

6.2. Esterilidad

Se dice que se es estéril cuando no se consigue un embarazo después de 1 año de mantener relaciones sexuales frecuentes y no protegidas. Se reduce a los 6 meses cuando la mujer tiene más de 35 años o presenta enfermedades genéticas o abortos de repetición. El 10-15% de las parejas son estériles.

Existe un gran número de causas que pueden provocar este problema, tanto en el hombre como en la mujer. Aproximadamente un tercio de las causas son debidas solo al hombre, otro tercio a la mujer y el tercio restante a una combinación de factores de ambos.

La baja cantidad o la mala calidad de los espermatozoides, o la combinación de ambos, suele ser el problema masculino más frecuente. El tabaco, lesiones en los testículos (varicocele, inflamaciones, infecciones o tumores), la exposición del testículo a una mayor temperatura por criptorquidea o testículo ascensor, haber sufrido radiaciones, algunos fármacos y drogas (cocaína y marihuana) pueden alterar el esperma.

La infertilidad en la mujer, por lo general, se debe a alteraciones en la producción de hormonas o en el aparato reproductor, con frecuencia en el conducto o trompa que lleva el óvulo a la matriz.

La edad también disminuye las posibilidades de embarazo, sobre todo a partir de los 38 años porque la cantidad y calidad de óvulos es inferior y aumentan las pérdidas precoces de embarazos; hasta hacerse imposible en la menopausia.

También se puede producir esterilidad por fallos en la unión de óvulos y espermatozoides. En algunas ocasiones, la causa es desconocida.

La solución para su problema dependerá de la causa de la infertilidad. Comprende tratamientos con hormonas para aumentar la fertilidad, y/o, técnicas de reproducción asistida como: la inseminación artificial (del hombre o si es estéril, de donante de esperma), fecundación *in vitro* (técnicas basadas en introducir un óvulo fecundado en el útero), criotransferencia (transferencia de embriones congelados).



¿Cuándo consultar a su médico/a de familia?

- Si ha transcurrido 1 año intentando un embarazo y no lo han conseguido. En caso de que la mujer tenga más de 35 años, puede consultar tras 6 meses de intento.
- En los casos en los que sospechen una infección genital.
- Cuando necesiten tratamiento con hormonas u otros productos que las contengan.

¿Dónde conseguir más información?

- <https://medlineplus.gov/spanish/infertility.html>
- <https://www.msdsalud.es/cuidar-en/fertilidad/causas-principales-infertilidad-femenina.html>

¿Qué puede hacer?

- Consulte a su médica o médico:
 - Infórmele de cualquier infección (paratiditis) o enfermedad en los genitales que haya podido tener usted o su pareja, así como de infecciones o enfermedades que hayan padecido desde su infancia, e incluso de las enfermedades importantes que haya habido en su familia o de abortos de repetición, que pueden alterar la fertilidad.
 - Informe a su médico de cualquier posible exposición a radiaciones de usted o su pareja. La exposición a radiaciones puede ser motivo de esterilidad. Siga los consejos de protección adecuados.
 - Indíquele qué medicamentos, tóxicos y drogas han tomado.
- Mantengan un **estilo de vida sano**, eviten el consumo de drogas, el alcohol y el tabaco.

