

Día de la lucha contra la obesidad

El sobrepeso reduce la fertilidad en hombres y mujeres

- Con el lema '**La infertilidad, una razón de peso**', cuatro sociedades científicas visibilizan que la obesidad es también causa de enfermedades menos conocidas, como la infertilidad, tanto femenina como masculina, que comprometen mucho la salud y la calidad de vida de las personas afectadas
- Por cada punto de incremento en el índice de masa corporal en las mujeres, se reduce la probabilidad de embarazo espontáneo en un 10%
- Según un estudio reciente, la obesidad se asocia con un 20% de casos de infertilidad y subfertilidad masculina
- Para aumentar las tasas de fertilidad, es imprescindible que las personas con obesidad consigan una pérdida de peso saludable y mantenida en el tiempo mediante cambios en su estilo de vida y, si no es suficiente y hay indicación, añadir fármacos que ayuden a conseguirlo
- En España la prevalencia de sobrepeso estimada en la población adulta es de casi el 40% y la de obesidad del 22%, y aumenta con la edad

Madrid, 30 de noviembre de 2021.- La Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) y la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (SEEDO), junto con la Asociación Española de Urología (AEU) y la Sociedad Española de Fertilidad (SEF) han unido fuerzas para conmemorar el **Día de la lucha contra la obesidad** con el lema: '**La infertilidad, una razón de peso**', ya que esta enfermedad, la obesidad, es también causa de otras enfermedades menos conocidas, como la infertilidad, tanto femenina como masculina, y que comprometen mucho la salud y la calidad de vida de las personas afectadas.

Un impacto directo del aumento de peso y de la aparición de la obesidad es la infertilidad, dos factores que provocan que descienda en los varones el número de espermatozoides y que tengan menos movilidad, además de que puede llegar a ocasionar disfunción eréctil. Y en las mujeres, la obesidad provoca alteraciones menstruales y un descenso en la calidad de los óvulos. Según el último Registro Nacional de Actividad de la Sociedad Española de Fertilidad (SEF), en 2019 se realizaron 180.906 tratamientos de reproducción asistida. Según ha explicado el **doctor Luis Martínez Navarro, presidente de la SEF**: "*Además de la edad, la obesidad y sus complicaciones son los factores que en nuestro medio más influyen en la disminución de fertilidad. El aumento de peso aumenta claramente las tasas de aborto y disminuye las tasas de recién nacidos vivos*".

La infertilidad en las mujeres

En concreto, las mujeres con obesidad tienen una menor probabilidad de quedarse embarazadas de forma espontánea o tras técnicas de reproducción asistida, calculándose que la

probabilidad de embarazo en mujeres con obesidad grave se reduce a la mitad respecto a mujeres con peso normal. Según la **Dra. Ana de Hollanda, coordinadora del grupo de Obesidad de la SEEN**, *“se estima que por cada punto de incremento en el índice de masa corporal (IMC) se reduce la probabilidad de embarazo espontáneo en un 10%. Y se calcula que, tras técnicas de reproducción asistida, por cada punto de aumento de IMC disminuye un 9% los nacimientos de recién nacidos vivos”*. ¿Por qué? Según esta experta, la obesidad se asocia a disfunción en la ovulación, principalmente por la presencia del síndrome de ovario poliquístico, pero incluso sin que exista esta enfermedad, la obesidad altera la ovulación normal. El exceso de grasa corporal, mediada por la resistencia a la insulina, provoca alteraciones en las hormonas que regulan la ovulación. Y a su vez el exceso de tejido adiposo afecta de manera negativa a la calidad de los óvulos y su capacidad de fecundación, así como a la matriz o endometrio contribuyendo a una mayor tasa de abortos.

La **doctora Assumpta Caixás, coordinadora del GT Síndrome de Prader Willi de la SEEDO**, destaca que *“la obesidad no solo afecta la fertilidad en las mujeres, sino que también un 20% de los hombres con obesidad tienen disminuida su fertilidad”*.

La infertilidad en los hombres

En el caso del hombre, el aumento de tejido graso da lugar a una conversión de hormonas masculinas a estrógenos y éstos provocarán una disminución de las concentraciones de testosterona y de gonadotropinas. La calidad y cantidad del semen en pacientes con obesidad están afectadas, además, por el incremento de temperatura testicular y puede dar lugar a alteraciones en el ADN. En concreto, los hombres con obesidad tienen 3 veces más probabilidad de oligozoospermia (concentraciones bajas de espermatozoides) comparados con hombres con normopeso y se estima que la probabilidad de infertilidad puede aumentar un 10% por cada 9kg de exceso de peso. Además, la presencia de síndrome metabólico, enfermedad vascular y las alteraciones hormonales comentadas dan lugar a disfunción eréctil cuya prevalencia en obesidad se estima en más de un 30%, incluso en algunos estudios la disfunción eréctil puede llegar a estar presente en hasta 60% de los hombres con obesidad.

El **doctor Juan Ignacio Martínez Salamanca, como Coordinador del Grupo de Andrología de la AEU**: *“La obesidad en el varón está asociada con alteraciones hormonales que pueden provocar la disminución de la calidad seminal debido a una reducción en el recuento espermático, la baja movilidad de los espermatozoides y un aumento de las alteraciones morfológicas. Además, entre las alteraciones hormonales de los hombres con obesidad, hallamos un nivel bajo de testosterona, algo que puede provocar problemas de disfunción eréctil con la consiguiente dificultad para lograr un embarazo de forma natural”*.

