

# Obesi? A rischio la fertilità

LUNEDÌ 15 MARZO 2010 00:00

SCRITTO DA SEBASTIANA PAPPALARDO



L'obesità può essere causa di infertilità, infatti riduce la probabilità che si instauri una gravidanza sia nei concepimenti spontanei sia tra le persone che ricorrono al percorso della fecondazione in vitro (IVF) per la ricerca di un figlio.

Anche quando la gravidanza si riesce ad ottenere può avere un peso sul percorso dei nove mesi di attesa e sulla futura salute del nascituro.

L'obesità è una condizione, riconosciuta come situazione patologica, caratterizzata da un eccessivo accumulo di grasso corporeo. L'**indice di massa corporea** (body mass index **BMI**) definisce le condizioni di sovrappeso-obesità, si ottiene dividendo il peso di una persona per il

quadrato della sua altezza .

$BMI = \text{peso (in kg)} / \text{quadrato dell'altezza (in metri)}$

L'indice dei valori per adulti secondo l'organizzazione mondiale della sanità sono:

1. <18,5 sottopeso
2. 18,5 – 24,9 normopeso
3. **25 – 29,9 sovrappeso**
4. **>30 obesità**

L'obesità influenza i meccanismi ormonali e il metabolismo cellulare e per questo motivo può ridurre il potenziale riproduttivo. L'eccesso di peso porta, in primo luogo, ad una bassa frequenza di ovulazione e riduce le probabilità di concepimento. Per quanto riguarda l'uomo sono stati effettuati meno studi, però è chiaro che l'obesità porta anche in questo caso degli scompensi ormonali.

Nell'ambito della fecondazione in vitro ci sono evidenze che mostrano come le donne in sovrappeso o obese, che necessitano di una più alta dose di gonadotropine, hanno una più bassa probabilità di gravidanza e un aumentato tasso di aborti spontanei. La perdita di peso, oltre che a migliorare la fertilità, è importante anche per limitare l'insorgenza di complicazioni durante la gravidanza (come il diabete gestazionale, disordini ipertensivi, etc), ma soprattutto per ridurre il rischio di anomalie congenite e sindromi metaboliche nel nascituro.

Per questo è necessario condurre sempre uno stile di vita adeguato: ridurre le calorie con diete prescritte dal nutrizionista e fare moderata attività fisica.