

Piscofertilidad Natural explica qué relación hay entre los miomas y la infertilidad

[Multimedia](#)

Los miomas son tumores benignos cuyas consecuencias pueden ser, entre otras, la infertilidad

Cada día más mujeres descubren, en su visita rutinaria al ginecólogo, que tienen miomas. [Antonia González, embrióloga y CEO y Founder de Psicofertilidad Natural, se dedica a ayudar a mujeres a regular su sistema hormonal](#): "podría decir que el 80% de las mujeres que veo en mi consulta tienen miomas. Es un número muy elevado. Y los profesionales debemos preguntarnos el por qué". "Como casi todas las patologías endocrinas - explica - modernas van en aumento y esto no es casualidad"-.

Un mioma es un tumor, habitualmente benigno, que se desarrolla en el útero - sostiene la embrióloga -, "y que normalmente van aumentando de tamaño con el tiempo, y este acrecentamiento progresivo será más rápido o lento, en función de los hábitos de vida de la mujer, porque ya hay publicaciones y estudios que relacionan el crecimiento de tejidos (miomas, endometriosis etc.) con alteradores hormonales e incluso con los hábitos alimenticios" - explica.

"En otra entrevista hablé mucho de los disruptores endocrinos, como uno de los causantes de tantos desarreglos hormonales, por lo que no quiero ser reiterativa y solo recordaré un par de artículos interesantes al respecto: [este](#) y [este](#)".

¿Debe una mujer preocuparse por tener un mioma?

"Depende de muchos factores, de dónde esté localizado el mioma, del tamaño del mismo, de si está buscando quedarse embarazada o no, de las molestias que le genere en su vida diaria etc. cada mujer es un mundo y por eso siempre los tratamientos deben de ser personalizados", contesta la experta.

La embrióloga recuerda que existen distintos tipos de miomas, según el lugar del útero en el que se encuentren, los más frecuentes son:

Miomas submucosos: este tipo de mioma se encuentra en la parte interna del útero, es decir, pueden llegar a afectar a la capa donde se implanta el embrión, lo que se llama endometrio, ésta es la capa que se expulsa con cada menstruación. Estos miomas, al estar más cerca del interior del útero, son lo que dan más síntomas y son más molestos para la mujer, ya que puede producir sangrado de menstruación más abundante -. También pueden llegar a producir dolor durante la regla y, además, puede provocar problemas de fertilidad. Dependerá mucho del tamaño que tenga el que haya más o menos

sintomatología. Obviamente cuanto mayor sea la masa muscular, más molestias, dolores y presión produce.

Miomas intramurales: estos se desarrollan en la pared muscular del útero, es decir, son más externos que los submucosos. Suelen ser también habituales, y normalmente, no suelen producir molestias en la mujer, pero en algunos casos se ha visto que se producen sangrados más abundantes en la menstruación.

Miomas subserosos: estos miomas son los más externos, crecen en la capa externa del útero y dependiendo de su tamaño pueden provocar dolor porque provocan presión con los órganos o tejidos que rodean al útero.

La forma de saber si se tiene un mioma es a través de una ecografía, mejor si es intravaginal, no existe ningún análisis de sangre que pueda detectarlo. En el caso de que se haga una resonancia en el útero, por supuesto que los detectarán, pero se entiende que previamente se ha realizado una ecografía vaginal.

Y en casos excepcionales se puede detectar realizando una histeroscopia o laparoscopia, pero estas son pruebas más agresivas que teniendo la posibilidad de obtener información a través de una ecografía, no tendría sentido.

Qué síntomas produce

Dolor en la menstruación, dolor al mantener relaciones sexuales, sangrados más abundantes en la regla, también sangrados entre reglas, presión en la zona abdominal, problemas de fertilidad, abortos espontáneos y complicaciones en el embarazo.

Los tratamientos que se plantean hoy en día son muy variados: dependerá del tipo de mioma y del tamaño. Cuando hay varios miomas o el tamaño de los mismos es muy grande, los profesionales suelen recomendar realizar una cirugía, ya sea extirpando el mioma, o una cirugía extirpando directamente el útero, en los casos más extremos. "También se está proponiendo la toma de hormonas para aliviar los síntomas e intentar reducir el tumor benigno. Aunque recientemente algunas clínicas están practicando una nueva forma de reducir el mioma, por radiofrecuencia, no requiere de operación ni de toma de hormonas, por lo que podría ser una alternativa positiva y menos agresiva para la mujer", recuerda la experta.

"En mi centro colaboramos con profesionales que realizan esta técnica y estamos obteniendo buenos resultados al respecto, pero siempre acompañado de un tratamiento integral hormonal, es decir, cambiar los hábitos alimenticios, no solo se trata de comer sano, sino de saber qué alimentos son más o menos recomendables en cada mujer, previamente se realiza un estudio de análisis clínicos para así poder diseñar un programa personalizado a cada mujer".

"Además de la alimentación, de evitar los disruptores endocrinos, de un estudio personalizado, hemos de tener en cuenta el ejercicio físico, porque es un regulador hormonal natural muy potente. Y es imprescindible que la mujer tenga

un funcionamiento perfecto de su hígado, la fase detox es esencial para eliminar los estrógenos que sobran, además que no tenga un hiperestrogenismo, y si lo tiene tratarlo con suplementación y alimentación, y detectar si existe una inflamación crónica de bajo grado, que también podemos mejorar a través de suplementos y hábitos alimenticios y de vida. La grasa corporal también es importante para los miomas, sobre todo la visceral, porque es la que está más relacionada con la inflamación sistémica y con la resistencia a la insulina. Y no hemos de olvidar que la grasa es un reservorio tóxico, y cuantos más tóxicos acumulemos, más trabajo le damos al hígado y volvemos a la rueda de estrógenos, inflamación", concluye González.
