

53º Congresso Brasileiro de Ginecologia e Obstetrícia

## EXCESSO E FALTA DE PESO COMPROMETEM FERTILIDADE FEMININA

### Índice de Massa Corporal (IMC) deve ficar entre 18 e 24 para evitar problemas na função reprodutiva

O padrão estético inalcançável que rege a atual e soberana ditadura da beleza tem tirado o sono de muitas mulheres, que lançam mão de dietas mirabolantes e exageram nos medicamentos e exercícios físicos para, por fim, exibirem um corpo considerado o ideal. Se, por um lado, tais hábitos elevam a auto-estima, por outro, influenciam de maneira negativa na saúde da mulher contemporânea. O baixo peso desarranja o organismo e provoca alterações nos níveis hormonais, levando à ausência de ovulação e, conseqüentemente, à infertilidade transitória. Mas não são só as magérrimas que precisam se preocupar com isso. A obesidade também prejudica a função reprodutiva, alerta o ginecologista João Pedro Junqueira Caetano, presidente do 53º Congresso Brasileiro de Ginecologia e Obstetrícia, que aconteceu pela primeira vez em Belo Horizonte entre os dias 14 e 17 de novembro, no Expominas, e teve, entre os principais temas, a fertilidade feminina, masculina e conjugal.

Pacientes muito magras, com anorexia ou pouca gordura corporal podem ter dificuldades para engravidar uma vez que as disfunções hormonais reagem no organismo a ponto de impedir a menstruação. “Por isso, é importante que o Índice de Massa Corporal (IMC) seja igual ou superior a 18”, explica Caetano, que é especialista em reprodução assistida. Para calcular o IMC basta dividir o peso (em quilos) pela altura (em metros) ao quadrado. Segundo ele, se o número é acima de 24, o problema é outro: a mulher é considerada obesa e isso também pode prejudicar a fertilidade. A obesidade desencadeia o diabetes e a Síndrome dos Ovários Policísticos, transtorno que afeta 6% da população feminina e que é conseqüência de um excesso de hormônios masculinos.

É importante frisar que, apesar das dificuldades, não significa que ser magra ou gorda demais é fator determinante para o sucesso da gravidez. “A anovulação crônica pode ser transitória. Se a pessoa engordar ou emagrecer, o organismo pode voltar ao normal”, ressalta. Caetano alerta que o equilíbrio é fundamental para evitar problemas na função reprodutiva. “As

“As pessoas devem aceitar seu biotipo e tentar manter o peso sobre controle. Não é recomendado o uso de medicamentos para emagrecer e sim a reeducação alimentar. Exercícios físicos, por sua vez, devem ser praticados moderadamente como hábito de vida. Além de fazerem bem à saúde, liberam endorfina – responsável pela sensação de prazer -, o que faz com que as pessoas mantenham mais relações sexuais e, conseqüentemente, aumentem suas chances de engravidar”, conclui.

*Assessoria de Imprensa*

*Isabella Grossi*

*(31) 2126-8096/8099 – 8868-4928*

*isabella.grossi@maisnoticia.com.br*

*www.maisnoticia.com.br*