

# Salute, lo stress raddoppia i rischi di infertilità

Data: Invalid Date | Autore: Elisa Signoretti

---



**CATANZARO, 26 MARZO 2014** -Spesso sentiamo parlare di quanto lo stress possa essere dannoso alla nostra salute psico-fisica, ma è meno noto quanto possa influenzare la sfera riproduttiva. Secondo alcuni studi lo stress potrebbe, infatti, rappresentare uno dei maggiori rischi di infertilità. Avere una gravidanza risulterà, dunque, più difficile.

A condurre lo studio sulla correlazione tra stress ed infertilità è Courtney Denning-ohnson Lynch ed i colleghi del The Ohio State University Wexner Medical Center. I risultati di tale ricerca, pubblicati sulla rivista Human Reproduction, hanno dimostrato per la prima volta che essere in condizioni di stress nella fase del concepimento potrebbe risultare un fattore importante che raddoppia il rischio di infertilità.

Con il termine infertilità si intende il non concepimento dopo 12 mesi di rapporti sessuali regolari non protetti. Lo studio è stato portato avanti su 501 donne americane con età compresa fra 18 e 40 anni che non avevano problemi di fertilità e che avevano appena cominciato i tentativi di concepire.[MORE] Dagli studi è apparso che le donne con alti livelli di alfa-amilase, un indicatore biologico dello stress misurato tramite saliva, mostrava il 29 % in meno di avere una gravidanza, rispetto alle donne con bassi livelli di questo enzima.

Nonostante le continue ricerche non appare ancora del tutto chiaro come lo stress possa influire

sulla salute riproduttiva. Alcuni studiosi, affermano che probabilmente queste condizioni psico-fisiche potrebbero agire direttamente sulla fisiologia dell'organismo o in maniera indiretta, andando a modificare le probabilità di avere rapporti sessuali. Se meno noti sono i meccanismi che portano all'infertilità, ciò che è certo è che lo stress da infertilità alimenta il problema.

Si suggerisce, perciò, a chi da più di 5-6 mesi non ha ancora concepito, di svolgere attività come lo yoga, la meditazione o il regolare esercizio quotidiano attraverso un programma che aiuta a diminuire lo stress.

(fonte Wired)

***Elisa Signoretti***

---

Articolo scaricato da [www.infooggi.it](http://www.infooggi.it)

<https://www.infooggi.it/articolo/salute-lo-stress-raddoppia-i-rischi-di-infertilita/63069>

