



Síndrome de ovario poliquístico

¿QUÉ ES EL SÍNDROME DE OVARIO POLIQUÍSTICO?

El *síndrome de ovario poliquístico* (PCOS por sus siglas en inglés) es un trastorno hormonal caracterizado por una variedad de indicios y síntomas. Pueden incluir:

- Irregularidad o suspensión de periodos menstruales
- Infertilidad
- Aumento de peso (especialmente en la cintura)
- Acné
- Exceso de vello en la cara y el cuerpo
- Pérdida de cabello en el cuero cabelludo

Las mujeres con PCOS a menudo tienen muchos quistes pequeños y que no causan dolor en los ovarios (de allí el nombre "poliquístico"). Estos quistes no son cancerosos.

El PCOS afecta de 7 a 10 por ciento de las mujeres en edad fértil y es la causa más común de infertilidad. En Estados Unidos, de 5 a 6 millones de mujeres tienen el síndrome.

El PCOS afecta más que la reproducción. También es un problema metabólico que afecta varios sistemas del cuerpo.

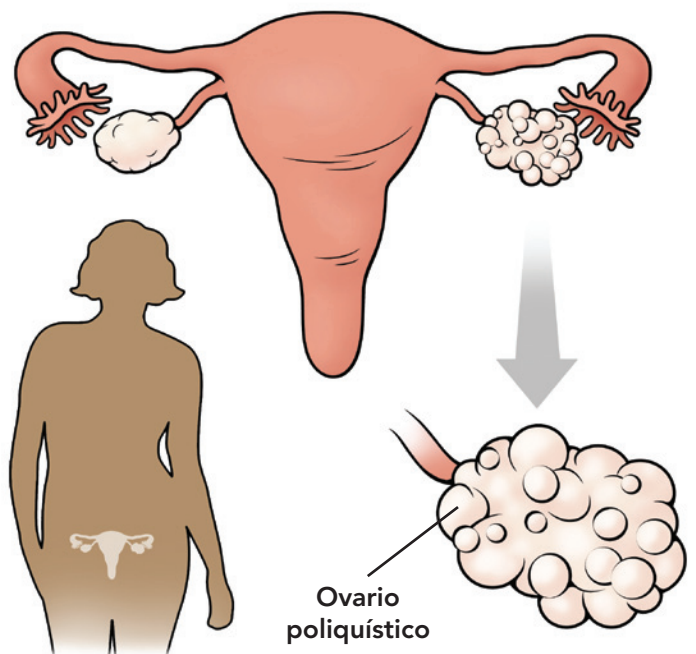
¿SABÍA USTED?

El PCOS es el trastorno hormonal más común entre mujeres en edad fértil, pero muchas mujeres no saben que lo tienen.

¿QUÉ AFECCIONES MÉDICAS PUEDEN PRESENTARSE JUNTO CON EL PCOS?

Algunos trastornos relacionados con el síndrome pueden ser serios. Muchas mujeres con el síndrome tienen una sensibilidad reducida a la insulina, la hormona que regula la glucosa (azúcar) en la sangre. Este trastorno, denominado resistencia a la insulina, es un importante factor de riesgo para la diabetes de tipo 2.

Las mujeres con el síndrome a menudo tienen diabetes de tipo 2, un nivel bajo de colesterol bueno (HDL por sus siglas en inglés), un nivel alto de colesterol malo (LDL por sus siglas en inglés) y exceso de otras grasas en la sangre, entre ellas los triglicéridos. Estos factores pueden aumentar el riesgo de que le sobrevenga un ataque cardíaco o un derrame cerebral en el futuro.



Las mujeres que tienen el PCOS y sobrepeso u obesidad, también pueden tener apnea del sueño, que interrumpe la respiración repetidamente durante el sueño. Este trastorno puede empeorar la resistencia a la insulina y los problemas cardiovasculares en mujeres con el síndrome.

Debido a los ciclos menstruales irregulares y la falta de ovulación, es posible que la pared del útero no se desprenda con la debida frecuencia. Sin tratamiento, el riesgo de cáncer de la pared del útero (endometrio) puede aumentar.

¿QUÉ CAUSA EL PCOS?

Se desconoce la causa exacta del síndrome. De hecho, lo más probable es que haya más de una causa. En general, la causa subyacente del trastorno es un desequilibrio hormonal. También se le denomina "exceso de andrógeno ovariano" porque los ovarios producen hormonas masculinas (andrógenos) en exceso.

Al parecer, el PCOS es hereditario. Las hijas y otras parientes con el PCOS corren mayor riesgo de tener el síndrome.

¿CÓMO SE DIAGNOSTICA EL PCOS?

Además de los periodos menstruales irregulares, los primeros indicios del síndrome pueden ser el crecimiento de vello en el rostro y en el cuerpo, la pérdida de cabello en el cuero cabelludo, acné y aumento de peso. Sin embargo, no siempre ocurre un aumento de peso. Las mujeres de peso normal también pueden tener el síndrome.

Además de evaluar los indicios y síntomas del PCOS, el médico le tomará la historia médica, le hará un examen físico y le hará un análisis de sangre para revisar los niveles hormonales. Posiblemente también le haga un ultrasonido de los ovarios y le haga pruebas de glucosa en la sangre.

¿CUÁL ES EL TRATAMIENTO PARA EL PCOS?

Si bien el síndrome de ovario poliquístico no tiene cura, se pueden tratar los síntomas con medicamentos y cambios de dieta y ejercicio. Se puede tratar el desequilibrio hormonal con pastillas anticonceptivas o medicamentos antiandrógenos. Los medicamentos que ayudan al cuerpo a responder mejor a la insulina también pueden ser beneficiosos. En el caso de mujeres con problemas de fertilidad que no se resuelvan con sólo cambios de estilo de vida, ciertos medicamentos (para la fertilidad) pueden mejorar la ovulación.

Preguntas que debe hacerle a su médico

- ¿Tengo el PCOS?
- ¿Qué opciones de tratamiento tengo?
- ¿Cuáles son las ventajas y desventajas de cada una de las opciones de tratamiento?
- ¿Es probable que no sea fértil después del tratamiento o voy a poder salir embarazada?
- ¿Debo consultar con un endocrinólogo sobre mi afección?

RECURSOS

- Encuentre un endocrinólogo: www.hormone.org o llame al 1-800-HORMONE (1-800-467-6663)
- La Red de Salud Hormonal: Información sobre PCOS (inglés): www.hormone.org/polycystic/index.cfm
- MedlinePlus (Instituto Nacional de Salud): www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/000369.htm
- Mayo Clinic: www.mayoclinic.com/health/polycystic-ovary-syndrome/DS00423
- Asociación de la Fertilidad de Estados Unidos: www.theafa.org
- Sociedad del PCOS y Exceso Andrógeno: www.ae-society.org
- Asociación del Síndrome de Ovarios Poliquísticos: www.pcosupport.org

EDITORES

Ricardo Azziz, MD, MPH
David A. Ehrmann, MD

Marzo del 2010, 4ta edición

La Red de Salud Hormonal (*Hormone Health Network*) ofrece recursos gratuitos por Internet que se basan en los más avanzados conocimientos científicos y clínicos de la Sociedad de Endocrinología (*The Endocrine Society*) en www.endo-society.org. El objetivo de la Red es que los pacientes no solo tengan información, sino que sean activos participantes en la atención de salud que reciben.

Síndrome de ovario poliquístico hoja informativa



www.hormone.org