

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Dec 06, 2021

Problemas de fertilidad: algunas razones

Las definiciones de problemas de fertilidad varían de un país a otro. Pero a las parejas generalmente se les diagnostica problemas de fertilidad si han estado intentando tener un bebé sin éxito durante entre uno y dos años.

Si eres una mujer de más de 35 años, es posible que tu médico quiera hacer algunas pruebas y tal vez ofrecer tratamiento después de tan solo seis meses.

Qué pasa si tienes problemas de fertilidad?

Para las personas que intentan tener un hijo, enfrentar la posibilidad de problemas de fertilidad puede ser muy estresante. Es posible que te preocupe que nunca podrás tener un bebé.

Pero los problemas de fertilidad son comunes y existen tratamientos que pueden ayudar. Lo primero que usted y su médico deben averiguar es por qué tiene problemas.

Para que una mujer quede embarazada, deben suceder varias cosas en el momento adecuado.

- La mujer tiene que producir un óvulo
- El hombre tiene que producir espermatozoides sanos
- El óvulo tiene que viajar desde el ovario de la mujer hasta la trompa de Falopio
- La pareja tiene que tener relaciones sexuales en el momento en que se libera el óvulo
- Los espermatozoides tienen que nadar por la vagina y el útero hasta la trompa de Falopio hacia el óvulo
- El óvulo tiene que ser fecundado por el espermatozoide del hombre
- El óvulo fecundado tiene que incrustarse (plantarse) en el útero de la mujer.

Puede tomar tiempo para que las parejas logren un embarazo. La mayoría de las parejas que intentan quedar embarazadas tienen éxito en un año. Pero si lo has intentado durante más de un año sin éxito, es posible que tengas problemas de fertilidad.

Problemas de fertilidad: algunas razones

Hay muchas razones por las que a una pareja le puede resultar difícil quedar embarazada. Uno o ambos miembros de la pareja pueden tener un problema que los médicos pueden identificar con pruebas.

A veces, los médicos no pueden averiguar por qué le resulta difícil quedar embarazada. Esto se llama infertilidad inexplicable y afecta a aproximadamente 10 de cada 100 parejas.

Los médicos ahora piensan que la infertilidad inexplicable probablemente es causada por un pequeño problema en cada uno de los miembros de la pareja. Por sí solos, los problemas no importarían. Pero si ambos miembros de la pareja tienen algo ligeramente mal, afecta la posibilidad de quedar embarazada.

Si tienes infertilidad inexplicable, es probable que te ofrezcan un tratamiento que puede ayudarlos a ambos.

Problemas para quedar embarazada: mujeres

Estas son las principales razones por las que a las mujeres les resulta difícil quedar embarazadas:

- Es posible que los ovarios no liberen óvulos (ovulen) con regularidad. Este es el principal problema para un tercio de las mujeres. Una de las razones más comunes es una afección llamada síndrome de ovario poliquístico (SOP). El síndrome de ovario poliquístico es causado por un desequilibrio hormonal.
- Aproximadamente 15 de cada 100 mujeres que no han podido quedar embarazadas tienen las trompas de Falopio dañadas u obstruidas. Estos son los tubos que conectan los ovarios con el útero. Si las trompas están obstruidas, los óvulos y los espermatozoides no podrán alcanzarse para ser fertilizados.

Estas obstrucciones suelen estar causadas por infecciones como la enfermedad inflamatoria pélvica (EIP), la clamidia o la gonorrea. Sin embargo, estas infecciones generalmente se pueden tratar.

- Aproximadamente 5 de cada 100 mujeres que no pueden quedar embarazadas tienen una afección llamada endometriosis. Esto sucede cuando las células del revestimiento del útero (el endometrio) comienzan a crecer fuera del útero, a veces alrededor de los ovarios o las trompas de Falopio.
- La fertilidad de una mujer (capacidad de quedar embarazada) disminuye a partir de los 35 años. Disminuye más rápidamente una vez que tienes más de 40 años.
- Algunas mujeres atraviesan la menopausia temprano. La menopausia es cuando los ovarios dejan de liberar óvulos. Le ocurre a todas las mujeres, normalmente entre los 45 y los 55 años. Puede ocurrir antes en algunas mujeres.
- Un pequeño número de mujeres produce muy poco o nada de las dos hormonas que producen la ovulación. Las hormonas se llaman hormona luteinizante (LH) y hormona foliculoestimulante (FSH).
- Los grandes crecimientos no cancerosos llamados fibromas pueden impedir que un óvulo fertilizado crezca en el útero.

