



Què és la reserva ovàrica i com afecta la teva salut

[inicentrareport]Els problemes de fertilitat a Espanya cada cop són més comuns i, segons els experts, un dels principals motius és que les dones cada vegada decideixen ser mares més tard. Per entendre això, és important parlar de la reserva ovàrica, un concepte del qual gairebé mai es parla i és més important del que pensem.

L'experta Adriana Rodríguez Valera de Clínicas Dorsia, explica que **la reserva ovàrica és la quantitat d'òvuls que té una dona en un moment específic i és molt important conèixer-la perquè determina les probabilitats d'èxit que té un embaràs**. L'edat és un factor rellevant, ja que a partir dels 35 anys comença a disminuir la reserva ovàrica i, per tant, la probabilitat d'embaràs. **Però també hi ha alguns factors de risc que la disminueixen com l'estrès, l'obesitat, l'exposició a tòxics i patologies com l'endometriosis**.

Com explica el Doctor Manuel Fernández, director de la clínica de fertilitat IVI de Sevilla, les cèl·lules precursors d'òvuls es fabriquen durant el període fetal, és a dir, abans de néixer. Per tant, es podria dir que **"naixem amb un compte en el banc d'òvuls en el que mai s'ingressa, només es gasta"**. És important saber que existeix una anàlisi de l'hormona antimulleriana (AMH) i és una anàlisi econòmica que **en una hora dona un resultat fiable sobre com està la reserva ovàrica**. Per tant, una dona pot saber en tot moment en quin estat es troba.

Els especialistes indiquen que **no és necessari esperar a cap moment concret del cicle de la menstruació per realitzar la prova i que tampoc és necessari voler ser mare per fer-la**, ja que conèixer la reserva ovàrica pot ser beneficiós per la salut. A més, **permet saber si es tindrà una menopausa precoç** i així poder actuar i lluitar contra l'osteoporosi, incidir en hàbits cardiovasculars com el pes i la tensió... sigui com sigui, és important trencar aquest tabú i alertar a les dones de la importància de conèixer la seva reserva.

[fcentrereport]