



Polycystic Ovary Syndrome

What is polycystic ovary syndrome?

The term polycystic ovary syndrome (PCOS) describes a group of symptoms and changes in hormone levels. The name comes from that fact that women with the condition often have many small painless cysts in the ovaries. These cysts are benign, but many of the symptoms can be emotionally distressing.

Symptoms of PCOS include:

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

PCOS affects 7% of women of childbearing age. In the United States, an estimated 5 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 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.

How is PCOS diagnosed?

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

If you have symptoms of PCOS talk with a specialist. An endocrinologist, an expert in hormones, can help assess and treat your condition. Your doctor will take your medical history, perform a physical exam, check your hormone levels, and possibly perform an ovarian ultrasound and measure glucose (sugar) levels in the blood.

What are the health implications?

Some conditions related to PCOS are potentially dangerous. Many women with PCOS have decreased sensitivity to insulin (the hormone that regulates sugar in the blood). This condition is known as insulin resistance. In order to deal with the problem, the pancreas must make more insulin. This problem is a major risk factor for adult-onset diabetes.

Women with PCOS often have increased levels of bad cholesterol (LDL). Overweight women with PCOS may also have low levels of

good cholesterol (HDL) and high levels of other fats, including triglycerides. These factors may increase the risk of heart attack or stroke later in life.

Women with PCOS can also develop a condition called obstructive sleep apnea. This condition can contribute to the metabolic 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 uterus.

What should I do with this information?

While PCOS is not curable, there are several approaches to achieving hormonal balance. Symptoms of PCOS are treatable with medications, and changes in diet and exercise. You should discuss treatment options with your physician.

Resources

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

American Fertility Association:
www.theafa.org

Androgen Excess Society:
www.androgenexcesssociety.org

Polycystic Ovarian Syndrome
Association: www.pcoupport.org
or call 877-775-7267

EDITORS:

Ricardo Azziz, MD
Andrea Dunaif, MD
David Ehrmann, MD
January 2006

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.



Síndrome de ovario poliquístico

¿Qué es el síndrome de ovario poliquístico?

El término síndrome de ovario poliquístico (PCOS por sus siglas en inglés) describe un grupo de síntomas y cambios en los niveles hormonales. El nombre se deriva del hecho que las mujeres que sufren de esta condición muchas veces tienen muchos quistes pequeños en los ovarios. Estos quistes son benignos pero muchos de los síntomas pueden causar angustia emocional.

Los síntomas del PCOS incluyen:

- Periodos menstruales irregulares o ausentes
- Infertilidad
- Problemas de peso u obesidad (especialmente en la cintura)
- Acné
- Exceso de vello en la cara y el cuerpo
- Pérdida de cabello en el cuero cabelludo

El PCOS afecta a un 7% de las mujeres que están en edad de quedar embarazadas. En los Estados Unidos hay cinco millones de mujeres que tienen el síndrome, muchas de ellas sin saber que lo tienen.

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

¿Qué causa el PCOS?

No se sabe la causa exacta del síndrome. Lo más probable es que haya más de una causa. En general, un desequilibrio hormonal es lo que subyace a la condición. También se ha llamado un "exceso de andrógeno ovariano" porque los

ovarios producen hormonas masculinas (andrógenos) en cantidades aumentadas.

¿Cómo se diagnostica el PCOS?

Junto con los periodos menstruales irregulares, las primeras señas del síndrome pueden ser el crecimiento de vello en el rostro y en el cuerpo, la pérdida de cabello, acné y aumento de peso. Sin embargo, no siempre ocurre un aumento de peso; las mujeres delgadas también pueden tener el síndrome.

Si tiene síntomas de PCOS, hable con un especialista. Un endocrinólogo—un experto en hormonas—puede ayudarle a evaluar y tratar su condición. Su médico le tomará el historial médico, le hará un examen físico, le revisará los niveles hormonales y, posiblemente, le hará un ultrasonido ovariano y le medirá los niveles de glucosa (azúcar) en la sangre.

¿Cuáles son las implicaciones para la salud?

Algunas condiciones relacionadas al síndrome tienen la posibilidad de ser peligrosas. Muchas mujeres con el síndrome tienen una sensibilidad reducida a la insulina (la hormona que regula el azúcar en la sangre). Este problema es un importante factor de riesgo para la diabetes del adulto.

Las mujeres con el síndrome muchas veces tienen niveles aumentados de colesterol malo (LDL). Las mujeres pasadas de peso que tienen el síndrome también pueden tener niveles bajos del buen colesterol (HDL) y niveles altos de

otras grasas, incluso los triglicéridos. Estos factores pueden aumentar el riesgo de un ataque cardíaco o un derrame cerebral a una edad más avanzada.

Mujeres que tienen PCOS también desarrollan una condición que causa la interrupción de la respiración durante el sueño, lo cual contribuye a los problemas metabólicos y cardiovasculares de estas mujeres.

Debido a los ciclos menstruales irregulares y la falta de ovulación, la pared del útero puede no desprenderse con la frecuencia adecuada. Si esto no se trata, puede aumentar el riesgo de cáncer en el útero.

¿Qué debo hacer con esta información?

Aunque el síndrome de ovario poliquístico no se puede curar, hay varios métodos que pueden emplearse para lograr un equilibrio hormonal. Los síntomas de PCOS son tratables con medicamentos, y cambios de dieta y ejercicio. Debe hablar con su médico con respecto a sus opciones de tratamiento.

Recursos

Encuentre un endocrinólogo:

www.hormone.org o llame al 1-800-467-6663

Asociación Americana de la Fertilidad:

www.theafa.org

Asociación del Síndrome Ovariano

Poliquístico: www.pcosupport.org o llame al 877-775-7267

Sociedad del Exceso Andrógeno:

www.androgenexcesssociety.org

EDITORES:

Ricardo Azziz, MD
Andrea Dunaif, MD
David Ehrmann, MD
Enero 2006

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