

Cómo saber si soy estéril

Hay muchas formas de saber si eres estéril, tanto si eres hombre como mujer. Te ayudamos a averiguarlo de la mano de un especialista.

Aquí podrás encontrar

- [Esterilidad](#)
- **Cómo saber si soy estéril**
- [Diferencia entre infertilidad y esterilidad](#)

Cómo saber si eres estéril

Se habla de **esterilidad** cuando una pareja lleva más de un año intentando conseguir un embarazo sin éxito. Si es tu caso, desde aquí te orientamos para que conozcas qué hacer si eres estéril, tanto si eres hombre como mujer.

Cómo saber si soy estéril (Hombre)

Lo primero que debes hacer es acudir a un especialista (desde [Clínicas de fertilidad](#) te ayudamos a elegir una clínica). Estos especialistas te preguntarán el tiempo que llevas intentando lograr un embarazo con tu pareja y dependiendo del tiempo te indicarán un resultado. Se puede considerar que eres estéril cuando no puedes producir espermatozoides adecuados para crear un embarazo.

Es importante dejar algunos hábitos que pueden perjudicar la salud de tus espermatozoides en cantidad y calidad. Algunos hábitos que debes evitar son:

- Evita tener relaciones todos los días. Se tiende a cometer el error de mantener relaciones muchas veces. Tómate una pausa porque necesitas tiempo para generar más espermatozoides, mejorar su movilidad y su calidad.
- El tabaco, las drogas y el alcohol.
- Disminuye el número de eyaculaciones.
- Reduce en la medida de lo posible el estrés.

Hoy en día existen numerosas [técnicas de reproducción asistida](#) para lograr la fecundación. Infórmate a través de las [Clínicas de Fertilidad en España](#) que te presentamos.

Cómo saber si soy estéril (Mujer)

Se habla de [esterilidad](#) si eres menor de 35 años y llevas un año intentando quedarte embarazada, o bien seis meses si pasas eres mayor de 35-40 años. Puedes preguntarte si eres estéril si tras varios test de embarazo no consigues el resultado esperado.

Ten en cuenta que 2 de cada 8 mujeres consiguen el embarazo a los 6 meses de intentar concebir y entre los 6 y 12 meses las posibilidades empiezan a ser mayores de lograr un embarazo.

Cuando lleves al menos un año intentando un embarazo y no lo consigas, es hora de acudir a un especialista para que se encargue de determinar si realmente eres estéril. Te realizarán unas pruebas de infertilidad pero no te obsesiones con la pregunta de cómo saber si soy estéril porque no te ayudará, al contrario, será perjudicial para tu salud.

Si las pruebas de fertilidad determinan que eres estéril, hay muchas clínicas de fertilidad que pueden ayudarte con técnicas de reproducción asistida o tratamientos de infertilidad. Algunas de las técnicas que pueden emplear para lograr un embarazo son:

- Transferencia de gametos
- [Fecundación in Vitro \(FIV\)](#)
- [Inseminación artificial](#)
- Donantes, etc.

Tengo un problema de eyaculación. ¿Puede significar que soy estéril?

Pueden ser muchas las causas de ser estéril. La incapacidad de eyaculación es una de ellas, así como problemas testiculares, hormonales, de espermatozoides e incluso el estrés, entre otras. Lo mejor es que consultes con un especialista.

¿Es fiable la prueba casera de espermatozoides para saber si soy fértil?

En efecto, existe una prueba casera que mide la concentración de espermatozoides, pero no mide ningún otro factor. Las pruebas domésticas de espermatozoides omiten la mayoría de las causas más comunes para saber si eres estéril o no, por lo que te recomendamos que acudas a un especialista, pues es el profesional que mejor puede determinar si eres fértil tras analizar varios factores elementales.

Cómo saber si eres estéril tiene respuesta. Puedes contactar con un especialista en esterilidad, consulta nuestro listado de [Clínicas de fertilidad en España](#).

Contenido relacionado

- [Esterilidad](#)