

Obesidad y fertilidad, una relación conflictiva

Fertilidad En el hombre disminuye la cantidad y movilidad de los espermatozoides. En la mujer podría afectar el endometrio, la ovulación y la capacidad reproductiva. Complicaciones en el embarazo.



Un buen plan alimentario rico en antioxidantes facilita el embarazo y disminuye eventuales complicaciones.

TAGS: [Fertilidad](#), [Obesidad](#), [Salud Reproductiva](#)

0 opiná

1 shares

1

0

8+

+

La obesidad afecta al 25% de la población adulta, constituyéndose en una epidemia mundial. Sus consecuencias sobre la salud son conocidas: afecta a todo el organismo y fundamentalmente al aparato

El sistema reproductor no está ajeno a esto y tanto en mujeres como en hombres hay una disminución en la fertilidad que podría vincularse a factores relacionados con la obesidad.

Hay estudios que muestran que, en los hombres, cuanto mayor es el peso corporal hay una disminución en la cantidad y movilidad de los espermatozoides.

En la mujer podría afectar el endometrio –que es el tejido del útero donde se produce la implantación de los embriones- y también la ovulación, es decir, las características del ovulo, su porcentaje de fertilización por el espermatozoide y también la implantación embrionaria.

El tejido adiposo no es inerte sino que es muy activo. Cuando hay un aumento exagerado de la grasa corporal, sobre todo la localizada en el abdomen y en los órganos internos, puede producir importantes alteraciones hormonales y metabólicas.

Está demostrado que existe una menor posibilidad de éxito de embarazo en pacientes obesas que realizan tratamientos de fertilización in vitro; cuanto mayor es la tasa de obesidad menor es la posibilidad de embarazo.

Estudios recientes muestran que existe una organización diferente en la estructura del óvulo de una mujer obesa y que eso es lo que podría llevar a alteraciones que posteriormente disminuirían la posibilidad de embarazo.

Las hormonas como estrógeno, progesterona y de origen en la glándula hipófisis –como LH y FSH- se encuentran en niveles alterados en la obesidad.

En pacientes obesas embarazadas existe mayor riesgo de complicaciones como la hipertensión, gestosis o diabetes gestacional, por mencionar algunas, y esto genera diferentes dificultades tanto para la embarazada como para el recién nacido.

Ciertos fenómenos como la obesidad o enfermedades como la poliquistosis ovárica –que es causa de infertilidad- condicionan una mayor producción de sustancias que afectan la función celular y actúan sobre las mitocondrias. Las mitocondrias son estructuras celulares microscópicas que actúan como fuente de energía e intervienen en la respiración y el metabolismo celular.

La poliquistosis ovárica, al tener una mayor incidencia de obesidad central –es decir, en el aumento de peso concentrado en la zona del abdomen y caderas-, se relaciona con una mayor alteración en la función del tejido adiposo, que a su vez predispone el aumento de las hormonas masculinas llamadas “andrógenos”, cambios metabólicos y un aumento del llamado “estrés oxidativo”.

Todo esto se constituye en un círculo vicioso donde todo se potencia. Mediante el descenso del peso puede mejorar sus consecuencias. Hay dietas que no sólo ayudan a disminuir el peso sino que también, a través de una mayor concentración de antioxidantes, facilitan el embarazo y disminuyen las complicaciones que pueden ocurrir durante el mismo.

El rol del médico es fundamental en la explicación sobre cómo estos distintos factores de la obesidad afectan a la fertilidad, y en la posterior orientación en cuanto a los cambios en la forma de vida –la dieta, el ejercicio físico- y/o la prescripción de un tratamiento con medicamentos, en caso de ser requerido. Todo esto, será de gran ayuda para tratar de revertir la obesidad y aumentar las posibilidades de un embarazo sin complicaciones.

* El Dr. Ramiro Quintana es especialista en medicina reproductiva y preservación de la fertilidad.