

Síndrome de ovario poliquístico (SOP)

El síndrome de ovario poliquístico (SOP) es un problema de salud que afecta a una de cada 10 mujeres en edad reproductiva. Las mujeres con SOP tienen un desequilibrio hormonal y problemas de metabolismo que pueden afectar su salud y apariencia en general. El SOP también es una causa común y tratable de infertilidad.

P: ¿Cuáles son los síntomas de SOP?

R: Algunos de los síntomas de SOP incluyen:

- **Ciclo menstrual irregular.** Las mujeres con SOP pueden saltarse períodos menstruales o tener menos (menos de ocho al año). O puede ocurrir que tengan su período menstrual cada 21 días o con más frecuencia. Algunas mujeres con SOP dejan de tener su período menstrual.
- **Demasiado vello** en el rostro, la barbilla o partes del cuerpo donde por lo general los hombres tienen vello. Esto se llama “hirsutismo”. El hirsutismo afecta hasta al 70 por ciento de las mujeres con SOP.
- **Acné** en el rostro, el pecho y la parte superior de la espalda
- **Cabello debilitado** o pérdida de cabello en el cuero cabelludo, calvicie con patrón masculino
- **Aumento de peso** o dificultad para bajar de peso
- **Oscurecimiento de la piel**, especialmente en los pliegues del cuello, en la ingle y debajo de los senos
- **Papilomas cutáneos**, que son pequeñas protuberancias de exceso de piel en el área de las axilas o el cuello

P: ¿Cuál es la causa del SOP?

R: Se desconoce la causa exacta del SOP. La mayoría de los expertos piensan que hay varios factores, incluido el genético, que inciden:

- **Niveles altos de andrógenos.** Los niveles de andrógenos por encima de los normales en mujeres pueden evitar

que los ovarios liberen un óvulo (ovulación) durante cada ciclo menstrual, y esto puede ocasionar que les crezca más vello o acné.

- **Niveles altos de insulina.** La insulina es una hormona que controla de qué manera se convierte en energía la comida que consumes. Se dice que hay resistencia a la insulina cuando las células del organismo no responden de manera normal a la insulina. Como resultado, tus niveles de insulina en sangre se elevan por encima de los normales. Muchas mujeres con SOP tienen resistencia a la insulina, especialmente las que tienen sobrepeso o son obesas, las que tienen malos hábitos de alimentación o no hacen suficiente actividad física, y las que tienen antecedentes familiares de diabetes (en general diabetes tipo 2). Con el tiempo, la resistencia a la insulina puede desencadenar la diabetes tipo 2.

P: ¿Cómo se trata el SOP?

R: No hay cura para el SOP, pero puedes controlar sus síntomas. Tu médico te indicará un plan de tratamiento basado en tus síntomas, tus planes de tener hijos y tu riesgo de sufrir problemas de salud como diabetes o enfermedades cardíacas en el largo plazo. Muchas mujeres necesitan una combinación de varios tratamientos, que incluyen:

- **Perder peso.** Perder peso puede ayudarte a bajar tus niveles de glucosa en sangre, mejorar la forma en que tu organismo procesa la insulina y ayudar a tus hormonas a alcanzar niveles normales. Hasta un 10 por ciento menos de peso (por ejemplo, que una mujer que pesa 150 libras baje 15) puede ayudar a regularizar tu ciclo menstrual y mejorar tus probabilidades de quedar embarazada.
- **Quitar el vello o demorar su crecimiento.** Puedes probar con cremas de depilación facial, depilación láser o electrólisis para deshacerte de vello en exceso. Hay un tratamiento con receta para la piel (crema de eflornitina HCl) que demora el ritmo de crecimiento de vello nuevo en lugares no deseados.

- **Medicamentos recetados.** Tu médico puede indicarte anticonceptivos hormonales, como la píldora, un parche, inyección, anillo vaginal o un dispositivo intrauterino (DIU) hormonal para mejorar el acné y reducir el vello corporal no deseado. Hay otros medicamentos que permiten bloquear el efecto de los andrógenos o bajar los niveles de insulina y andrógenos. Si estás intentando quedar embarazada, tu médico puede indicarte un medicamento que te ayude a ovular, como clomifeno (Clomid).
- **Fertilización in vitro (FIV).** La FIV es el procedimiento mediante el cual fertilizan tu óvulo con el espermatozoide de tu pareja en un laboratorio, y luego lo colocan en tu

útero para que se implante y se desarrolle. Comparados con el uso de medicamentos únicamente, los índices de embarazo son más altos con la FIV y reducen el riesgo de embarazos múltiples (porque permite que tu médico transfiera un solo huevo fertilizado a tu útero).

- **Cirugía.** La capa exterior (llamada corteza) de los ovarios se ensancha en las mujeres con SOP, y se cree que este podría ser un factor que evita la ovulación espontánea. La perforación ovárica es una cirugía en la que el médico perfora algunos orificios en la superficie de tu ovario con láser o una aguja fina que calienta con electricidad. La cirugía por lo general logra recuperar la capacidad de ovulación, pero solo durante seis a ocho meses.

Para obtener más información...

Para obtener más información sobre la SOP, llama a la línea de ayuda de la OWH al 800-994-9662 o comunícate con las siguientes organizaciones:

Instituto Nacional de la Salud Infantil y Desarrollo Humano (NICHD, por sus siglas en inglés) **Eunice Kennedy Shriver, NIH, HHS**
800-370-2943 • www.nichd.nih.gov

Asociación Americana de Endocrinólogos Clínicos
904-353-7878 • www.ace.com

Colegio Estadounidense de Obstetras y Ginecólogos
800-673-8444 • www.acog.org

Sociedad Americana de Medicina Reproductiva
205-978-5000 • www.asrm.org

InterNational Council on Infertility Information Dissemination, Inc.
703-379-9178 • www.inciid.org

PCOS Foundation
713-487-7267 • www.pcosfoundation.org

Esta hoja de datos fue revisada por:

Violanda Grigorescu, M.D., M.S.P.H., jefa, Subdivisión de Sociedades y Evaluación de la división de Informática y Vigilancia de Salud, Centro de Servicios de Vigilancia, Epidemiología y Laboratorio, Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

Torie Comeaux Plowden, M.D., M.P.H., miembro, Endocrinología Reproductiva e Infertilidad, Instituto Nacional de la Salud Infantil y Desarrollo Humano Eunice Kennedy Shriver

Lubna Pal, M.B.B.S., M.R.C.O.G., M.S., F.A.C.O.G., directora del Programa de síndrome de ovario poliquístico (SOP), profesora adjunta, Departamento de Obstetricia, Ginecología y Ciencias Reproductivas, Escuela de Medicina de Yale

El material de esta página no tiene restricciones de derechos de autor, y se puede copiar, reproducir o duplicar sin autorización de la Oficina para la Salud de la Mujer en el Departamento de Salud y Servicios Humanos. Se agradece citar la fuente.

El contenido se actualizó por última vez el: 27 de mayo de 2016.

Última revisión del contenido: 5 de enero de 2016.

 www.facebook.com/HHSOWH

 @SaludDLaMujer

 www.youtube.com/WomensHealthgov

espanol.womenshealth.gov | 800-994-9662

