

# **MANEJO DE LA INFERTILIDAD**

## **¿Qué Es la Infertilidad?**

La inhabilidad para quedar en embarazo y tener hijos afecta un 8% a un 18% de las personas en los Estados Unidos. Usualmente, un 80% a un 90% de las parejas normales quedan en embarazo durante el 1 año de tratar. Infertilidad usualmente significa el no poder quedar en embarazo después de 1 año de intentarlo.

La infertilidad puede dividirse en primaria y secundaria basado en la historia reproductiva. Las mujeres quienes nunca quedaron en embarazo están el grupo primario. Las mujeres quienes estuvieron en embarazo más de 1 año antes están en el grupo secundario. Un poco más de la mitad de las personas con infertilidad están en el grupo primario. Es más difícil quedar en embarazo después de los 30 años de edad.

## **¿Cuál Es la Causa de la Infertilidad?**

Cerca de un 35% a un 50% de la infertilidad es debida a factores masculinos como un conteo bajo de espermatozoides, la deformidad de los espermatozoides, o los movimientos anormales de los espermatozoides (movilidad).

Cerca de un 50% a un 60% de la infertilidad está relacionada con las condiciones femeninas. Estas condiciones incluyen la enfermedad de las trompas de Falopio, los trastornos relacionados a los ovarios (ovulación), y los factores relacionados con el útero y el cuello uterino. La razón de la infertilidad en el otro 10% a 20% de las parejas es desconocida (idiopática).

## **¿Cuáles Son los Síntomas de la Infertilidad?**

Generalmente no hay síntomas asociados con la infertilidad masculina. Algunas mujeres con infertilidad pueden experimentar síntomas debido a causas de su infertilidad, como calambres de la parte inferior del abdomen con endometriosis o fibromas uterinos.

### **¿Cómo Se Diagnostica la Infertilidad?**

Los exámenes para determinar la causa van de pruebas simples, como obtener un conteo de espermatozoides, a pruebas mucho más complicadas. Estos exámenes son las pruebas de sangre (para medir las hormonas femeninas, como el estrógeno, la progesterona, y la hormona folículo estimulante), la ecografía del útero y los ovarios, e incluso una cirugía laparoscópica para observar los órganos reproductores. Antes de los exámenes, es importante comprender los elementos involucrados en la evaluación de la infertilidad, incluyendo los métodos, su duración, los límites, y el costo.

### **¿Cuál Es el Tratamiento para la Infertilidad?**

El tratamiento se basa en determinar las razones de la infertilidad y en superarlas de manera que sea posible quedar en embarazo. Las formas para lograrlo incluyen cambios en el estilo de vida (como bajar o subir de peso), las medicinas (para las condiciones médicas), las hormonas, y las drogas, como el citrato de clomifeno, para hacer que los ovarios comiencen a producir óvulos. La cirugía (como la realizada para desbloquear las trompas de Falopio) y otros métodos, como la inseminación intrauterina y la fertilización in vitro, también pueden ser usados.

### **Qué DEBE y NO DEBE Hacer para Manejar la Infertilidad**

- ✓ **DEBE** consultar al médico si tiene preocupaciones acerca de quedar en embarazo.
- ✓ **DEBE** continuar teniendo relaciones sexuales de acuerdo a su horario usual.

- ✓ **DEBE** ingerir una dieta saludable y hacer ejercicio con moderación. El ejercicio excesivo y la pérdida de peso pueden interferir con la ovulación y con el flujo menstrual.
- ⊗ **NO DEBE** darse por vencido: hasta un 85% de las parejas infértiles pueden obtener ayuda.
- ⊗ **NO DEBE** dejar que el proceso de tratar de quedar en embarazo interfiera en el resto de su relación.
- ⊗ **NO DEBE** fumar o tomar alcohol si está tratando de quedar en embarazo.

DEL ESCRITORIO DE

NOTAS

PARA MAYOR INFORMACIÓN

Visite las siguientes paginas web:

- American College of Obstetricians and Gynecologists: Tel: (202) 638-5577; Website: <http://www.acog.org>
- WebMD: Website: <http://www.webmd.com>

- U.S. Department of Health and Human Services: Websites: <http://womenshealth.gov>  
<http://www.4women.gov/faq/infertility.cfm>

Copyright © 2021 by Elsevier, Inc.