



Guía de información para la paciente

APOYO PSICOLÓGICO Y SOCIAL

Endometriosis e impacto emocional

Cualquier enfermedad crónica conlleva una afectación física (dolor) y unas implicaciones y consecuencias a nivel psicológico y emocional, es decir cómo esta situación va a influir en las emociones, sentimientos, creencias, pensamientos de la mujer y en su relación con ella misma y con los demás.

La sintomatología de la endometriosis impacta notablemente en áreas importantes del bienestar de la mujer, como la autoestima, la interacción social, la vida laboral, la vida de pareja, el bienestar físico y emocional y la calidad de vida.

A través de un apoyo psicológico pueden realizarse diferentes actuaciones para conseguir :

- Aliviar la sintomatología.
- Fomentar una mejora en la calidad de vida de la mujer.
- Identificar y controlar las preocupaciones y creencias
- Reestructurar ideas irracionales y erróneas sobre la visión de la endometriosis a nivel físico, emocional y sexual
- Cambiar la actitud frente al dolor
- Proporcionar técnicas que faciliten la gestión de emociones (ansiedad, depresión, etc.)
- Mejorar la sexualidad.
- Prevenir posibles problemas de pareja.



Asociaciones de pacientes

Al mismo tiempo, las asociaciones de pacientes pueden ofrecer ayuda las pacientes con endometriosis, así como a sus familiares; facilitándoles información, apoyo psicológico y un espacio donde expresar sus miedos y preocupaciones

También pueden ser de utilidad los Programas de Pacientes Expertos (PPE). En estos cursos, las mismas pacientes que han padecido esta enfermedad son las que transmiten sus experiencias y enseñan a otras pacientes cómo adaptarse a vivir con esta condición crónica. Les ayudarán a obtener una mejor comprensión de su condición, el impacto que tiene en su vida y le brindarán apoyo y confianza para tomar el control de su salud.



Associació d'afectades de
Endometriosis de Catalunya -
www.endometrioscatalunya.com



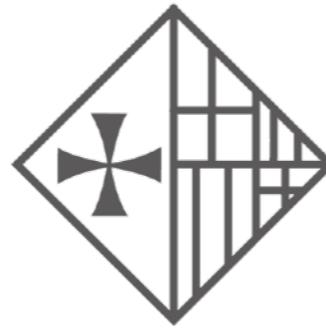
Asociación de afectadas de
endometriosis Estatal -
www.adaec.es

endoinfo

Información sobre endometriosis -
endoinfo.org



DONA
Sant Pau



MÉS Sant Pau
CAMPUS SALUT BARCELONA

BIBLIOGRAFIA

13):1244-1256. doi: 10.1056/NEJMr1810764. PMID: 32212520.
Peiris AN, Chaljub E, Medlock D. Endometriosis. JAMA. 2018 Dec 25;320(24):2608. doi: 10.1001/jama.2018.17953. PMID: 30575883.