



# AMERICAN SOCIETY FOR REPRODUCTIVE MEDICINE

1209 Montgomery Highway • Birmingham, Alabama 35216-2809 • TEL (205) 978-5000 • FAX (205) 978-5005 • E-MAIL [asrm@asrm.org](mailto:asrm@asrm.org) • URL [www.asrm.org](http://www.asrm.org)

## PATIENT'S FACT SHEET

### Peso y Fertilidad

El tener sobrepeso u obesidad puede reducir la fertilidad de la mujer. Cuando se embaraza, el peso excesivo incrementa los riesgos asociados con el embarazo. La pérdida de peso puede mejorar la fertilidad y el resultado del embarazo.

Un índice de masa corporal (BMI) de 25 a 29.9 es considerado sobrepeso y la obesidad es definida como un BMI de 30 o más alto.

Tabla de peso de masa corporal

#### Menor fertilidad por la obesidad

- Ciclos menstruales irregulares o infrecuentes
- Aumento en la tasa de infertilidad
- Riesgo durante la cirugía reproductiva
- Aumento en el riesgo de aborto espontáneo
- Menor éxito con los tratamientos de fertilidad

#### Complicaciones del embarazo potenciales por la obesidad

- Riesgo aumentado de hipertensión
- Riesgo aumentado de diabetes de embarazo
- Riesgo de malformaciones del recién nacido
- Riesgo de neonatos de peso aumentado
- Riesgo de parto por cesárea

#### Beneficios del perder peso

- Una pérdida de peso de 5-10% puede mejorar los índices de ovulación y embarazo
- Mejora la salud, incluyendo reducción en los índices de hipertensión, diabetes y enfermedad cardíaca
- Mejora la autoestima

El perder peso comprende el mantener una dieta saludable y hacer ejercicio. Existe ayuda disponible de los profesionales de la salud.

This publication was initially written by the American Society for Reproductive Medicine (ASRM) under the direction of the Patient Education Committee and the Publications Committee and approved by the Society. Permission has been granted by the ASRM to translate this publication into Spanish. Any error in information resulting from said translation is not the responsibility of the ASRM, nor can the ASRM be held liable for any consequence resulting from the information presented in this publication.

*The American Society for Reproductive Medicine grants permission to photocopy this fact sheet and distribute it to patients.*