

PUBERTÀ, PESO CORPOREO E FERTILITÀ

Con la **pubertà** la ragazza entra nell'età fertile raggiungendo così la capacità riproduttiva.

È noto che il **peso corporeo** influisce sulla **fertilità**.

Un peso corporeo eccessivamente ridotto interferisce con il ciclo mestruale e l'ovulazione, infatti il tessuto adiposo è determinante sia come fonte di estrogeni, sia per la loro metabolizzazione.

Spesso le ragazze eccessivamente magre (denutrizione, anoressia) possono avere un menarca (comparsa della prima mestruazione) ritardato e amenorrea (assenza del ciclo mestruale).

All'opposto anche l'eccesso di grasso può interferire con il ciclo mestruale e l'ovulazione.

Dal 30% al 47% delle donne in sovrappeso e obese hanno infatti mestruazioni irregolari. Inoltre, secondo diversi studi scientifici, un'obesità già presente durante l'infanzia e l'adolescenza aumenta il rischio di sanguinamenti mestruali irregolari o assenti durante gli anni riproduttivi.

Studi più recenti hanno però evidenziato come, anche per donne con ovulazione e cicli mestruali normali, l'eccesso di peso possa ridurre la capacità di concepimento in misura rilevante.

Per ogni unità di BMI (indice di massa corporea) oltre il valore di 29, le possibilità di gravidanza diminuiscono del 4%, in confronto alle donne con BMI compreso tra 21 e 29.

È inoltre fondamentale ricordare che un peso eccessivo si associa a percentuali estremamente più elevate di abortività e di problematiche serie nel corso della gravidanza (diabete e ipertensione arteriosa, per esempio) e al momento del parto (maggiore frequenza di tagli cesarei).

Recentemente si è poi evidenziato che anche le cure mediche attualmente disponibili per trattare le infertilità risultano molto meno efficaci nelle donne con eccesso di peso rispetto alle altre.