**News Alert: ¿Conoces las 7 causas principales del retraso menstrual?**

**Ciudad de México, 27 de agosto de 2025.-** El retraso menstrual es una situación común que puede generar preocupación, sobre todo cuando se desconoce su causa. En Reina Madre, sabemos que entender los factores que pueden afectar tu ciclo es clave para cuidar tu salud ginecológica y tomar decisiones informadas.

Por eso, te compartimos un resumen claro y confiable, explicado paso a paso, para que sepas qué observar y cuándo consultar al médico:

1. El embarazo es la causa más común del retraso menstrual en mujeres en edad fértil. Si has tenido relaciones sexuales sin protección, hazte una prueba cuanto antes para confirmar o descartar esta posibilidad y evitar preocupaciones innecesarias.
2. El estrés, ya sea emocional, físico o mental, puede alterar el equilibrio hormonal de tu cuerpo y provocar que tu menstruación se retrase. Muchas veces no nos damos cuenta del impacto que tiene hasta que el ciclo cambia.
3. Cambios bruscos en el peso corporal, tanto pérdida como aumento rápido, afectan tus niveles hormonales. El cuerpo interpreta estas variaciones como una señal para modificar o detener temporalmente tu ciclo menstrual.
4. El síndrome de ovario poliquístico (SOP) es un trastorno hormonal frecuente que causa retrasos y problemas con la ovulación. Si tus periodos son irregulares, consulta con un especialista para obtener un diagnóstico adecuado.
5. Algunas enfermedades, como problemas de tiroides, diabetes o anemia, afectan el funcionamiento hormonal y pueden causar retrasos en la menstruación. Mantenerlas controladas es clave para la regularidad de tu ciclo.
6. Ciertos medicamentos, como antidepresivos, antipsicóticos o tratamientos para la presión arterial, pueden influir en la regularidad de tu menstruación. Consulta siempre con tu médico sobre posibles efectos secundarios.
7. La menopausia es el fin natural de tu ciclo menstrual, pero antes de que esto suceda, es común experimentar retrasos y periodos irregulares. Este proceso suele comenzar entre los 45 y 55 años, pero puede variar en cada mujer.

Tu cuerpo habla, y cada retraso tiene una historia. En Reina Madre, estamos para escucharte, cuidarte y acompañarte en cada etapa. Para conocer más sobre estas causas y saber cuándo es momento de consultar, te invitamos a ver el [video](https://www.youtube.com/watch?v=0NKYfBqe2Wc) del Dr. Carlos Omar Ocampo, ginecólogo, obstetra y colposcopista, que explica todo con claridad y detalle.

No olvides visitar **@ReinaMadreClinicas** en YouTube para más contenido que te ayudará a cuidar de tu salud de manera integral, de la mano de nuestros expertos.

***Acerca de Reina Madre***

***Reina Madre*** *es una red de clínicas privadas, nacida para revolucionar la medicina privada con un modelo de atención centrado en el paciente. Nos especializamos en brindar atención integral a la mujer en cada etapa de su vida, combinando calidad médica, tecnología avanzada y costos accesibles. Nuestros servicios se basan en tres pilares fundamentales: embarazo, ginecología y pediatría. Contamos con más de 250 especialistas y subespecialistas, comprometidos con ofrecer una experiencia médica humana, confiable y de excelencia. Reina Madre es hoy la red de ginecología y obstetricia más grande de México, con un enfoque integral en salud de la mujer.*

*Para más información, visita* [*reinamadre.m*](http://reinamadre.mx)*x o síguenos en nuestras redes sociales:*

*Youtube:* ***@ReinaMadreClinica***

*Facebook:* ***​ Reina Madre ​***

*Instagram:* ***@clinicasreinamadre***

*Tiktok:* ***@clinicas.reinamadre***