

## Centro Provincial de Información Ciencias Médicas Ciego de Ávila

---

### Infertilidad

#### ¿Qué es la infertilidad?

La infertilidad es un problema de salud mundial que afecta a millones de personas en edad de procrear en todo el mundo. Los datos disponibles indican que entre 48 millones de parejas y 186 millones de personas tienen infertilidad en todo el mundo. Se trata de una enfermedad del sistema reproductivo masculino o femenino consistente en la imposibilidad de conseguir un embarazo después de 12 meses o más de relaciones sexuales habituales sin protección. La infertilidad primaria es la incapacidad de lograr un embarazo, mientras que la infertilidad secundaria se refiere a no poder conseguir un embarazo después de una concepción previa. La Clasificación Internacional de Enfermedades de la OMS



proporciona más información sobre las numerosas causas primarias y secundarias de la infertilidad tanto en mujeres como en hombres.

La infertilidad puede deberse a factores masculinos, femeninos, a una combinación de ambos o ser idiopática. En todo caso, tanto en las mujeres como en los hombres, los factores ambientales y de estilo de

vida —como el tabaquismo, el consumo excesivo de alcohol, la obesidad y la exposición a los contaminantes ambientales— se han asociado con menores tasas de fecundidad.



### **¿Qué es la infertilidad?**

La infertilidad es la dificultad para lograr o mantener un embarazo. Los problemas de fertilidad pueden ocurrirle a las personas de todos los géneros y pueden tener muchas causas.

La infertilidad es común.

A algunas personas les resulta difícil lograr un embarazo o mantenerlo. Usualmente te diagnostican con infertilidad cuando no logras quedar en embarazo después de 1 año o

más de intentarlo, o si has tenido varios abortos espontáneos (pérdidas). Hay tratamientos para muchos tipos de infertilidad, por lo que muchas personas logran quedar en embarazo y tener bebés saludables.

La infertilidad no es únicamente “un problema de mujeres” o algo relacionado con la edad. Hay muchas cosas que pueden causar infertilidad y puede afectar a personas de cualquier sexo y edad. Cuando una pareja no logra quedar en embarazo, las dos personas tienen los mismos chances de ser la causa. Por eso, cuando una pareja tiene problemas para quedar en embarazo, usualmente se les hacen pruebas de infertilidad a ambas.

¿Cuáles son las causas de la infertilidad?

La infertilidad puede ser causada por muchas cosas. Para saber qué está causando tus problemas de fertilidad y encontrar el mejor tratamiento para ti, lo mejor es consultar con un doctor especializado en infertilidad. A veces no es posible saber el motivo de la

infertilidad. Esto se conoce como “infertilidad inexplicada” (o “infertilidad idiopática”). La infertilidad inexplicada puede ser muy frustrante, pero, aun así, existen opciones de tratamiento que puedes probar.

### **Causas de la infertilidad en personas con vagina:**

Algunas de las causas comunes de la infertilidad en personas con vagina (también conocida como infertilidad femenina) incluyen:

- clamidia o gonorrea no tratadas
- no hay ovulación (los ovarios no liberan óvulos)
- tus trompas de Falopio están bloqueadas por lo que el esperma no puede llegar al óvulo
- tener óvulos de mala calidad

- la forma de tu útero hace que el óvulo fertilizado no se implante fácilmente
- endometriosis
- fibromas uterinos



### **Causas de la infertilidad en personas con pene:**

Las causas más comunes de la infertilidad en personas con pene (también llamada infertilidad masculina) incluyen:

- clamidia o gonorrea no tratadas
- bajo conteo de espermatozoides (no tener

suficientes espermatozoides en el semen).

- baja movilidad de los espermatozoides (cuando no nadan bien y no pueden llegar al óvulo)
- espermatozoides que no están bien formados
- semen tan espeso que los espermatozoides no pueden moverse fácilmente en él
- no hay espermatozoides en tu semen
- Tener muchas o muy pocas de algunas de las hormonas que le ayudan a tu cuerpo a producir espermatozoides, también puede llevar a problemas relacionados con el semen que causan infertilidad.
- La infertilidad también puede suceder por problemas con la eyaculación. Si los conductos dentro de tu pene o testículos están bloqueados, puede ser

difícil eyacular, o puede suceder que no te salga semen al tener un orgasmo. A veces, al eyacular, el semen puede irse hacia atrás, de tu próstata a tu vejiga, en lugar de que salga por el pene.

Si eres trans y usas hormonas.