Tratamiento de la infertilidad

Para aumentar las tasas de fertilidad, es muy recomendable que las personas con obesidad consigan una pérdida de peso saludable y mantenida en el tiempo mediante cambios en su estilo de vida, y en casos necesarios con fármacos o cirugía bariátrica. La reducción ponderal se asocia con una mejoría del perfil hormonal, la reanudación de la ovulación y mejoría de la calidad de los ovocitos y del semen. Según ha apuntado la SEEN, hay estudios que han mostrado que la adherencia a la dieta mediterránea mejora la concentración y motilidad de la esperma¹ y que el seguimiento de esta dieta por la pareja antes de técnicas de reproducción asistida

aumenta las probabilidades de embarazo 1,4 veces. Tras técnicas como cirugía bariátrica también se ha mostrado un incremento en un 20% de las pacientes con síndrome del ovario poliquístico que reanudan ciclos menstruales regulares y aumento de la fertilidad.

La obesidad en España

La obesidad es una enfermedad crónica de tendencia epidémica en el mundo occidental y se ha convertido en uno de los retos más difíciles en salud pública. Según la OMS la prevalencia de obesidad en muchos países europeos se ha triplicado desde 1980, 30–70% de los adultos en la Unión Europea tiene sobrepeso y un 10–30% obesidad. Globalmente, al menos 2,8 millones de personas mueren cada año como resultado del exceso de peso. En España, la prevalencia de sobrepeso estimada en la población adulta (25–64 años) es del 39,3%; la de obesidad del 21,6% (el 22,8% entre los varones y el 20,5% entre las mujeres), y aumenta con la edad. De seguir con el ritmo de crecimiento actual en el 2030 en España habrá 27,2 millones de adultos con exceso de peso que conllevará un aumento del gasto sanitario actual en más de 3081 millones de euros.

Actualmente el gasto sanitario debido a la obesidad es de 2.880 millones anuales, que representa un 7% del gasto sanitario español y un 20% de incremento del gasto sanitario per cápita. Este gasto incluye las comorbilidades de la obesidad (diabetes, hipertensión, apneas del sueño, etc.)ⁱⁱ, sin embargo, nunca se habla de la repercusión económica que supone la infertilidad en concreto. No obstante, un estudio holandésⁱⁱⁱ, indica que la preparación de las mujeres con obesidad y deseo gestacional, con dieta y ejercicio físico previo a la gestación reduce los costes económicos si la mujer concibe en los 24 meses siguientes.

Se calcula que si los gobiernos europeos invirtieran los costes directos e indirectos de la obesidad en estrategias coste-efectivas se podría llegar a un ahorro del 60% en el sobrecoste que supone el exceso de peso.

Sobre la SEEN

La Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) es una sociedad científica compuesta por Endocrinólogos, Bioquímicos, Biólogos y otros especialistas que trabajan en el campo de la Endocrinología, Nutrición y Metabolismo, para profundizar en su conocimiento y difundirlo.

En la actualidad, la SEEN está formada por 1.700 miembros, todos ellos implicados en el estudio de las hormonas, el metabolismo y la nutrición. Está reconocida como una Sociedad Científica de referencia en estas áreas temáticas entre cuyos objetivos se encuentra la generación de nuevos conocimientos y su traslado a la atención clínica que conlleve mejoras en el diagnóstico y el tratamiento de aquellos pacientes con enfermedades endocrinológicas y/o nutricionales.

Sobre la SEEDO

Es una sociedad científica consolidada que agrupa a más de 1.000 profesionales de la salud y la investigación interesados en abordar en los mecanismos etiopatogénicos de la obesidad y sus complicaciones, su correcto diagnóstico, su tratamiento multidisciplinar, el empoderamiento de las personas que sufren la enfermedad y la lucha contra el estigma que padecen. La influencia científica de la SEEDO se extiende a Latinoamérica y Europa. Entre sus iniciativas sociales más



recientes se encuentran las plataformas TEO (Tu experto en obesidad, <https://teo.seedo.es>) y PASO (Plataforma para Alcanzar Soluciones a la Obesidad, <https://demoselpaso.com>).

Sobre la AEU

La AEU es una sociedad científica centenaria, sin ánimo de lucro, fundada en 1911 que se articula en Grupos de Trabajo para desarrollar su actividad en las diferentes áreas de la Urología. Sus fines se centran en fomentar la investigación y el estudio de las afecciones, tanto médicas como quirúrgicas, del aparato urinario secretor y excretor de ambos sexos y del aparato genital masculino, suprarrenales, etc., y de todas las alteraciones derivadas de la patología de estos; y en promover y defender los derechos y el rango que a la Urología corresponden, así como el ejercicio profesional de sus miembros. Su principal prioridad es dar una atención de excelencia al Paciente. Más información en <https://www.aeu.es/>

Para más información:

Gabinete de prensa

**BER
BES**

BERBÉS - 91 563 23 00

Clara Compairé / Vanesa Martín / Paula Delgado

claracompaire@berbes.com; vanesamartin@berbes.com; pauladelgado@berbes.com

Referencias:

-
- i Karayiannis et al., 2017: Association between adherence to the Mediterranean diet and semen quality parameters in male partners of couples attempting fertility
 - ii Costes sociales y económicos de la obesidad y sus patologías asociadas (hipertensión, hiperlipidemias y diabetes) : los tratamientos de futuro y el coste-beneficio generado por su aplicación en el horizonte del año 2005 en España : estudio prospectivo Delphi : libro blanco
 - iii van Oers AM, Mutsaerts MAQ, Burggraaff JM, Kuchenbecker WKH, Perquin DAM, Koks CAM, van Golde R, Kaaijk EM, Schierbeek JM, Klijin NF, van Kasteren YM, Land JA, Mol BWJ, Hoek A, Groen H; LIFEstyle study group. Cost-effectiveness analysis of lifestyle intervention in obese infertile women. Hum Reprod. 2017 Jul 1;32(7):1418-1426. doi: 10.1093/humrep/dex092. PMID: 28486704.