diagnóstico, una razón clara sobre la causa de un dolor intolerable e incomprensible. El diagnóstico de la endometriosis se hace generalmente mediante una laparoscopia. Urge llevar el mensaje de que existen alternativas quirúrgicas y médicas para el dolor que ayudarán mejorar su calidad de vida. Además, las pacientes podrían beneficiarse de alternativas como acupuntura, medicina homeopática, y técnicas de relajación. Finalmente, se recomienda a las chicas con endometriosis a que adopten un estilo de vida saludable como comer alimentos nutritivos y hacer ejercicios.

Para más información, pueden contactar a la Fundación Puertorriqueña de Pacientes con Endometriosis (FPPE), Inc., al 787-840-2575 x 2177, 2206, idhaliz@endopuertorico.com, o visitar la pagina web [www.endopuertorico.org](http://www.endopuertorico.org). Participa de nuestras actividades educativas y grupos de apoyo y únete a nuestro grupo en Facebook, Endometriosis de Puerto Rico.