Endometriosis y salud mental

Abordaje integral desde la perspectiva enfermera



INTRODUCCIÓN

La endometriosis es una enfermedad ginecológica crónica que afecta aproximadamente al 10% de mujeres en edad reproductiva, pudiendo provocar: dolor pélvico, alteraciones menstruales, infertilidad y fatiga. Además de las consecuencias físicas, también puede afectar notablemente a la salud mental y a la calidad de vida. Por ello, es necesario un abordaje integral que incluya tanto las necesidad físicas como psicológicas.

OBJETIVOS

- Analizar la relación entre endometriosis y salud mental
- Identificar factores asociados al deterioro psicológico
- Describir el papel de enfermería en la detección precoz y el abordaje integral de estas pacientes

METODOLOGÍA

Revisión bibliográfica en:
PubMed, Scopus, Web of Science y CINAHL

Descriptores:
Endometriosis, mental health, anxiety, depression, quality of life y nursing

Se incluyeron estudios publicados en los últimos años, en castellano o inglés, que analizaran la relación entre endometriosis y salud mental además de las intervenciones de enfermería

DESARROLLO

Impacto en Salud Mental

La evidencia muestra un mayor riesgo de ansiedad y depresión en mujeres con endometriosis en comparación con la población sana, relacionado con: dolor crónico, infertilidad, afectación de la vida sexual y social, fatiga y alteraciones del sueño.



ENDOMETRIOSIS
· Dolor crónico · Fatiga
· Alteraciones del sueño
· Dificultades sexuales



INPACTO EN SALUD MENTAL
· Ansiedad · Estrés
· Baja autoestima
· Depresión



MENOR CALIDAD DE VIDA
· Física · Emocional
· Social · Laboral

Calidad de vida

La afectación psicológica se asocia a un deterioro de la calidad de vida, interfiriendo en las actividades diarias, las relaciones personales, el trabajo y la sexualidad. El impacto de la endometriosis no es solo físico: también es emocional y social.

Papel de enfermería

- Valoración física y emocional
- Detección precoz de ansiedad y depresión
- Educación sanitaria y autocuidado
- Acompañamiento emocional y escucha activa
- Coordinación multidisciplinar

CONCLUSIONES

- La endometriosis tiene un gran impacto en la salud mental y en la calidad de vida y se asocia a un riesgo mayor de depresión y ansiedad.
- El dolor crónico y otras manifestaciones de la enfermedad aumentan la vulnerabilidad psicológica.
- Para ofrecer una atención centrada en la paciente, enfermería desempeña un papel importante mediante: valoración integral, detección precoz, educación sanitaria, apoyo emocional y coordinación multidisciplinar

BIBLIOGRAFÍA

1. Szypłowska M, Tarkowski R, Kułak K. The impact of endometriosis on depressive and anxiety symptoms and quality of life: a systematic review. Front Public Health. 2023;11:1230303.
2. Kalfas M, Chisari C, Windgassen S. Psychosocial factors associated with pain and health-related quality of life in Endometriosis: A systematic review. Eur J Pain. 2022;26(9):1827–48.
3. Colombo GE, Vijayanathan S, Breton Z, Kvaskoff M, Sediqzadah S, Vannuccini S, et al. Health-related quality of life in individuals with endometriosis and mental health symptoms: A scoping review. J Endometr Uterine Disord. 2025;9(100105):100105.
4. Del Pino-Sedeño T, Cabrera-Maroto M, Abrante-Luis A, González-Hernández Y, Ortíz Herrera MC. Effectiveness of psychological interventions in endometriosis: a systematic review with meta-analysis. Front Psychol. 2024;15:1457842.
5. Winer WK, Guidone HC. Beyond pain management: Nurses' role in comprehensive endometriosis care. Nursing. 2026;56(10):14–22.

AEESME

I JORNADA RIOJANA DE ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL/ AEESME

AUTORES

Paula del Rincón Hidalgo
Daniela Battista Gómez