

Proteggere la fertilità nell'uomo con le vitamine

LUNEDÌ 19 NOVEMBRE 2012 00:00 SCRITTO DA SEBASTIANA PAPPALARDO



Assumere micronutrienti migliora la qualità del DNA degli spermatozoi negli uomini più anziani



Le vitamine possono proteggere la fertilità maschile nel tempo. Lo rivela uno studio condotto da Thomas E. Schmid e collaboratori presso il Life Sciences Division, Lawrence Berkeley National Laboratory, Berkeley in California che aveva come obiettivo quello di verificare se lo stile di vita, come una maggiore assunzione di micronutrienti riduce i rischi di danni al DNA degli spermatozoi, e se gli uomini più anziani ne possono beneficiare più degli uomini più giovani.

Abitudini sociali, esposizioni professionali, storie mediche e riproduttive ed abitudini di vita sono stati determinati mediante un questionario. È stata determinata l'assunzione media giornaliera di alimenti ed integratori di micronutrienti (vitamina C, vitamina E, B-carotene, zinco e acido folico).

Gli uomini con la più alta assunzione di vitamina C hanno presentato circa il 16% in meno di danni al DNA spermatico rispetto agli uomini con il più basso consumo. Risultati simili sono stati ottenuti per la vitamina E, acido folico e zinco, ma non per il β -carotene. Gli uomini più anziani (con età superiore ai 44 anni) con la più alta assunzione di vitamina C era di circa il 20% in meno di danni al DNA dello sperma rispetto a uomini anziani con il più basso consumo, con risultati simili per la vitamina E e zinco. Gli uomini più anziani che hanno assunto un alto quantitativo di questi micronutrienti hanno mostrato livelli di danni al DNA degli spermatozoi simili a quelli degli uomini più giovani. Al contrario, i ricercatori hanno riscontrato che gli uomini più giovani (cioè con meno di 44 anni) non sembrano beneficiare di una maggiore assunzione di questi micronutrienti considerati.

In conclusione, gli uomini con più alta assunzione di integratori di certi nutrienti nella dieta possono produrre un minor numero di spermatozoi con danni al DNA, soprattutto tra gli uomini più anziani. Ciò solleva la questione più ampia di come i fattori dello stile di vita, tra cui una maggiore assunzione di antiossidanti e micronutrienti, potrebbe proteggere sia le cellule somatiche sia le cellule germinali contro un danno genetico associato all'età .

Da Fertility and Sterility Vol 98 | No. 5 | Novembre 2012