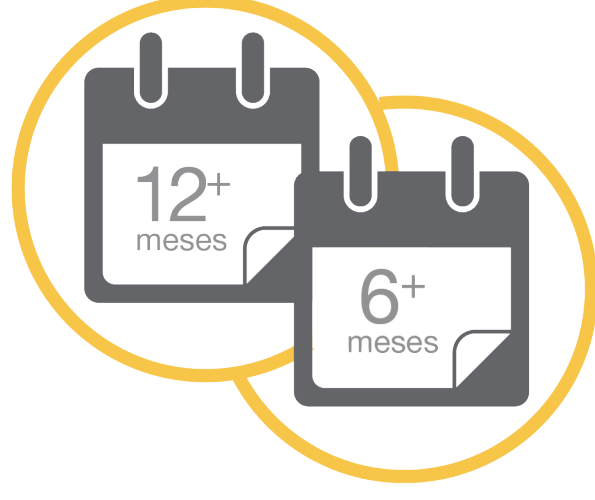


Entendiendo La Infertilidad

¿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.

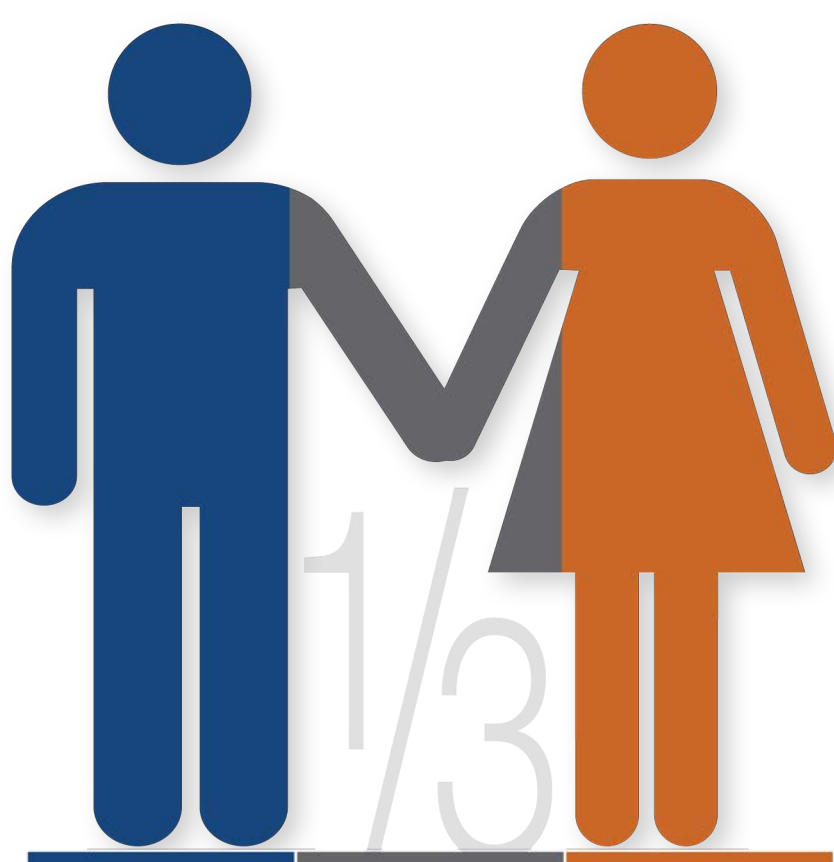
En los Estados Unidos, cerca del **7% de los hombres** (4,7 millones) y cerca del **11% de las mujeres** (6,7 millones) en edad reproductiva han experimentado problemas de fertilidad.



En **1/3** de las parejas infértiles, quien tiene dificultad es el **hombre**.

En **1/3** de las parejas infértiles, no es posible identificar el problema o **tanto** el hombre como la mujer tienen dificultades.

En **1/3** de las parejas infértiles, quien tiene dificultad es la **mujer**.



¿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?



Hoy en día, las mujeres son **8 veces** más propensas a tener su primer hijo **después de los 35 años** que las mujeres en 1970. Esperar demasiado puede causar problemas.

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

- ▶ Los hombres mayores producen menos espermatozoides y espermatozoides 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 espermatozoides 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.