

Miomas uterinos

Los miomas uterinos son tumores benignos que se desarrollan en el útero y afectan a millones de mujeres en edad reproductiva. Aunque muchas veces no provocan síntomas, algunos pueden causar sangrados abundantes, dolor pélvico o problemas de fertilidad. Detectarlos a tiempo ayuda a prevenir complicaciones y elegir el tratamiento más adecuado.

¿Qué es un mioma uterino?

Un **mioma uterino** es un tumor no canceroso que crece en el tejido muscular del útero. También se le conoce como **fibroma uterino** o **leiomioma** y puede aparecer de forma única o múltiple.

Los miomas uterinos son muy frecuentes en mujeres entre los 30 y 50 años y su crecimiento suele estar relacionado con las hormonas femeninas, especialmente los estrógenos y la progesterona.

El tamaño puede variar desde pequeños nódulos casi imperceptibles hasta masas grandes que deforman el útero y generan molestias importantes.

¿Qué causan los miomas uterinos?

La causa exacta de los miomas uterinos todavía no se conoce completamente, pero existen diversos factores hormonales, genéticos y metabólicos relacionados con su aparición.

- Entre las principales causas y factores asociados se encuentran los cambios hormonales, el exceso de estrógenos, los antecedentes familiares de miomas, la obesidad, el inicio temprano de la **menstruación**, las mujeres que no han tenido hijos, factores hereditarios o las alteraciones en el tejido muscular uterino.
- Además, algunos hábitos de vida y enfermedades metabólicas pueden aumentar el riesgo de desarrollar miomas uterinos.

Tipos de mioma uterino

- **Mioma subseroso:** Crece en la parte externa del útero y puede hacer que el abdomen se vea inflamado o abultado.
- **Mioma intramural:** Es el tipo **más frecuente**. Se desarrolla dentro de la pared muscular del útero y puede aumentar su tamaño.
- **Mioma submucoso:** Se forma debajo del endometrio y suele causar sangrados abundantes y problemas de fertilidad.
- **Mioma pediculado:** Está unido al útero mediante un pequeño tallo llamado pedículo y puede provocar dolor intenso si se torsiona.

Clasificación del mioma uterino según el tamaño

- **Mioma pequeño:** Tiene un diámetro igual o menor a 2 centímetros.
- **Mioma mediano:** Mide entre 2 y 6 centímetros.
- **Mioma grande:** Puede medir entre 6 y 20 centímetros.
- **Mioma gigante:** Supera los 20 centímetros de diámetro.

Síntomas del mioma uterino

Muchas mujeres con miomas uterinos no presentan síntomas. Sin embargo, cuando los miomas crecen o cambian de posición, pueden generar molestias importantes. Los síntomas más comunes son:

- **Sangrado:** Menstrual abundante y/o entre menstruaciones.
- **Dolor:** Pélvico, durante las **relaciones sexuales** o menstruaciones dolorosas.
- Inflamación abdominal, sensación de presión en la pelvis.
- Ganas frecuentes de orinar, anemia o estreñimiento.
- Dificultad para embarazarse.

La intensidad de los síntomas dependerá del tamaño, número y ubicación de los miomas.

Diagnóstico del mioma uterino

El diagnóstico de los miomas uterinos se realiza mediante valoración ginecológica y estudios de imagen.

Las pruebas más utilizadas son:

- Examen pélvico.
- **Ultrasonido** transvaginal.
- Resonancia magnética.
- Histeroscopia.
- Ecografía con solución salina.
- Biopsia endometrial.
- Estudios hormonales.

Estos estudios permiten conocer el tamaño, localización y cantidad de miomas presentes en el útero.

Tratamiento del mioma uterino

El tratamiento dependerá de factores como la edad, los síntomas, el tamaño de los miomas y el deseo de embarazo futuro.

- **Medicamentos:** Pueden utilizarse **anticonceptivos hormonales**, analgésicos, suplementos de hierro o medicamentos para disminuir el sangrado menstrual.
- **DIU hormonal:** Ayuda a controlar el sangrado abundante y mejorar algunos síntomas.
- **Embolización de arterias uterinas:** Es un procedimiento que bloquea el flujo sanguíneo hacia el mioma para reducir su tamaño.
- **Miomectomía:** Consiste en retirar únicamente los miomas y conservar el útero.
- **Histerectomía:** Es la cirugía para retirar completamente el útero y suele recomendarse en casos severos.
- **Histeroscopia:** Permite eliminar miomas ubicados dentro del útero mediante técnicas mínimamente invasivas.

Prevención del mioma uterino

No existe una forma definitiva de prevenir los miomas uterinos, pero algunos hábitos saludables pueden ayudar a reducir el riesgo:

- Mantener un peso saludable.
- Llevar una alimentación equilibrada.
- Realizar actividad física regularmente.
- Evitar el tabaquismo.
- Acudir a revisiones ginecológicas periódicas.
- Controlar enfermedades hormonales o metabólicas.

La detección temprana de un **mioma uterino** puede evitar complicaciones y mejorar la calidad de vida.

Factores de riesgo del mioma uterino

Existen factores que aumentan la probabilidad de desarrollar miomas uterinos:

- Antecedentes familiares.
- Edad reproductiva.
- Obesidad.
- Hipertensión.
- Cambios hormonales.
- Menstruación temprana.
- No haber tenido embarazos.
- Consumo elevado de alcohol.
- Dieta alta en grasas.

Preguntas frecuentes sobre los miomas uterinos

¿Los miomas uterinos son cáncer?

No. La mayoría de los miomas uterinos son tumores benignos y rara vez se convierten en cáncer.

¿Los miomas uterinos pueden causar infertilidad?

Sí. Algunos miomas pueden dificultar el embarazo dependiendo de su tamaño y ubicación.

¿Los miomas desaparecen solos?

En algunos casos pueden disminuir después de la menopausia debido a la reducción hormonal.

Autor y colaboradores



Eva Sánchez Castro

Comunicadora Social, Autor

Comunicadora social y especialista en contenido de calidad para webs médicas con más de 10 años de experiencia. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 8 Agosto 2017 Actualización: 14 Julio 2026



Delia Sánchez Castro

Colaborador

Comunicadora social y periodista con más de 20 años de experiencia en periodismo y webs médicas especializadas. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 8 Agosto 2017 Actualización: 14 Julio 2026