

Ovarios poliquísticos

El **Síndrome de Ovario Poliquístico (SOP)** es un trastorno hormonal que afecta a entre el 15% y el 26% de las mujeres en edad fértil en España. A pesar de su alta incidencia, más de la mitad de ellas lo desconocen.

¿Qué es el Síndrome de Ovario Poliquístico (SOP)?

El **SOP** es una afección que se produce cuando una mujer genera un exceso de hormonas masculinas (andrógenos), lo que provoca una ovulación poco frecuente o irregular.

Normalmente, el ovario libera un óvulo maduro cada mes. Sin embargo, en mujeres con SOP, el exceso de andrógenos impide que los folículos maduren correctamente. Esto hace que se acumulen en los ovarios, formando múltiples quistes de pequeño tamaño. Las hormonas más afectadas son:

- **Andrógenos:** Hormonas masculinas que, en exceso, alteran el ciclo.
- **Estrógenos y progesterona:** Hormonas femeninas que ayudan a los ovarios a liberar los óvulos.

Síntomas del Síndrome de Ovario Poliquístico

Los **síntomas del SOP** pueden variar en cada mujer, pero es importante estar atenta a estas señales:

- **Problemas menstruales:** Ausencia de menstruación, periodos irregulares o sangrado abundante.
- **Signos de exceso de andrógenos:** Crecimiento de vello corporal en zonas como el pecho, abdomen o cara, acné severo, adelgazamiento del cabello en la cabeza y, en casos raros, engrosamiento de la voz.
- **Cambios en la piel:** La aparición de pliegues o manchas oscuras en zonas como las axilas, el cuello o la ingle.
- **Otros síntomas:** Aumento de peso, dificultad para quedarse embarazada (infertilidad), o agrandamiento del clítoris.

Diagnóstico y tratamiento del SOP

El diagnóstico del SOP requiere una evaluación médica completa. Los métodos más comunes son:

1. **Revisión ginecológica:** Un examen pélvico y una **ecografía** vaginal para visualizar los ovarios.
2. **Análisis de sangre:** Se miden los niveles hormonales, así como la resistencia a la insulina y la glucosa.

3. **Historial clínico:** El médico revisa el historial de la paciente, incluyendo su índice de masa corporal y posibles síntomas.

El **tratamiento del ovario poliquístico** se centra en aliviar los síntomas y prevenir complicaciones a largo plazo:

- **Cambios en el estilo de vida:** Perder peso, incluso en pequeñas cantidades, puede regular los ciclos hormonales y reducir los riesgos de diabetes e hipertensión.
- **Medicamentos:** Las **píldoras anticonceptivas** pueden regular los periodos. También se pueden recetar fármacos para tratar la diabetes, ayudar con la fertilidad o controlar el crecimiento de vello.
- **Cirugía (laparoscopia):** En casos muy específicos, se puede realizar una laparoscopia pélvica para extirpar parte del ovario y tratar la esterilidad.

Autor y colaboradores



Eva Sánchez

Asesora en educación sexual y salud integral de la mujer, Autor
Asesora en educación sexual y salud integral de la mujer, comunicadora social y periodista con más de 10 años de experiencia en periodismo y webs médicas especializadas. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 31 Enero 2019 Actualización: 5 Agosto 2025



Delia Sánchez

Comunicadora social, Colaborador

Comunicadora social y periodista con más de 15 años de experiencia en periodismo y webs médicas especializadas. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 31 Enero 2019 Actualización: 5 Agosto 2025