



El Síndrome del Ovario Poliquístico (SOP)

El SOP, o Síndrome del Ovario Poliquístico, es una afección común en adolescentes y jóvenes. Dependiendo de cómo se diagnostique el SOP, casi 1 de cada 10 personas con ovarios tiene SOP.

¿Qué es el SOP?

El SOP es una condición compleja de diagnosticar y explicar porque afecta a todas las personas de manera diferente. Para tener el diagnóstico de SOP en la adolescencia, deben existir los siguientes hallazgos:

1. **Períodos irregulares debido a la ovulación irregular:** Esto puede significar períodos saltados, ningún período en absoluto o períodos que aparecen con más frecuencia que cada 3 semanas.
- Y
2. **Hiperandrogenismo:** Esto significa que una persona tiene acné o hirsutismo (pelo adicional en la cara y el cuerpo). Si no se tienen estas afecciones, el SOP también se puede diagnosticar porque el nivel de andrógenos (generalmente la hormona testosterona) en un análisis de sangre es elevado.

A veces, el diagnóstico del SOP no se puede confirmar porque los análisis de sangre para el SOP no son perfectos. Cuando se sospecha del SOP, pero el diagnóstico no es seguro, se considera que alguien está “en riesgo de padecer SOP”. El diagnóstico del SOP requiere que se realicen análisis de sangre para ver si existen otras causas de períodos irregulares e hiperandrogenismo. El SOP se diagnostica cuando los análisis de sangre son normales o muestran un aumento de pequeño a moderado en la testosterona u otras hormonas andrógenos.

¿Qué causa el SOP?

- + Las causas del SOP son complejas y cada día se realizan nuevas investigaciones para comprender más. Los médicos saben que las personas con SOP deben tener factores genéticos o heredados que hacen que el cuerpo sea menos sensible a la insulina, y esto se denomina resistencia a la insulina. También existen factores genéticos que hacen que los ovarios sean más sensibles a la insulina y produzcan más de la hormona testosterona. Hay otras interacciones con las hormonas que provocan niveles más altos de insulina y andrógenos, y esto puede afectar a todo el cuerpo. Una vez que se descubre que alguien tiene SOP, debe hacerse una prueba de prediabetes, enfermedad del hígado graso y colesterol alto. El SOP también se puede asociar con problemas de humor como depresión y ansiedad, y problemas para dormir. El aumento de peso también puede ser una preocupación.





¿Tener el SOP significa que tengo quistes en mis ovarios?

- + No. El SOP fue nombrado hace más de 100 años y no describe con precisión la condición. Una “apariencia quística” del ovario puede ocurrir cuando alguien no ovula regularmente, pero un “quiste ovárico” es un crecimiento o acumulación de líquido que se trata de manera muy diferente y, por lo general, desaparece por sí solo. Las personas con SOP pueden tener quistes ováricos, pero estos se deben a diferentes causas.
- + Los ovarios de apariencia quística pueden ser normales para los adolescentes y no deben usarse para diagnosticar el SOP hasta que alguien haya tenido su período durante al menos 8 años. Las personas pueden tener SOP y no tener ovarios de apariencia quística.

¿Cómo se trata el SOP?

- + Todas las personas con SOP son diferentes. El mejor enfoque es referirle al centro médico y luego decidir cuál es el siguiente paso. Hay muchos tipos diferentes de proveedores de salud que ayudan con la atención del SOP, incluidos endocrinología, ginecología, dermatología, medicina adolescente, psicología, medicina del estilo de vida, nutricionistas registrados y su proveedor de atención primaria.



Options for managing periods with PCOS:

- + Cuando alguien tiene SOP, los ovarios no liberan un óvulo (ovulan) cada mes. Sin una ovulación regular, es posible que no haya períodos, períodos salteados, períodos irregulares o sangrado muy abundante y prolongado. Hay opciones de tratamientos que pueden ayudar con los síntomas y mantener el útero saludable.

¿El SOP me impedirá tener hijos en el futuro?

- + No. Las personas con SOP pueden tener hijos. A veces, las personas con SOP necesitan tratamientos médicos para ayudarles a ovular y poder concebir un embarazo.



¡Conozca más!