Problemas para quedar embarazada: hombres

La mayoría de los hombres con problemas de fertilidad tienen uno o todos estos problemas:

- Muy pocos espermatozoides (recuento bajo de espermatozoides)
- Espermatozoides de forma anormal, que no pueden moverse normalmente ni fecundar un óvulo.
- Espermatozoides que no nadan bien.

Una muestra de esperma normal debe contener entre 20 y 300 millones de espermatozoides por mililitro (mL para abreviar). La mitad de estos deben ser móviles y estar bien formados.

Si tiene menos espermatozoides que esto, tiene un recuento de espermatozoides bajo. Esto no significa que tú y tu pareja no puedan quedar embarazadas. Podría significar que puede llevar más tiempo. Pero algunos hombres tienen muy pocos espermatozoides o ninguno.

Un recuento bajo de espermatozoides puede ser causado por:

- un desequilibrio hormonal
- Daño previo en los testículos
- una infección en los testículos, o
- tus genes.

Algunos hombres producen espermatozoides, pero no pueden introducirlos en la vagina de su pareja. Esto puede deberse a que no pueden tener una erección o porque no pueden liberar espermatozoides (eyacular) de su pene.

Esto podría deberse a que hay una obstrucción en los conductos entre los testículos y el pene. O los espermatozoides podrían ir hacia atrás, hacia la vejiga en lugar de hacia el pene.

Esto puede ser causado por daño a los nervios. El daño a los nervios puede ser causado por varias cosas, como la diabetes o la cirugía.

Cómo averiguan los médicos cuál es la causa de los problemas de fertilidad?

Si usted y su pareja no han podido tener un bebé, el primer paso es consultar a su médico. Ayuda si van juntos.

Su médico hará un examen físico de ambos miembros de la pareja y le hará algunas pruebas. También debe estar preparado para responder muchas preguntas personales detalladas.

Su médico le preguntará lo siguiente:

- cuánto tiempo ha estado tratando de quedar embarazada y con qué frecuencia tiene relaciones sexuales

Problemas de fertilidad: algunas razones

- sobre cualquier embarazo anterior
- sobre cualquier infección de transmisión sexual que hayas tenido en el pasado
- Si te has sometido a una cirugía
- qué anticonceptivo usaste y cuándo dejaste de usarlo
- acerca de cualquier medicamento que esté tomando
- sobre su salud general y estilo de vida.

Si eres mujer, tu médico te preguntará sobre tus períodos, y si eres hombre, te preguntará si alguna vez has tenido paperas.

Si llevas más de un año intentando tener un bebé, es probable que te deriven a un especialista. Es posible que te remitan después de seis meses de intentarlo si eres una mujer mayor de 35 años, o si tienes otros problemas de salud que hacen que los problemas de fertilidad sean más probables.

Primeras pruebas para detectar problemas de fertilidad

Su médico se encargará de que ambos se hagan pruebas.

En el caso de las mujeres, se trata de un análisis de sangre alrededor del día 21 de su ciclo menstrual, para ver si está ovulando normalmente. La prueba mide los niveles de las hormonas que se liberan cuando usted ovula.

También es posible que necesites análisis de sangre en una etapa más temprana de tu ciclo menstrual para controlar los niveles hormonales.

En el caso de los hombres, se trata de una prueba de semen para ver si tienen un recuento normal de espermatozoides y si sus espermatozoides parecen sanos. Tendrá que dar una muestra de semen, probablemente en la clínica.

Si no está ovulando normalmente o si tiene problemas con sus espermatozoides, su médico puede aconsejarle sobre tratamientos que pueden ayudar.

Pero si las pruebas mostraron que está ovulando normalmente y no hay problemas con los espermatozoides, es probable que se le recomiende a la mujer que se haga más pruebas para buscar otras razones por las que puede tener problemas para quedar embarazada.

Pruebas adicionales

Hay varias pruebas adicionales que los médicos pueden usar para obtener más información sobre su infertilidad, incluidas pruebas hormonales más detalladas. Es importante analizar las ventajas y desventajas de cualquier procedimiento médico con su médico.

Una **histerosalpingografía** es una radiografía que muestra el interior del útero y las trompas de Falopio de una mujer. Puede comprobar si hay obstrucciones o crecimientos. La prueba puede ser dolorosa, por lo que su médico puede aconsejarle que tome analgésicos de antemano.

