

La primavera altera la fertilidad según PsicofertilidadNatural

El refranero español está lleno de frases que muchas veces la gente puede llegar a preguntarse si es o no verdad. Ahora que acaba de entrar la primavera hay uno muy popular que dice: La primavera, la sangre altera. Y tiene razón y ésta es científica

A medida que comienza el año, en enero, los días se van haciendo cada vez más largos, esto es, disfrutamos de más horas de luz. Los seres humanos viven bajo un ciclo regulado por muchísimos factores y uno de los más importantes es la luz. ¿Por qué? Básicamente porque su función es la de regular la segregación de la melatonina, una hormona fisiológica que se encarga de regular el reloj interno del cuerpo, es decir, del ritmo circadiano. Dicha hormona se produce en el hipotálamo y desde ahí regula otras funciones del cuerpo.

Por ejemplo, otra de las hormonas que se regula es el cortisol, la encargada del estrés y la TSH que estimula producción de la hormona tiroidea lo que hace que el metabolismo aumente. La producción de otras hormonas responsables de los estados de ánimo como la serotonina y la oxitocina (ambas responsables del bienestar y del amor), también se ven alteradas en primavera por el aumento de las horas de luz.

¿Qué pasa con la fertilidad?

Antonia González es embrióloga integrativa y creadora y directora de Psicofertilidad Natural, una empresa online (y presencial) que ayuda a muchas parejas a lograr el embarazo cuando ya han tirado la toalla por otros métodos. "Cuando llega la primavera, siempre le digo a mi equipo que se prepare para una explosión de embarazos -explica. La primavera nunca me ha fallado, ya son 14 años los que llevo profesionalmente en el mundo de la Infertilidad y todas las primaveras vivimos lo mismo. Y justamente por eso empecé a investigar sobre el tema, y efectivamente, constaté que la primavera la fertilidad altera, no estaba loca ni era una romántica, la ciencia me daba la razón Encontré estudios, sobre todo, enfocados en animales (no hemos de olvidar nuestra historia), se encontraban mejorías en el esperma de carneros, peces, toros, carneros, venados, pandas y finalmente pude obtener información de la especie humana" -cuenta la experta.

La experta en fertilidad explica que hubo un estudio en especial que le llamó la atención, ya que el número de muestras estudiado era bastante elevado en comparación con otros estudios de años anteriores. Hay un estudio publicado en el año 2016, en Turquía, donde se analizaron 4422 muestras espermáticas.

"Cuando analizamos una muestra espermática -cuenta- hay tres parámetros que son esenciales, la concentración de espermatozoides por mililitro, la movilidad progresiva y la morfología del espermatozoide. Según la OMS (Organización mundial de la salud) para considerar una muestra normal (normozoospermia) debe tener como mínimo 15 millones de espermatozoides por mililitro, un 32% de espermatozoides que se mueven de forma progresiva y un 4% de espermatozoides que tengan formas normales. Como los científicos que realizaron el estudio también sospechaban que la fertilidad

mejoraba en primavera, analizaron las muestras anteriormente mencionadas en distintas estaciones, y se pudo ver que la movilidad y la morfología de los espermatozoides mejoraban en primavera, pero no solo eso, sino que también descubrieron que había otra estación donde también se registraba una mejora, en invierno".

La experta, además, señala que "podemos seguir hablando de estudios relacionados con el espermatozoides y sacar nuestras propias conclusiones, por ejemplo, los niveles bajos de vitamina D en sangre se relacionan con peores muestras espermáticas. Teniendo en cuenta esta información y sabiendo que en primavera se produce una mejora del espermatozoides, podría tener sentido decir que en primavera estamos más expuestos al sol y por tanto mejoramos los niveles de vitamina D, pero no así en invierno, como indica el estudio, por lo que el origen de esta mejora obviamente tiene que ser multifactorial, como todo en la vida" -reflexiona.

La fertilidad en primavera para la mujer

¿Qué pasa con la fertilidad en las mujeres en primavera? "Las mujeres nos encontramos con algunas trabas, encontrar estudios realizados en mujeres, para analizar la calidad de sus óvulos es muy muy difícil, ya que la forma de obtener la muestra biológica en el hombre y la mujer es muy distinta. Existen muchos estudios con relación al espermatozoides humano porque la forma de obtener la muestra es muy sencilla, mediante masturbación. Pero en el caso de la mujer, la forma de obtener los óvulos es a través de una intervención quirúrgica, bajo sedación, previa estimulación hormonal, por lo que es mucho más complicado hacerlo" -explica.

En las mujeres hay varios estudios que relacionan fertilidad con estacionalidad, pero sin evaluar calidad ovocitaria. "Por ejemplo hay un estudio relaciona una menor fertilidad cuando la mujer tiene una vitamina D más baja (por tanto, menor exposición a la luz solar), y otro estudio donde relaciona la estación de la primavera con la fertilidad" -sostiene.

El deseo sexual también aumenta

Y algo importantísimo, obviamente, es el deseo sexual que aumenta considerablemente en primavera. "No solo es que mejore el espermatozoides, o la tasa de implantación de los embriones, es que tenemos más relaciones sexuales y, por tanto, mayor posibilidad de un embarazo".

"En la primavera aumentan las horas de luz, esto afecta a nuestro cerebro, por tanto, a nuestras glándulas endocrinas, por tanto, a nuestras hormonas, como, por ejemplo, el estradiol". En el Congreso Mundial de Fertilidad y Esterilización de Munich en Alemania se llegó a la conclusión de que los niveles de estradiol aumentaban en primavera y la fertilidad.

"Resumiendo -concluye la experta- y dejando a un lado tanto estudio científico, dejándonos llevar por la intuición, tiene mucho sentido que en la primavera estemos más fértiles, que nuestras hormonas varíen, que el espermatozoides mejore, porque los dichos populares no se equivocan, la primavera la sangre altera, y es totalmente cierto, y hablando de tanto estudio se pierde un poco de magia pero así es, así que si quieres tener un bebé, o estás en tratamiento de reproducción asistida, la mejor época para hacerlo es ahora, en la primavera" -concluye.

Datos de contacto:

Agencia de comunicación MAD&COR

www.madandcor.com

675943952

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Medicina](#) [Medicina alternativa](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>