



Últimas investigaciones sobre la endometriosis

Pese a que es un trastorno ginecológico frecuente, se desconoce su causa. Sin embargo, últimamente se sospecha que pudiera deberse a una acumulación de vitamina D o de hierro en el organismo

Entre un 15 y un 20% de las mujeres padece esta enfermedad que puede llegar a alterar su aparato reproductor. El trastorno recibe su nombre del endometrio, un tejido que recubre el interior del útero. En ocasiones, ese recubrimiento crece de forma descontrolada e invade zonas que no le son propias, destruyendo a su paso otros tejidos o dando lugar a una especie de tumor de grandes dimensiones que, pese a su espectacularidad, no suele ser maligno. Por lo general, los síntomas que definen la endometriosis son:

- **Dolor abdominal.** Es lo más frecuente, aunque no ocurre en todos los casos. Puede presentarse durante la mens-

trucción, en el coito o como molestias en la espalda. Cuando el tejido ha crecido hacia el recto y la vagina (endometriosis del tabique recto-vaginal), las relaciones sexuales pueden volverse muy dolorosas. En un intento por evitar el dolor, se tiende a reducir el número de contactos, lo que acaba afectando a la pareja.

- **Otras señales comunes** son la presencia de náuseas, vómitos, hemorragias e irregulares e incluso problemas intestinales.

- **La esterilidad.** Se calcula que entre un 30 y un 50% de pacientes con endometriosis tiene problemas de esterilidad. De hecho, muchos de los casos en que no se presentan síntomas se

descubren gracias a estudios de fertilidad, en parejas que desean ser padres.

- **Los antecedentes familiares** deben tenerse en cuenta, ya que es una enfermedad que se transmite entre generaciones. En estos casos los controles periódicos son esenciales.

POSIBLES DESENCADENANTES

Las causas y el mecanismo que dan lugar a esta alteración en el organismo femenino se desconocen, sin embargo en los últimos años algunos estudios han ido desvelando ciertos misterios sobre la endometriosis o señalando como sospechosos factores que hasta ahora ni siquiera se habían tenido en cuenta. En la actualidad, se cree que en la aparición de este trastorno pueden intervenir factores como:

- **Un exceso de vitamina D.** Así lo sugiere una investigación de la "Fondazione Ospedale Maggiore Policlinico" de Milán (Italia). Tras estudiar a 87 mu-

42 • *muy saludable*



EL EXPERTO OPINA

DR. JAVIER DEL POZO
Ginecólogo de la Clínica Teknon de Barcelona

"En un 58% de casos, no reaparece"

¿La infertilidad por endometriosis es reversible?

Gracias al avance en las técnicas de diagnóstico y tratamiento es posible mejorar bastante todas las zonas afectadas y, mediante la fecundación in vitro, se puede ayudar a quedar embarazadas a aquellas mujeres que presentan un daño en los ovarios, en casos de endometriosis severas, aunque la mayoría son más leves.

¿Una vez tratada, puede volver a surgir?

Por ahora no podemos asegurar una curación de la endometriosis, que es una enfermedad que puede reproducirse. Con la ayuda de la laparoscopia se intenta limpiar bien la zona para evitar que se reactive el proceso. En un 58% de los casos la endometriosis no reaparece, aunque también es cierto que en algunas pacientes el trastorno vuelve a surgir al cabo de unos años.

¿Los dolores que provoca durante el coito pueden llegar a solucionarse?

A veces la endometriosis provoca que parte del tejido "se pegue" a las paredes del aparato reproductor femenino. Hasta que no se elimina este tejido, el coito puede ser muy doloroso. Hay que destacar que un 70% de los casos tratados mejora.

El diagnóstico, paso a paso

1. Historia y palpación.

Ante la presencia de dolor abdominal, tu ginecólogo te preguntará cómo son las molestias (frecuencia, intensidad, duración...), si las relaciones con el ciclo menstrual (aparecen antes o durante la regla...) y si puedes localizarlo en una zona específica. A continuación, llevará a cabo un examen pélvico.

2. Solicitud de análisis.

Los exámenes de sangre y de orina permiten descartar otras causas del dolor.

3. Ecografía o escáner.

Gracias a estas técnicas de ultrasonido se comprueba tanto el estado del útero como el de los ovarios.

4. Laparoscopia.

Se realiza cuando no se ha hallado la causa del dolor en las pruebas anteriores.

El síntoma más característico es la presencia de dolor abdominal

plo, puede ayudar a reforzar el tratamiento médico, ya que algunos de sus remedios son eficaces para aliviar los síntomas que a veces provoca el trastorno. Acude a un buen profesional y consúltalo antes con tu ginecólogo, que podrá

orientarte con detalle. Cuando el crecimiento del endometrio es más grave, se suele recurrir a la laparoscopia, una intervención que se realiza bajo anestesia general. A través de una diminuta incisión en el abdomen se introduce un fino endoscopio que transmite imágenes para examinar el estado de los órganos abdominales y comprobar la dimensión y magnitud de los tejidos endometriales; después se pueden eliminar sin dañar ninguna otra zona. También permite descartar la existencia de otros problemas de síntomas similares. Gracias a ella, se reduce el tiempo de hospitalización y de convalecencia, y no quedan marcas ni cicatrices. El láser también ha supuesto un avance importante en el tratamiento de esta patología. ■

eres con endometriosis y a 53 sin este trastorno se comprobó que el nivel de esta vitamina era mayor en las primeras. Pero... ¿cómo puedes saber si en tu cuerpo hay más vitamina D de la necesaria? Una de sus principales consecuencias es que tanto en los huesos como en otro tipo de tejidos (por ejemplo el riñón) se acumula un exceso de calcio (son dos micronutrientes que van muy ligados). Esto puede provocar frecuentes cálculos renales. Debes estar atenta, también, si te duele la cabeza habitualmente, o sientes náuseas y mareos sin explicación. Son otros de los síntomas de un exceso de vitamina D, que puedes almacenar si abusas de menús muy ricos en pescado azul, huevos, hígado y lácteos enteros o enriquecidos.

- **Una acumulación de hierro.** Según un estudio de la Universidad Católica de Lovaina (Bélgica), elaborado con ratones, un exceso de hierro en sangre favorece el crecimiento anómalo del

EL TRATAMIENTO MÁS EFECTIVO

Cuando la endometriosis es leve, el ginecólogo puede optar por un tratamiento farmacológico de tipo hormonal. Gracias a él se puede reducir el nivel de estrógenos y, así, controlar el crecimiento anómalo del endometrio. La medicina natural también aporta soluciones. La homeopatía, por ejem-

orientarte con detalle. Cuando el crecimiento del endometrio es más grave, se suele recurrir a la laparoscopia, una intervención que se realiza bajo anestesia general. A través de una diminuta incisión en el abdomen se introduce un fino endoscopio que transmite imágenes para examinar el estado de los órganos abdominales y comprobar la dimensión y magnitud de los tejidos endometriales; después se pueden eliminar sin dañar ninguna otra zona. También permite descartar la existencia de otros problemas de síntomas similares. Gracias a ella, se reduce el tiempo de hospitalización y de convalecencia, y no quedan marcas ni cicatrices. El láser también ha supuesto un avance importante en el tratamiento de esta patología. ■

MÁS INFORMACIÓN

■ **Asociación Endometriosis España:**
Web: <http://www.endoinfo.info/>