

El aumento de peso provocado por la pandemia amenaza la fertilidad

Una revisión de estudios de Amnios in Vitro Project analiza el impacto del sobrepeso y la obesidad en la capacidad reproductiva. Los españoles han engordado una media de 5,7 kilos debido a los cambios de hábitos desarrollados en la pandemia

La fertilidad masculina y femenina se ve amenazada por los kilos de más acumulados durante la pandemia de la covid-19. Así lo asegura una revisión de estudios realizada por la clínica de reproducción asistida Amnios In Vitro Project en el marco del Día Mundial de la Obesidad. “El sobrepeso está relacionado de forma directa con baja calidad de óvulos y esperma. Debido al confinamiento, la falta de actividad física y el desorden en las ingestas alimenticias, los españoles han aumentado de peso en el último año. Estos kilos extra pueden perjudicar bastante la búsqueda de un embarazo e incluso, ser muy perjudiciales durante la gestación”, explica la doctora Victoria Verdú, directora médico de la clínica madrileña.

Los españoles han engordado una media de 5,7 kilos desde el inicio de la pandemia debido al cambio de hábitos desarrollado en estos meses. España es el país europeo en el que más gente (38% de los encuestados) reconoce haber ganado peso. Son datos de una encuesta realizada por Ipsos en 30 países. “El cambio de hábitos durante la pandemia ha hecho que los españoles hayan cogido algunos kilos. Ha aumentado el consumo de productos ultraprocesados, snacks, bebidas azucaradas, y además, en muchos casos tampoco se realiza actividad física”, comenta esta ginecóloga.

Una investigación publicada en International journal of endocrinology and metabolism asegura que la obesidad y el sobrepeso femenino y masculino aumenta el riesgo de subfecundidad e infertilidad. En el caso de la mujer afecta a factores ováricos y extraováricos. “Las mujeres con sobrepeso u obesidad tardan más tiempo en concebir y tienen una menor tasa de fertilidad. Además, necesitan un mayor requerimiento de gonadotropinas y presentan una mayor tasa de abortos espontáneos en comparación con las que tienen un peso normal”, explica la doctora Verdú.

En el caso de la fertilidad masculina, los kilos extra también pueden provocar subfertilidad. “Puede alterarse el eje hipotálamo-hipófisis-gónadas (HPG), aumenta la temperatura testicular, se modifica la estructura física y molecular de los espermatozoides, disminuye la calidad del esperma y puede provocar disfunción eréctil debida a la enfermedad vascular periférica”, asegura esta especialista.

El bajo peso también reduce la fertilidad

Por otra parte, el bajo peso también puede dificultar la búsqueda de un embarazo. Una investigación china publicada en Fertility and Sterility en la que participaron más de dos millones de parejas revela que las parejas en las que los dos presentan sobrepeso o infrapeso, tienen un 10% menos de probabilidades de éxito a la hora de conseguir el embarazo que aquellas con un IMC (índice de masa corporal) normal. “El bajo peso afecta a la producción hormonal y al metabolismo. Por ello, puede provocar alteraciones en el ciclo menstrual de la mujer, con menstruaciones irregulares; ausencia de la misma o alteraciones en el endometrio, que impedirían la implantación en caso de embarazo. En el

varón, el bajo peso provoca menor concentración y movilidad de los espermatozoides”, comenta la doctora Verdú.

Además, esta ginecóloga advierte sobre el impacto del sobrepeso o la obesidad una vez conseguida la gestación. “Numerosos estudios advierten de las consecuencias que suponen durante el embarazo como mayor riesgo de aborto espontáneo, hipertensión o diabetes gestacional, preeclampsia o nacimiento prematuro”, enumera la doctora Verdú. Por ello, desde Amnios In Vitro Project se insiste en un mensaje de control de los factores asociados al estilo de vida para mejorar la fertilidad. “Una buena alimentación y evitar los hábitos tóxicos como el tabaco o el alcohol son imprescindibles para mejorar la salud y la capacidad reproductiva”, finaliza esta experta en reproducción asistida.

Datos de contacto:

Guiomar López
675 987 723

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

Categorías: [Nacional](#) [Medicina](#) [Nutrición](#) [Medicina alternativa](#) [Otras ciencias](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>