



**Health Professionals
Committed to the
Reproductive Needs of
Children and Adolescents**

Síndrome de Ovarios Poliquístico

¿Qué es el Síndrome de Ovarios Poliquísticos?

El Síndrome de ovarios poliquísticos (SOP) resulta de un desbalance hormonal que ocurre en algunas mujeres jóvenes y adultas. En esta condición, los niveles de hormonas androgénicas se encuentran más altos de lo normal. Existen distintos tipos de hormonas androgénicas, la testosterona es una de ellas. En mujeres saludables, los ovarios liberan un óvulo mensualmente. En mujeres y niñas con SOP, los niveles elevados de andrógenos impiden que esto ocurra, lo que resulta en cambios en el patrón de sangrado menstrual y, en algunas pacientes, en acné y aumento en vello corporal. El SOP puede ser difícil de diagnosticar, sin embargo, aun cuando no haya un diagnóstico, los profesionales de la salud pueden ayudar con el tratamiento de síntomas.

¿Cuales son los síntomas del Síndrome de Ovarios Poliquístico?

La mayoría de las pacientes con SOP padecen de cambios en el patrón de sangrado menstrual. Algunas pacientes tienen periodos irregulares (que no ocurren cada mes) y/o experimentan patrones de sangrado profuso. Acné y exceso de vello facial y corporal son algunos de los síntomas del SOP. Muchas pacientes también experimentan dificultad con el manejo de peso. Estos síntomas pueden resultar en sentimientos de tristeza o hasta depresión; si te sientes así, recuerda decirle a tu profesional de salud.

¿Toda paciente con SOP tiene quistes grandes en los ovarios ?

No, las pacientes con SOP pueden tener ovarios normales, ovarios que parezcan un poco agrandados con quistes muy pequeños. Usualmente estos cambios no causan dolor.

¿Cómo se diagnostica el SOP ?

El profesional de salud que le atienda deberá llevar a cabo un examen físico detallado. Es probable que le envíen pruebas de laboratorio. En ocasiones, un ultrasonido también puede ser de ayuda para establecer el diagnóstico.

¿Cómo se trata el SOP?

Para pacientes jóvenes con sobrepeso, usualmente una dieta balanceada, ejercicio y un plan de pérdida de peso es recomendado. La pérdida de peso podría resultar en el regreso a un patrón menstrual regular. Una dieta balanceada, ejercicio y pérdida de peso también puede resultar en mejorar los cambios de decoloración de la piel conocidos como acantosis nigricans que suelen aparecer en el área de la axila y del cuello como resultado de altos niveles de insulina. Los altos niveles de insulina pueden resultar en problemas de salud en un futuro. El uso de pastillas hormonales (pastillas anticonceptivas) puede ayudar al tratamiento del SOP. Su profesional de salud también podría utilizar otros métodos para ayudar en el tratamiento del SOP, entre los cuales están cremas y antibióticos para acné y pastillas para disminuir el vello corporal, entre otros. Medicamentos para el tratamiento de diabetes también pueden ayudar al tratamiento del SOP.

¿Después de ser tratado, el SOP podría recurrir? ¿Tendré problemas en un futuro?

Usualmente, las pacientes en tratamiento para SOP suelen notar mejoría en síntomas de acné, vello no deseado y resistencia a insulina. El bajar de peso resulta curativo para algunas pacientes, mientras que otras requieren tratamiento adicional durante el resto de su vida. Es importante notar que las pacientes con SOP están a mayor riesgo de problemas como dificultad para embarazarse y mantener un embarazo saludable, cáncer uterino, diabetes y enfermedad cardiovascular. Es por esto que resulta importante el mantener buen control de la condición. Tu profesional de salud puede hablarte más acerca de la importancia del tratamiento, dieta balanceada, ejercicios, uso de anticonceptivos, entre otros.