

UNITI CONTRO L'INFERTILITÀ MASCHILE

SECONDO UNO STUDIO, IN ITALIA UN UOMO SU TRE NE È SOGGETTO, MENTRE IL 15% DELLA POPOLAZIONE TRA 13 E 55 ANNI PRESENTA FATTORI DI RISCHIO ALL'APPARATO RIPRODUTTIVO

di Camilla Cacciamani

I numeri parlano chiaro: nel solo 2007 sono stati eseguiti nel nostro Paese circa 80 mila interventi di Procreazione Medicalmente Assistita (PMA), di cui oltre il 50% per causa maschile, indicando un trend di cospicuo incremento del ricorso alle tecniche di fecondazione assistita. Questo comporta, di conseguenza, un aumento dei costi in termini diretti di spesa sanitaria e indiretti, come assenze lavorative oltre che, fondamentale, della cattiva qualità di vita (per fattori etici, psicologici e anche economici) per una coppia angosciata dalla spasmodica ricerca

di quello che maggiormente gratifica: un figlio. Sono molte le condizioni che possono incidere negativamente sulla capacità riproduttiva, in particolare quella maschile, ma è scarsa la conoscenza dei fattori di rischio che possono influenzare la fertilità futura. L'informazione diventa

quindi uno strumento di prevenzione primaria poiché un precoce intervento di rimozione dei suddetti fattori di rischio, può evitare, o quanto meno ridurre, la possibilità che si instauri un danno irreversibile alla produzione degli spermatozoi. Cosa fare, allora? Secondo gli

esperti bisogna aumentare la conoscenza - e quindi la rimozione - di alcune abitudini di vita e usi/abusi di sostanze (fumo, droghe e alcool le più classiche, ma anche cose più "innocenti" come le abitudini che provocano ipertermia scrotale come saune, abbigliamento troppo aderente, ecc). Ma

non solo: serve una precoce ricerca di patologie a rischio infertilità. Per esempio, varicocele, criptorchidismo, ma anche malattie molto gravi quali una neoplasia testicolare, di cui la cattiva spermatogenesi può rappresentare l'unica manifestazione in fase precoce.

LE DIECI REGOLE PER L'INTIMITÀ DI LUI

- | | | |
|--|--|--|
| 1. Evita sempre il fumo e le droghe | comportamento sessuale | 9. Esegui periodicamente l'autopalpazione dei testicoli |
| 2. No all'abuso di alcol | 5. Osserva una accurata igiene intima | 10. Dopo i 18 anni di età inizia ad aver cura della salute andrologica parlando con il tuo medico di fiducia |
| 3. Scegli un'alimentazione sana, tieni sotto controllo il peso con un'adeguata attività fisica | 6. Attenzione allo stress | |
| 4. Adotta un sano e corretto | 7. Evita gli indumenti troppo stretti | |
| | 8. No al telefono cellulare sempre nella tasca dei pantaloni | |