

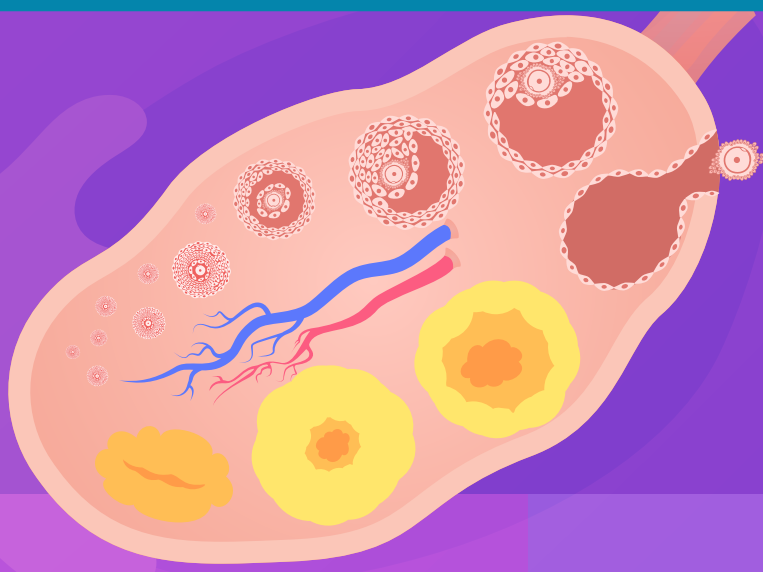
¿Te has preguntado sobre tu fertilidad?

Al iniciar su vida sexual, muchas mujeres se enfocan en evitar un embarazo no planeado.

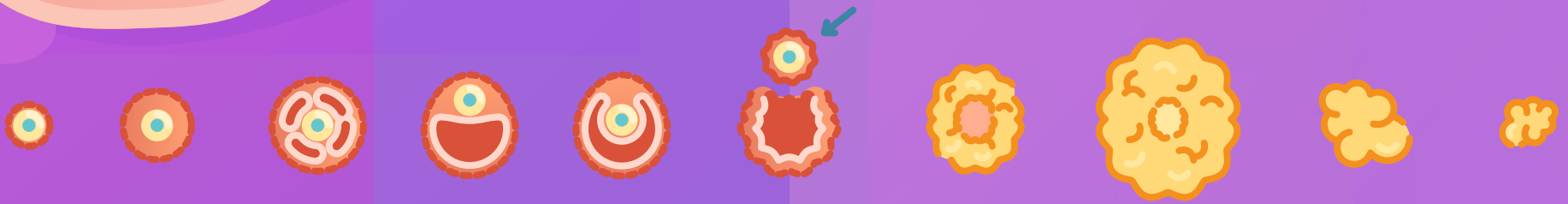
Por esto, el **75%** de las mujeres mexicanas entre **15 y 49 años** usan algún método anticonceptivo.¹



Si no quieres tener hijos por ahora, hay formas de **CONOCER más sobre tu fertilidad** para **planificar mejor el momento** en que decidas formar una familia.



Recuerda que las mujeres nacen con una determinada cantidad de óvulos en sus ovarios.²



Éstos se liberan periódicamente (por lo general, uno cada vez) en cada ciclo menstrual, de modo que, mientras la edad avanza, la cantidad de óvulos disminuye.²

Existe un índice llamado **reserva ovárica**, que se refiere al número de óvulos que quedan en los ovarios en un momento específico de la vida.³



- La hormona antimülleriana es un marcador de la reserva ovárica y se puede medir a través de una sencilla prueba de sangre^{3,4}
- Si tu médico te prescribe esta prueba, se puede hacer en cualquier momento del ciclo menstrual.⁵

No importa si tienes **20 años o 35**, con esta prueba tu médico podrá ayudarte a **planear tu vida reproductiva**³

Referencias:

1. CONAPO. Principales resultados de la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica (ENADID) 2018. Acceso electrónico en <https://datos.gob.mx/busca/dataset/salud-sexual-y-reproductiva/resource/d1a7b29a-b73e-4b3a-b639-25f23166d4f9>

2. Edad y fertilidad. Guía para pacientes. American Society for Reproductive Medicine, 2013.

3. Iliodromiti S, Nelson SM. Biomarkers of ovarian reserve. Biomarkers Med, 2013;7(1):147-158.

4. Inserto Elecsys AMH Plus. Roche

5. NICE, Clinical Guidelines. Royal College of Obstetrician and Gynaecologists. Fertility: assessment and treatment for people with fertility problems. Febrero de 2013.