

# Spermatozoi migliori con la vitamina D

LUNEDÌ 31 MAGGIO 2010 00:00

SCRITTO DA C.VALERI S.PAPPALARDO



**La vitamina D può preservare la fertilità maschile.** Infatti, in base a recenti studi è stato individuato il recettore di questa vitamina sulle cellule del testicolo, influenzando la **sopravvivenza e la funzionalità degli spermatozoi maturi.**

**Henrik Leffers**, dell'Università *Dep of Growth & Reproduction di Copenhagen*, e il suo team hanno pubblicato sulla rivista *Human Reproduction* uno **studio effettuato sugli enzimi testicolari, che vengono regolati dalla vitamina D** e sono responsabili dello svolgimento delle reazioni chimiche indispensabili per la produzione e maturazione degli spermatozoi. Con questa ricerca Leffers ha dimostrato per la prima volta che il testicolo e i tratti genitali sono

capaci di metabolizzare la vitamina D . Questa ha quindi un **ruolo importante nella spermatogenesi** e nella maturazione degli spermatozoi, anche se il ruolo specifico deve essere maggiormente approfondito con ulteriori studi in merito.

E' stato osservato infatti che il recettore per la vitamina D è presente sulle cellule del testicolo e che il metabolismo della vitamina D è in grado di influenzare la sopravvivenza e la funzionalità degli spermatozoi maturi.

La vitamina D è una vitamina liposolubile e in realtà rappresenta un gruppo di vitamine (D1, D2, D3, D4, D5). Le più conosciute e importanti dal punto di vista biologico sono la vit D2, conosciuta anche come ergocalciferolo, e la vit D3, detta colecalciferolo. Esse differiscono per la modalità di assunzione. La vit D2, infatti, si trova negli alimenti di origine vegetale (olio di fegato di pesce), mentre la D3 deriva dal colesterolo, quindi viene sintetizzata all'interno dell'organismo grazie all'esposizione alla luce solare.

E' noto il ruolo della vitamina D per la corretta crescita delle ossa nei bambini, ma ultimamente è stato scoperto che ha anche un ruolo importante nella spermatogenesi e nella sua eventuale carenza.