



Polycystic Ovary Syndrome

What is polycystic ovary syndrome?

The term *polycystic ovary syndrome* (PCOS) is a hormonal disorder defined by a group of signs and symptoms. These may include:

- Irregular or absent menstrual periods
- Infertility
- Weight gain (especially at the waist)
- Acne
- Excess hair on the face and body
- Thinning hair on the scalp

Women with PCOS often have many small painless cysts in the ovaries (hence the name “polycystic”). These cysts are not cancerous.

PCOS affects 7 to 10 percent of women of childbearing age and is the most common cause of infertility. In the United States, an estimated 5 to 6 million women have PCOS, many of them without realizing it.

PCOS affects more than reproduction. It’s also a metabolic problem that affects several body systems.

What are the health implications of PCOS?

Some conditions related to PCOS are potentially serious. Many women with PCOS have decreased sensitivity to *insulin*, the hormone that regulates glucose (sugar) in the blood. This condition is known as *insulin resistance*, and is a major risk factor for type 2 diabetes.

Women with PCOS often have type 2 diabetes, low levels of good cholesterol (HDL), and high levels

of bad cholesterol (LDL) and other blood fats, including triglycerides. These factors may increase the risk of heart attack or stroke later in life.

Women with PCOS who are overweight or obese can also develop a condition called *obstructive sleep apnea*, when breathing stops repeatedly during sleep. This condition can worsen the insulin resistance and cardiovascular problems of women with PCOS.

Because of irregular menstrual cycles and lack of ovulation, the lining of the uterus may not shed as often as it should. Left untreated, this may increase the risk of cancer of the uterine lining (endometrium).

What causes PCOS?

The exact cause of PCOS is still unknown. In fact, there is probably more than one cause. In general, an imbalance of hormones underlies the condition. It has also been called “ovarian androgen excess” because the ovaries produce male hormones (androgens) in increased amounts.

PCOS seems to be inherited. So, female relatives or children of patients with PCOS are at increased risk for having PCOS.

How is PCOS diagnosed?

Along with irregular periods, the first signs of PCOS may be the growth of facial and body hair, thinning scalp hair, acne, and weight gain. Weight gain, however, is not always present. Normal weight women can also have PCOS.

In addition to assessing signs and symptoms of PCOS, doctors take a medical history, perform a physical

exam, and check blood hormone levels. They may also perform an ovarian ultrasound and measure glucose (sugar) levels in the blood.

How is PCOS treated?

While PCOS is not curable, symptoms are treatable with medications and changes in diet and exercise. There are several approaches to achieving hormonal balance, including birth control pills and anti-androgen medications. Medications that help the body respond better to insulin may also be helpful. For women whose infertility problems are not resolved with lifestyle changes alone, medications that improve ovulation (fertility drugs) may be helpful.

What should you do with this information?

If you have symptoms of PCOS talk with a specialist. An endocrinologist, an expert in hormones, can help assess and treat your condition. You should discuss all your treatment options with your physician.

Resources

Find-an-Endocrinologist:
www.hormone.org or call
1-800-HORMONE
(1-800-467-6663)

The Hormone Foundation: PCOS
Information: www.hormone.org/polycystic/index.cfm

American Fertility Association:
www.theafa.org

Androgen Excess & PCOS Society:
www.ae-society.org

Polycystic Ovarian Syndrome
Association: www.pcosupport.org

EDITORS:

Ricardo Azziz, MD, MPH
David A. Ehrmann, MD

4th Edition

March 2010

For more information on how to find an endocrinologist, download free publications, translate this fact sheet into other languages, or make a contribution to The Hormone Foundation, visit www.hormone.org or call 1-800-HORMONE (1-800-467-6663). The Hormone Foundation, the public education affiliate of The Endocrine Society (www.endo-society.org), serves as a resource for the public by promoting the prevention, treatment, and cure of hormone-related conditions. This page may be reproduced non-commercially by health care professionals and health educators to share with patients and students.

© The Hormone Foundation 2004



Síndrome de ovario poliquístico

¿Qué es el síndrome de ovario poliquístico?

El término *síndrome de ovario poliquístico* (PCOS por sus siglas en inglés) es un trastorno hormonal caracterizado por una variedad de indicios y síntomas. Pueden incluir:

- Irregularidad o suspensión de periodos menstruales
- Infertilidad
- Aumento de peso (especialmente en la cintura)
- Acné
- Exceso de vello en la cara y el cuerpo
- Pérdida de cabello en el cuero cabelludo

Las mujeres con PCOS a menudo tienen muchos quistes pequeños y que no causan dolor en los ovarios (de allí el nombre "poliquístico"). Estos quistes no son cancerosos.

El PCOS afecta de 7 a 10 por ciento de las mujeres en edad fértil y es la causa más común de infertilidad. En Estados Unidos, de 5 a 6 millones de mujeres tienen el síndrome, muchas de ellas sin saberlo.

