



¿Podría ser Congestión Pélvica?

— Responde "Sí" o "No" a las siguientes preguntas con total sinceridad.

	Sí	No
¿Sientes una sensación de "pesadez" o presión en la zona baja del abdomen?	☐	☐
¿El dolor empeora a medida que avanza el día o tras estar mucho tiempo de pie?	☐	☐
¿El dolor disminuye o desaparece casi por completo al estar acostada (especialmente al despertar)?	☐	☐
¿Has tenido dolor o una sensación punzante durante o después de las relaciones sexuales?	☐	☐
¿Has notado venas inflamadas (várices) en la vulva, glúteos o la parte alta de los muslos?	☐	☐
¿Has tenido dos o más embarazos en el pasado?	☐	☐
¿Sientes que tus periodos son inusualmente dolorosos o que la pesadez aumenta en esos días?	☐	☐
¿Sientes la necesidad de orinar con mucha frecuencia pero sin tener una infección?	☐	☐

— Interpretación de resultados

De 0 a 2 respuestas "Sí": Es poco probable que se trate de SCP, aunque si el dolor persiste, es importante consultar a tu ginecólogo para descartar otras causas.

De 3 a 5 respuestas "Sí": Existe una posibilidad moderada. Tus síntomas sugieren que la circulación en tu zona pélvica podría no ser óptima. Se recomienda una valoración especializada.

Más de 5 respuestas "Sí": Tienes una alta probabilidad de presentar Síndrome de Congestión Pélvica. Es muy recomendable realizar un ultrasonido Doppler pélvico o consultar con un especialista en Angiología.

— ¿Qué sigue después del test?

Si obtuviste un puntaje alto, no te alarmes. Este síndrome tiene tratamiento y no es una condición grave para tu vida, pero sí es la razón por la que te sientes cansada o con dolor