Problemas de fertilidad: algunas razones

En la prueba, el médico inyectará líquido en el útero a través del cuello uterino. El líquido aparece en las radiografías, para que los médicos puedan ver si puede fluir a través del útero y a lo largo de las trompas de Falopio.

Si los tubos están bloqueados, el líquido no podrá pasar a través de ellos.

En una variación de esta prueba, los médicos a veces usan una **sonda de ultrasonido** en la vagina para mostrar imágenes del útero y las trompas de Falopio. En lugar de rayos X, la prueba utiliza ondas sonoras (ultrasonido).

A veces, los médicos utilizan una sonda de ultrasonido para observar el crecimiento de los óvulos en los ovarios.

Es posible que el médico quiera obtener una mejor visión de los ovarios, las trompas y la matriz mediante una **laparoscopia**. Es probable que necesites anestesia general. El médico inserta un tubo con una cámara en el extremo a través de una pequeña incisión en el abdomen.

Una laparoscopia puede ayudar al médico a ver si tienes endometriosis, trompas obstruidas o dañadas, quistes en los ovarios o fibromas. El médico puede tomar una muestra de tejido y puede ser capaz de extirpar crecimientos o tejido dañado.

Una laparoscopia es un procedimiento más serio y existe un pequeño riesgo de sangrado o daño a otras partes del cuerpo. Es posible que le lleve un tiempo recuperarse.

Si sus otras pruebas son normales, deberá decidir con su médico si debe hacer esta prueba. Es posible que pueda recibir tratamiento sin hacerse primero esta prueba.

qué tratamientos funcionan?

Si sus pruebas muestran una razón clara para sus problemas de fertilidad, su médico debería poder decirle qué tratamiento de fertilidad puede brindarle la mejor oportunidad de quedar embarazada.

Pero es importante saber que no hay garantías: el tratamiento funciona para muchas personas, pero no para todas.

Y los tratamientos para los problemas de fertilidad no siempre son sencillos. Debe tener en cuenta los efectos secundarios, la tensión emocional que el tratamiento puede ejercer sobre usted y, tal vez, el costo del tratamiento.

Si no hay una razón clara para sus problemas de fertilidad, es posible que se le recomiende esperar hasta que haya estado intentando tener un bebé durante dos años. En ese caso, es posible que te ofrezcan un tratamiento de fecundación in vitro (FIV). El hecho de que se le ofrezca la FIV probablemente dependerá de su edad.

La edad a partir de la cual a las mujeres no se les ofrece FIV varía en los diferentes países. Por ejemplo, en el Reino Unido, a las mujeres no se les suele ofrecer FIV después de los 40 años. Cuanto mayor es una mujer, menos probable es que la FIV tenga éxito.

Problemas de fertilidad: algunas razones

Hay cosas que pueden hacer ustedes mismas para mejorar sus posibilidades de quedarse embarazadas, ya sea que elijan o no recibir tratamiento:

- Mantener un peso saludable. Tener sobrepeso o bajo peso puede reducir sus probabilidades de quedar embarazada. Pregúntele a su médico si necesita hacer cambios en su peso.
- Abandonar el hábito tabáquico. Los hombres y las mujeres que fuman tienen más probabilidades de tener problemas para quedar embarazadas y más probabilidades de sufrir un aborto espontáneo.
- Tener relaciones sexuales cada dos o tres días, todas las semanas. Esto aumenta las posibilidades de no perder el momento fértil de una mujer.

Consulte nuestro folleto *Problemas de fertilidad: ¿Qué tratamientos funcionan?* para obtener más información sobre los tratamientos.

Qué sucederá?

Lo que decidas hacer con respecto a tus problemas de fertilidad es un asunto muy personal. Dependerá de lo importante que sea para ti tener un hijo utilizando tus propios óvulos y espermatozoides. Y algunas parejas están preparadas para hacerse más pruebas y tratamientos que otras.

Incluso sin tratamiento, algunas parejas llegan a concebir. Cada mes, aproximadamente 1 o 2 de cada 100 parejas con problemas de fertilidad quedan embarazadas sin ningún tratamiento médico.

Si recibe tratamiento, sus probabilidades de éxito dependerán de varios factores:

- La edad de la mujer (los tratamientos son menos exitosos en mujeres mayores de 35 años)
- La causa de su infertilidad
- El tipo de tratamiento que recibe
- El centro donde te tratan. Algunas clínicas tienen mejores tasas de éxito que otras.

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