El PCOS afecta más que la reproducción. También es un problema metabólico que afecta varios sistemas del cuerpo.

¿Cuáles son las consecuencias del PCOS para la salud?

Algunos trastornos relacionados con el síndrome pueden ser serios. Muchas mujeres con el síndrome tienen una sensibilidad reducida a la *insulina*, la hormona que regula la glucosa (azúcar) en la sangre. Este trastorno se denomina *resistencia a la insulina*, un importante factor de riesgo para la diabetes de tipo 2.

Las mujeres con el síndrome a menudo tienen diabetes de tipo 2, un nivel bajo de colesterol bueno

(HDL por sus siglas en inglés), un nivel alto de colesterol malo (LDL por sus siglas en inglés) y exceso de otras grasas en la sangre, entre ellas los triglicéridos. Estos factores pueden aumentar el riesgo de que le sobrevenga un ataque cardíaco o un derrame cerebral en el futuro.

Las mujeres que tienen el PCOS y sobrepeso u obesidad, también pueden tener *apnea del sueño*, que interrumpe la respiración repetidamente durante el sueño. Este trastorno puede empeorar la resistencia a la insulina y los problemas cardiovasculares en mujeres con el síndrome.

Debido a los ciclos menstruales irregulares y la falta de ovulación, es posible que la pared del útero no se desprenda con la debida frecuencia. Sin tratamiento, el riesgo de cáncer de la pared del útero (endometrio) puede aumentar.

¿Qué causa el PCOS?

Se desconoce la causa exacta del síndrome. De hecho, lo más probable es que haya más de una causa. En general, la causa subyacente del trastorno es un desequilibrio hormonal. También se le denomina "exceso de andrógeno ovariano" porque los ovarios producen hormonas masculinas (andrógenos) en exceso.

Al parecer, el PCOS es hereditario. Por lo tanto, las hijas y otras parientes con el PCOS corren mayor riesgo de tener el síndrome.

¿Cómo se diagnostica el PCOS?

Además de los periodos menstruales irregulares, los primeros indicios del síndrome pueden ser el crecimiento de vello en el rostro y en el cuerpo, la pérdida de cabello en el cuero cabelludo, acné y aumento de peso. Sin embargo, no siempre ocurre un aumento de peso. Las mujeres de peso normal también pueden tener el síndrome.

Además de evaluar los indicios y síntomas del PCOS, el médico le tomará

la historia médica, le hará un examen físico y le hará un análisis de sangre para revisar los niveles hormonales. Posiblemente también le haga un ultrasonido de los ovarios y le haga pruebas de glucosa (azúcar) en la sangre.

¿Cuál es el tratamiento para el PCOS?

Si bien el síndrome de ovario poliquístico no tiene cura, se pueden tratar los síntomas con medicamentos y cambios de dieta y ejercicio. Se pueden emplear varios métodos para lograr un equilibrio hormonal, entre ellos pastillas anticonceptivas y medicamentos antiandrógenos. Los medicamentos que ayudan al cuerpo a responder mejor a la insulina también pueden ser beneficiosos. En el caso de mujeres con problemas de fertilidad que no se resuelvan con sólo cambios de estilo de vida, ciertos medicamentos (para la fertilidad) pueden mejorar la ovulación.

¿Qué debo hacer con esta información?

Si tiene síntomas del PCOS, hable con un especialista. Un endocrinólogo, médico experto en hormonas, puede ayudarla con una evaluación del trastorno y tratamiento. Debe hablar sobre todas sus opciones de tratamiento con su médico.

Recursos

Encuentre un endocrinólogo:
www.hormone.org o llame al
1-800-467-6663

La Fundación de Hormonas:
Información sobre PCOS (inglés):
www.hormone.org/polycystic/index.cfm

Asociación de la Fertilidad de Estados Unidos: www.theafa.org

Sociedad del PCOS y Exceso Andrógeno:
www.ae-society.org

Asociación del Síndrome de Ovarios Poliquísticos: www.pcosupport.org

EDITORES:

Ricardo Azziz, MD, MPH
David A. Ehrmann, MD

4ta edición Marzo del 2010

Para más información sobre cómo encontrar un endocrinólogo, obtener publicaciones gratis de la Internet, traducir esta página de datos a otros idiomas, o para hacer una contribución a la Fundación de Hormonas, visite a www.hormone.org o llame al 1-800-HORMONE (1-800-467-6663). La Fundación de Hormonas, la filial de enseñanza pública de la Sociedad de Endocrinología (www.endo-society.org), sirve de recurso al público para promover la prevención, tratamiento y cura de condiciones hormonales. Esta página puede ser reproducida para fines no comerciales por los profesionales e instructores médicos que deseen compartirla con sus pacientes y estudiantes.

© La Fundación de Hormonas 2004