

Fertilidade na primavera



Estação das flores aumenta as chances de gravidez, revela estudo. Especialistas em reprodução humana atribuem essa relação às questões hormonais

Cecília Dionizio
Ceci.dionizio@diariodaregiao.com.br

O número de grávidas aumenta na primavera. Foi o que constatou um estudo do Instituto Sapientia, realizado no Brasil. A pesquisa avaliou 1932 mulheres, submetidas à técnica de injeção intracitoplasmáticas de espermatozoides (ICSI),

em grupos, de acordo com a estação do ano. Constatou-se que a fertilização foi mais eficaz no grupo da primavera, com 73,5 de resultados positivos, comparada com as outras estações - inverno (67,9%), verão (68,7%) e outono (69,0%). De onde se conclui que a "estação das flores" é o período ideal para engravidar.

"Todos pensam que o verão é mais quente, mas na

verdade a primavera é mais, pois chove menos. E esses fatores, como calor e luminosidade, atuam no cérebro e na produção de hormônios. Nas mulheres, por exemplo, tudo isso pode levar a uma maior secreção dos hormônios reprodutivos, como FSH e LH. Esses hormônios agem diretamente no ovário, melhorando a resposta à estimulação ovariana. E, nos ho-

mens, a melatonina, um potente antioxidante que tem como uma de suas funções regular o sono e a vitamina D", explica a embriologista Lígia Previato, chefe de laboratório e diretora do Centro de Reprodução Humana (CRH), de Rio Preto.

Outros estudos também confirmam um aumento de até 50% nas taxas de fertilização nos tratamentos 'in vitro' no período da primavera, como um realizado na

Universidade Ben-Gurion, em Israel, onde mais de 6 mil homens foram avaliados durante tratamento de fertilização.

A embriologista Lígia explica que o estudo israelense mostrou que a primavera permite maior concentração de espermatozoides, a melhor qualidade nos formatos e na motilidade desses gametas. "Além da melatonina, a vitamina D (que na verdade é

um hormônio), está diretamente ligada à exposição ao sol, que é maior nessa época do ano", afirma.

A vitamina D atua em muitas funções metabólicas no organismo, dentre elas a regulação de cálcio e de fósforo, modulando as funções dos órgãos sexuais. "Essa vitamina tem também uma função importantíssima na modulação hormonal e imunológica da mulher", diz.

CAUSAS DA INFERTILIDADE

Mioma

O mioma é um tumor benigno do útero, e cresce com a produção do hormônio ovariano, o estrogênio. Só afeta a fertilidade se crescer para dentro da cavidade do útero. Quando o crescimento ocorre para fora ou na parede do útero, não interfere na fertilidade. Os miomas acima de 4,5 a 5 centímetros podem atrapalhar a fertilização in vitro.

Endometriose

É a principal causa de esterilidade na mulher. O tecido chamado endométrio sai ao descamar do útero. A mulher menstrua, esse tecido menstrua também, provocando a aderência, já

que dentro do abdômen não existe espaço vazio. Qualquer tecido e órgão que encosta nesse tecido estranho que está fora do lugar de origem pode aderir, portanto, as trompas podem ser acometidas, o intestino, o útero, a bexiga, os ovários, formando os cistos que destroem os ovários.

Cólicas

O sintoma principal é a cólica menstrual progressiva e intensa (88% têm sintomas e 12% são assintomáticas).

Exames de rotina

Sintomas como corrimento frequente e recorrente, dor no ato sexual, cólicas menstruais fortes e incapacitantes. Também é

importante pensar em situações como cirurgia prévia, que pode ter causado alguma aderência dentro do útero. Com o toque, o médico pode identificar nódulos no útero e alterações dos ovários que podem sugerir patologias como endometriose, entre outras.

No homem, a infertilidade pode ser identificada por um trauma testicular, caxumba na infância e até trabalho com agrotóxico. Todo homem deve fazer o exame de espermograma uma vez na adolescência para verificar se está tudo normal. Uma das principais alterações no espermograma são as varicoceles, por isso é importante o homem se examinar, apalpar o testículo e ver se nota alguma coisa.

Fonte: Edilberto de Araújo Filho, ginecologista e especialista em Reprodução Humana Assistida e diretor do CRH Rio Preto

Atenção dobrada após os 40 anos

O ginecologista Edilberto de Araújo Filho, diretor do CRH, de Rio Preto, explica que mulheres com mais de 40 anos são mais expostas a riscos de não conseguir engravidar, independentemente da estação do ano.

Dentre os riscos que podem surgir estão a incidência de diabetes gestacional, hipertensão, parto prematuro e ruptura de bolsa, que é maior neste grupo de mulheres.

O que não invalida de forma alguma a experiência. "Devido aos riscos de insuficiência placentária, tem que ser muito bem monitorado para que ocorra o parto de nove meses. Apenas requer mais cuidado. Com os recursos que temos hoje na medicina obstétrica, os riscos começam a crescer significativamente a partir dos 50 anos, por isso que o Conselho Federal de Medicina limita a idade para a gestação até 50 anos, principalmente com ovo doação", explica. (CD)



Edilberto de Araújo Filho alerta sobre a importância de um bom monitoramento

Estilo de vida interfere

Evidente que não somente a estação do ano, mas também o estilo de vida que cada pessoa leva se torna um condicionante decisivo para a saúde reprodutiva, defende a médica paulista Michele Panzan, especialista em reprodução humana da unidade Campinas do Grupo Huntington Medicina Reprodutiva.

Ela observa que quando o assunto é "ter um bebê", há que se fazer uma checagem em todos os pontos da vida, como o estresse, o sedentarismo, as rotinas profissionais, as doenças neurológicas como a ansiedade e, fundamentalmente, os hábitos alimentares, que muitas vezes não recebem a devida atenção.

"Uma dieta adequada contribui para reduzir a fadiga, o sono excessivo, os problemas de articular, as dores abdominais, além de melhorar o humor e a energia", diz a

médica de Campinas.

Felicidade

A paulista Kelly Almeida, 33 anos, comemora o sucesso de sua fertilização, realizada em plena primavera.

Kelly teve gêmeos e celebra o fato de seus bebês (Vinícius e Guilherme) terem sido gerados na primeira tentativa. Hoje, diz que vive a melhor experiência de sua vida, compartilhando cada passo deles pela internet.

"Acredito que nada acontece por acaso. Ao fazer a fertilização, decidi também fazer uma doação de óvulos (alternativa cada vez mais solicitada em reprodução assistida). De sete óvulos fertilizados, doei quatro, e fiquei com três embriões de boa qualidade. Nem acreditei quando deu tudo certo, com o primeiro embrião implantado. Penso que teve a mão de Deus a nos guiar", diz. (CD)

CORPO SAUDÁVEL

É necessário fazer um investimento na saúde em geral, pois, para engravidar, o organismo precisa estar saudável. Investir nos cuidados com uma alimentação equilibrada, atividade física e equilíbrio emocional. Procurar profissionais especializados, fazer uma avaliação adequada do organismo e, principalmente, das funções reprodutivas. Para o casal que está tentando engravidar há um ano e não consegue, é indicada uma avaliação de um especialista em reprodução humana.