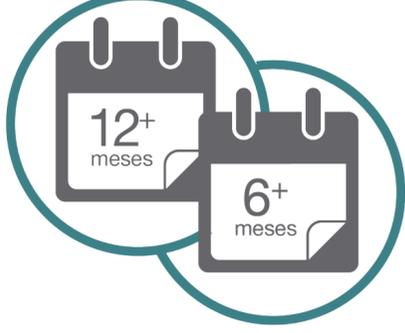


# Entendiendo La Infertilidad

## ¿Qué es la infertilidad?

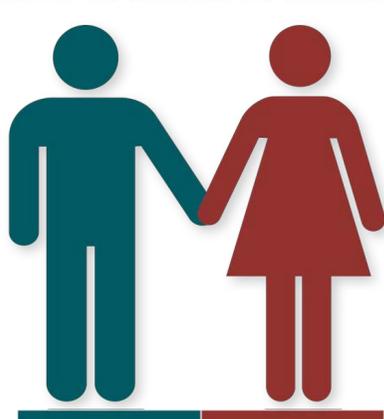


La infertilidad es la incapacidad de lograr un embarazo después de tener relaciones sexuales sin protección durante **un año o más** (o después de **6 meses, si la mujer es mayor de 35 años**). El término describe a los hombres a quienes se les dificulta embarazar a una mujer y a mujeres a quienes se les dificulta quedar embarazadas o llevar un embarazo a término.

En los Estados Unidos, cerca del **9% de los hombres** y cerca del **11% de las mujeres** en edad reproductiva han experimentado problemas de fertilidad.



Muchas parejas experimentan infertilidad. Las causas pueden ser factores en la mujer, factores en el hombre, o una combinación de factores tanto de la mujer como del hombre.



## ¿Qué causa o contribuye a la infertilidad?

Las enfermedades y las conductas relacionadas con la salud, la edad, la genética y otros factores pueden causar o contribuir a la infertilidad en los hombres y las mujeres.



### Hombres

- ▶ Ciertos medicamentos, como los geles o parches de testosterona para tratar la baja testosterona
- ▶ Lesión o sobrecalentamiento testicular

### Hombres y Mujeres

- ▶ Exposición a sustancias químicas
- ▶ Cáncer y/o exposición a radiación o quimioterapia
- ▶ Estrés
- ▶ Enfermedades como la diabetes, las enfermedades del corazón, la obesidad, la presión arterial alta y los trastornos autoinmunes
- ▶ Fumar y/o abuso del alcohol y las drogas
- ▶ Enfermedades de transmisión sexual (ETS)



### Mujeres

- ▶ Trastornos ginecológicos como el síndrome de ovario poliquístico (PCOS por sus siglas en inglés), la insuficiencia ovárica primaria (POI por sus siglas en inglés), la endometriosis y los fibromas uterinos
- ▶ Problemas anatómicos de los órganos reproductivos

## ¿Qué tiene que ver la edad con la infertilidad?



La gente está esperando más tiempo que nunca para formar una familia. De hecho, aproximadamente **el 20% de las mujeres** en los Estados Unidos ahora tienen su primer hijo **después de los 35 años**.

### Al aumentar la edad, también aumentan la probabilidad de tener problemas de infertilidad.

- ▶ Los hombres mayores producen menos esperma y esperma de menor calidad.
- ▶ Las mujeres mayores tienen menos óvulos y óvulos de menor calidad.
- ▶ El riesgo de algunas de las enfermedades asociadas con la infertilidad (que figuran arriba) aumenta con la edad.
- ▶ La menor calidad del esperma y los óvulos relacionada con la edad aumenta el riesgo de trastornos como el síndrome de Down, el autismo y la esquizofrenia en las generaciones futuras.



**Después de los 30 años, la fertilidad de la mujer disminuye rápidamente** cada año hasta la menopausia, usualmente alrededor de los 50 años. En la década previa a la menopausia, la fertilidad se reduce en gran medida. La fertilidad del hombre también se reduce con la edad, pero más gradualmente.

## ¿Y ahora qué?

**¡Infórmese!** Averigüe sobre los factores de riesgo de la infertilidad y haga a su proveedor de cuidado de la salud cualquier pregunta que tenga sobre su habilidad para concebir y sobre el curso natural de la fertilidad en el transcurso de su vida.



**¡Planifique!** Nunca es demasiado tarde para empezar. Hable hoy mismo con su proveedor de cuidado de la salud para saber cómo mejorar su salud en general y eliminar factores de riesgo para que su cuerpo esté listo para concebir cuando usted lo desee.

Chandra, A., Copen, C.E., & Stephen, E.H. (2013). Infertility and Impaired Fecundity in the United States, 1982-2010.

Centers for Disease Control and Prevention. (2019). Infertility FAQs.