

Prueba de reserva ovárica: qué es y por qué es importante conocerla

ÁNGELA GARCÍA / NOTICIA / 25.11.2023 - 18:00H [b](#) [f](#) [X](#) [G](#) [✉](#)

Para aquellas que han pensado alguna vez en ser madre y no saben cuándo llegará el momento, la doctora Marta Sánchez-Dehesa nos cuenta por qué esto te interesa

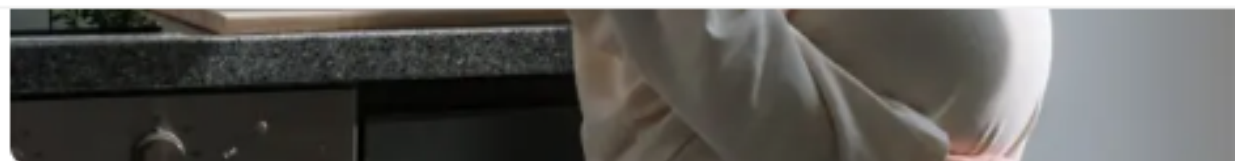
- [El cáncer de mama y la osteoporosis, ¿tienen relación?](#)
- [Qué es la histerectomía: en qué consiste esta práctica médica y cuándo se recomienda](#)



Qué son las pruebas de reserva ovárica / Cottonbro Studio

La **edad media para ser madre** por primera vez en España ha aumentado cinco años desde 1975. El hecho de retrasar la maternidad por razones sociales, económicas o por elección personal podría suponer no solo un [riesgo mayor durante la gestación](#), también una menor probabilidad de embarazado.

Por eso si alguna vez has pensado ser mamá o crees que en el futuro podrías querer formar una familia, conocer **qué es la reserva ovárica** antes de los 30 años es importante para ti



Qué son las pruebas de reserva ovárica / Cottonbro Studio

La **edad media para ser madre** por primera vez en España ha aumentado cinco años desde 1975. El hecho de retrasar la maternidad por razones sociales, económicas o por elección personal podría suponer no solo un riesgo mayor durante la gestación, también una menor probabilidad de embarazado.

Por eso si alguna vez has pensado ser mamá o crees que en el futuro podrías querer formar una familia, conocer **qué es la reserva ovárica** antes de los 30 años es importante para ti.

Junto a la Doctora Marta Sánchez-Dehesa, Jefa del equipo de ginecología en HM IMI Toledo y Directora del HM IMI Toledo, resolvemos **las dudas más repetidas sobre la reserva ovárica** y las pruebas al respecto.

 MÁS INFORMACIÓN SOBRE:[Embarazo](#)[Salud](#)[Ovarios](#)

¿Qué es la reserva ovárica?

La **reserva ovárica** es la cantidad de los óvulos que una mujer tiene en sus ovarios. Es un **indicador de fertilidad** que ayuda a los especialistas en reproducción a determinar la respuesta de las pacientes a los diferentes tratamientos a la hora de quedar embarazadas.

La doctora Sánchez-Dehesa añade que conocer esta reserva ovárica ayuda a programar la cantidad de medicación y el número de ciclos para conseguir nuestro objetivo. "**puede afectar en las posibilidades que tiene una mujer en concebir** de manera natural y disminuyen a medida que una mujer envejece", de ahí que sea importante conocer el valor de esta.



LO MÁS VISTO

Prueba de embarazo y ecografía / Pexels

Una puntualización que hace la doctora respecto a la reserva ovárica es que **"no es lo mismo que la calidad de los óvulos**, que empeoran habitualmente por la edad, endometriosis, uso de sustancias tóxicas, mala alimentación etc."

Pruebas de reserva ovárica: en qué consisten y cada cuanto hacértelas

Las **pruebas de reserva ovárica** consisten en medir el número de folículos antrales, unas bolsitas donde se encuentran los óvulos, y los niveles de la hormona antimulleriana (AMH) en la sangre.

Para **obtener los resultados**, la doctora Sánchez-Dehesa recomienda "realizar ecografías transvaginales en la consulta de ginecología donde podemos contar el número de folículos antrales (bolsitas donde se encuentran los óvulos) y una idea de la reserva ovárica. Si vemos pocos vamos a sospechar una **baja reserva**, de ser así los niveles de hormona antimulleriana (AMH) en la sangre son un indicador utilizado para evaluar la reserva ovárica. Los niveles más altos de AMH generalmente indican una mejor reserva ovárica."



Estos son los muebles que se consideran una compra inteligente
Alayans Studio



Pruebas de reserva ovárica / Pexels

Conocer el estado de tu reserva ovárica es una prueba sencilla y sin un coste muy elevado, por ello la doctora Sánchez-Dehesa la recomienda a **toda mujer por encima de 30 años** que no tengan hijos pero sí idea de ser mamá. Y añade a este grupo "a aquellas que quieren hacer una congelación de óvulos que es una técnica cada vez más realizada en nuestros centros para ayudar a conservar la fertilidad para un futuro y aquellas pacientes donde en una consulta de rutina el ginecólogo si no visualiza muchos folículos."

Las **pruebas de reserva ovárica** son una fotografía en el tiempo de cómo se encuentran nuestros óvulos en un momento dado, por ello los expertos recomiendan repetirla una vez al año si estás en un proceso de búsqueda activa de embarazo.

Dónde acudir para pruebas de reserva ovárica

A día de hoy las unidades de reproducción del **sistema público sí solicitan la hormona antimulleriana**, ya que es un indicador que puede medirse en un análisis de sangre. "Los centros de análisis clínico también los realizan y, por supuesto, los centros de reproducción. El **precio medio es de 50 euros**, pero hay centros más baratos y caros."

NOTICIA DESTACADA



Amigas para siempre... ¿O hasta ser madres? El caso de la maternidad 'mataamistades'

Lo más leído

NOTICIA DESTACADA



El ministro de Exteriores israelí dice que no olvidará la felicitación de Hamás a Sánchez