

14 de març de 2026

Dia Mundial de l'Endometriosis

La importància d'un abordatge integral per millorar la qualitat de vida



Equip multidisciplinari de professionals tractants d'endometriosis a l'Hospital Universitari de Sant Joan de Reus

L'**endometriosis** és una malaltia ginecològica crònica en què el teixit que recobreix l'interior de l'úter (endometri) creix fora del seu lloc habitual: ovaris, trompes de Fal·lopi, peritoneu o altres zones de la pelvis.

Per què apareix?

La causa exacta no es coneix del tot, però es creu estar relacionada amb:

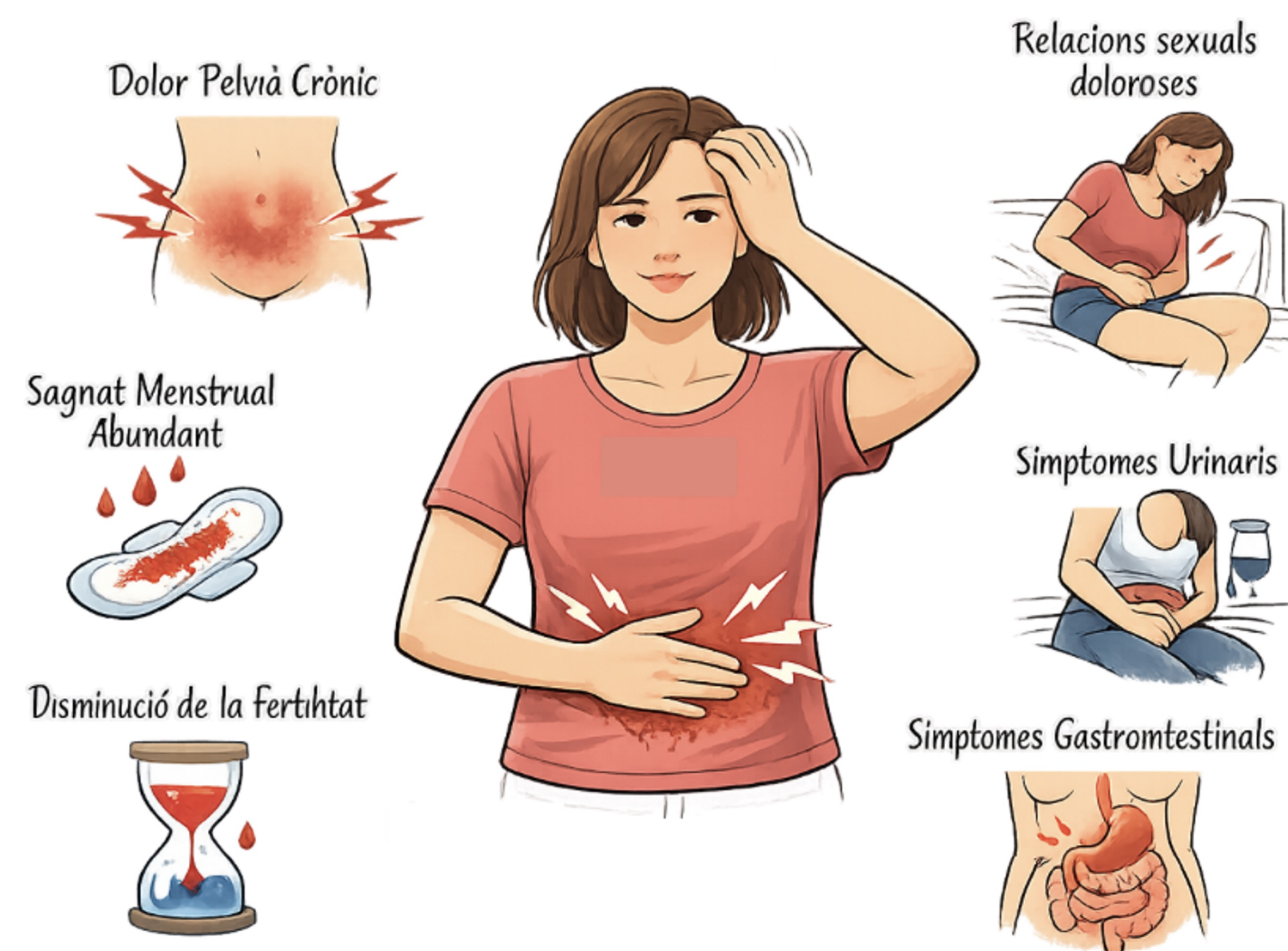
- Menstruació retrògrada
- Factors hormonals
- Sistema immunitari
- Predisposició genètica

1 de cada 10 dones en l'edat reproductiva pot tenir endometriosis

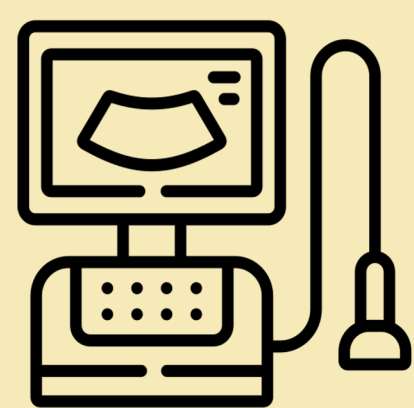


Síntomes de l'endometriosis

- Menstruacions doloroses
- Relacions sexuals doloroses
- Dolor pelvià crònic
- Síndrome de sensibilització central
- Sagnat menstrual abundant
- Disminució de la fertilitat
- Dolor a la micció
- Síntomes gastrointestinals



Bases del diagnòstic



- Anamnesi i història clínica
- Exploració ginecològica: Nòduls dolorosos i adherències
- Ecografia transvaginal +/- ressonància magnètica



Maneig multidisciplinari

Un enfocament multimodal



Fisioteràpia

FISIOTERÀPIA DEL SOL PELVIÀ

- Reeduació muscular i tractament de la disfunció del sol pelvià.
- Exercicis i teràpia manual per reduir dolor pèlvic i dispareunia.

Psicologia

SUPORT PSICOLÒGIC

- Estratègies d'afrontament dolor crònic.
- Reducció d'ansietat i suport en l'impacte emocional i sexual de la malaltia.

Nutrició

INTERVENCIÓ NUTRICIONAL

- Adaptació dietètica amb enfocament antiinflamatori.
- Millora dels símptomes digestius associats.



Ginecologia

TRACTAMENT HORMONAL

- Reduir l'activitat de la malaltia i el creixement de lesions.
- Control dels símptomes associats i seguiment clínic.

Anestesiologia - Unitat del dolor

MANEIG DEL DOLOR

- Analgèsics i fàrmacs moduladors del dolor crònic.
- Estratègies per al control del dolor pèlvic crònic i millora de la qualitat de vida.

Equip expert en endometriosis

TRACTAMENT QUIRÚRGIC

- Cirurgia laparoscòpica per eliminar lesions d'endometriosis.
- Indicada en casos seleccionats per millorar dolor o fertilitat.