FertilitÃ : i fattori che la possono influenzare

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

"Sono farmacista e seguo i suoi articoli con estremo interesse. La fertilità di una donna è data solo dall'età anagrafica, o contano anche l'età al menarca e gli stili di vita? Con immensa stima".
Francesca M. (Mantova)

Gentilissima dottoressa, innanzitutto grazie per le parole di stima.
La fertilità della donna è fondamentalmente correlata all'età anagrafica e va dalla pubertà, mediamente a 12 anni, alla menopausa, intorno ai 50 anni. Può tuttavia essere modulata da altri fattori, endogeni ed esogeni.
L'età al menarca, se precoce, anticipa la fertilità, ma non implica una menopausa precoce.
Lo stile di vita può invece influire negativamente: eccesso calorico, inattività fisica, sovrappeso e obesità riducono la fertilità, così come le diete restrittive fino all'anoressia, il fumo o l'eccesso di attività fisica.
Chemioterapia e radioterapia (pelvica o total body) riducono o distruggono la riserva ovarica, e quindi la fertilità, a seconda del regime terapeutico.
Infine, l'uso prolungato di contraccettivi ormonali (pillola, cerotto, anello) può proteggere la fertilità, mediamente di tre mesi.
Un cordialissimo saluto,
Alessandra Graziottin