Los tratamientos con hormonas y las cirugías de afirmación de género pueden causar infertilidad, pero no siempre sucede. Si deseas quedar en embarazo, consulta con tu doctor o enfermera acerca de tus opciones de fertilidad. Si no deseas quedar en embarazo, usa anticonceptivos.





### **¿Qué cosas pueden aumentar mi riesgo de infertilidad?**

Hay ciertos factores de salud y estilo de vida que pueden aumentar tus chances de tener problemas de fertilidad. Por ejemplo:

- Ser mayor de 35 años (en el caso de las personas con vagina).
- Tener mucho sobrepeso o muy poco peso.
- Quimioterapia o radioterapia.
- Mucha exposición a toxinas ambientales, como plomo o pesticidas.

- Consumo excesivo de alcohol o drogas.
- Fumar tabaco.
- No hacerse los exámenes recomendados para la clamidia y la gonorrea.
- Haber tenido enfermedad pélvica inflamatoria (EPI).
- Lesiones en el escroto y los testículos.
- Haber recibido mucho calor en los testículos (por usar ropa muy ajustada o por nadar o bañarse en agua caliente con frecuencia y recientemente).
- Tener un testículo no descendido.

### **¿Cómo puedo lidiar con la infertilidad?**

Para quienes desean tener un bebé, tener problemas para quedar o mantener un embarazo puede ser frustrante y hasta devastador. Una de

las partes más difíciles de la infertilidad es manejar los cambios en tus emociones. Cuidar de tu salud emocional mientras tratas de quedar en embarazo es tan importante como mantener una buena salud física.

Trata de mantener bajar tu nivel de estrés, dedicando tiempo a actividades saludables que sean placenteras y relajantes, como meditar, leer, hacer ejercicio o caminar. También, buscar el apoyo de tus amistades, la familia, pareja, terapeutas y grupos de apoyo puede ser de mucha ayuda.

Hay muchos recursos para ayudarte a sobrellevar la infertilidad. Hablar de tus sentimientos y experiencias te puede ayudar a procesar las emociones y a mantenerte tranquilo. Los grupos en línea o en persona para quienes tienen problemas de fertilidad, son un buen lugar para conocer a otras personas que están pasando por lo mismo que tú, y que pueden ofrecerte consejos y apoyo. También puede ser de mucha ayuda encontrar un consejero o terapeuta.

Puedes obtener más información sobre cómo sobrellevar la infertilidad en RESOLVE (de la National Infertility Association). Tu doctor, especialista en fertilidad o el centro de salud de Planned Parenthood más cercano a ti, también pueden ofrecerte otros recursos y consejos para encontrar grupos de apoyo en tu área.



## Bibliografía

1. Rojas Quintana Práxedes, Medina Tío Dulce, Torres Ajá Lidia. Infertilidad. Medisur [Internet]. 2011 Ago [citado 2025 Jul 23]; 9(4): 340-350. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727-897X2011000400012&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2011000400012&lng=es).
2. Ramírez Moran Angel Florencio, Cala Bayeux Ángela, Fajardo Iglesia Denia, Scott Grave de Peralta Randhol. Factores causales de infertilidad. Rev. inf. cient. [Internet]. 2019 Abr [citado 2025 Jul 23]; 98(2): 283-293. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1028-99332019000200283&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-99332019000200283&lng=es).
3. Luna Florencia. Infertility in Latin America: looking for a new model. Rev. Bioética y Derecho [Internet]. 2013 mayo [citado 2025 Jul 23]; (28): 33-47. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1886-58872013000200004&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1886-58872013000200004&lng=es).  
<https://dx.doi.org/10.4321/S1886-58872013000200004>.
4. Llaguno Concha Antonio Ángel. Factores socioepidemiológicos y clínicos presentes en mujeres atendidas en consulta de infertilidad. Socioepidemiological and clinical factors found in women seen at the infertility service. Rev Cubana Obstet Ginecol [Internet]. 2015 Dic [citado 2025 Jul 23]; 41(4): Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0138-600X2015000400006&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-600X2015000400006&lng=es).
5. Villanueva-Ccoyllo Sheyla B., Roldan-Arbieto Luis. Factores de riesgo para infertilidad en mujeres en un Hospital Peruano. Rev. Fac. Med. Hum. [Internet]. 2020 Abr [citado 2025 Jul 23]; 20(2): 186-192. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2308-05312020000200186&lng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2308-05312020000200186&lng=es).

[http://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v20i2.  
2840.](http://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v20i2.2840)