

HABLEMOS DE ENDOMETRIOSIS

Como paciente, debes informarte para tomar buenas decisiones médicas. Es útil hacer una lista de preguntas antes de asistir a tus citas médicas. Las preguntas variarán dependiendo de los síntomas que debas tratar y el tipo de proveedor de atención médica con el que te atiendas.

El proveedor de atención médica puede ser un profesional de pediatría, personal de enfermería escolar, profesional médico de urgencias o emergencias, o de ginecología. Durante la cita médica, los proveedores deben ayudarte a comprender mejor tu cuerpo y tu salud.

Ponemos a disposición una [Planilla de Visitas Médicas](#) en el “Kit de herramientas para la endometriosis de SWHR: guía para adolescentes” para que la completes y la lleves cuando te atiendas con tu proveedor de atención médica.

Evaluación Inicial

- ¿Cómo sé si lo que siento es endometriosis? (Prepara una lista de síntomas y su gravedad para contarles a los proveedores).
- ¿Qué otras enfermedades tienen síntomas similares a los que tengo?
- ¿Hay suficiente información con mi historia clínica y mis síntomas, para diagnosticar endometriosis?
- ¿Sería útil hacer otros estudios para confirmar o descartar la endometriosis?
- ¿Alguno de los medicamentos que tomo ahora podría mejorar o empeorar los síntomas? (Prepara una lista de medicamentos y dosis para contarles a los proveedores).
- ¿Cuáles son las distintas opciones de tratamiento disponibles para una persona de mi edad con endometriosis? ¿Cuáles son los riesgos y beneficios de cada uno de esos tratamientos?
- ¿Qué tratamiento individual o en conjunto me recomendaría a mí en particular?

Tratamiento en Curso

- ¿Qué cambios puedo sentir según mi plan de tratamiento? ¿Cuándo debería ver una mejoría en los síntomas?
- ¿Qué actividades o tratamientos adicionales puedo hacer en casa para controlar los síntomas? ¿Es útil hacer yoga, manejar el estrés, hacer ejercicios o cambiar mi alimentación?
- Si mis síntomas no mejoran como esperaba o empeoran: ¿Qué otros tratamientos podríamos considerar?
- ¿Qué debo saber sobre la endometriosis a medida que envejezco?
- ¿Qué recursos puede darme para educar a mi familia, amigos y escuela sobre la endometriosis?

Conversaciones con Tu Familia

La genética es un factor que eleva el riesgo de tener endometriosis. Examinar la historia médica de las mujeres de ambos lados de tu familia puede brindarte información sobre tus síntomas y si podrían asociarse con la endometriosis. Hablar con tu madre, hermanas, primas, tías o abuelas también te brinda apoyo durante el proceso de atención médica.

Considera estas preguntas:

- ¿A qué edad comenzaron a menstruar tus familiares?
- ¿Algún familiar suele (o solía) sentir dolor pélvico o tener períodos menstruales irregulares?
- ¿Diagnosticaron a alguien de la familia con endometriosis o con fibromas uterinos?
- ¿Cómo controla tu familiar su período menstrual o los síntomas de la endometriosis?

