

Estilo de vida e baixa qualidade do sêmen afetam diretamente a esterilidade do homem. O fator masculino representa, aproximadamente, 50% dos casos de infertilidade conjugal

POR JULIA SIRQUEIRA*

A infertilidade masculina tem se tornado uma preocupação crescente para a saúde reprodutiva. Estudos realizados nas últimas décadas apontam uma queda progressiva na qualidade dos espermatozoides em diversas regiões do mundo, cenário associado a fatores como sedentarismo, obesidade, estresse, má alimentação, consumo de álcool, tabagismo e até uso indiscriminado de anabolizantes. Apesar disso, o tema ainda é cercado por tabus e desinformação, fazendo com que muitos homens demorem a procurar ajuda médica.

Ao contrário do que muitos imaginam, infertilidade masculina não significa apenas ausência de espermatozoides. Alterações na quantidade, movimentação, morfologia e até qualidade genética dessas células também podem dificultar a gestação. Segundo o urologista e coordenador do Departamento de Andrologia da Sociedade Brasileira de Urologia, Gustavo Paul Marquesine, a infertilidade deve ser entendida dentro do contexto do casal. “Hoje, sabemos que o fator masculino participa de aproximadamente metade dos casos de infertilidade conjugal”, explica.

A investigação costuma começar quando o casal não consegue engravidar após 12 meses de relações frequentes sem métodos contraceptivos. Nos casos em que a mulher tem mais de 35 anos, o período de investigação normalmente é reduzido para cerca de seis meses. Entre as principais

causas da infertilidade masculina estão a varicocele — considerada a principal causa tratável da condição —, alterações hormonais, infecções, fatores genéticos e hábitos de vida inadequados.

Além das questões físicas, especialistas alertam para o impacto da rotina moderna sobre a saúde reprodutiva masculina. O estresse crônico, a privação de sono e a piora da qualidade alimentar têm influência direta na produção dos espermatozoides. Isso porque a formação dessas células leva cerca de 70 a 80 dias e depende de um equilíbrio delicado entre fatores hormonais, metabólicos e emocionais. “Qualquer agressão metabólica, hormonal ou ambiental pode comprometer esse processo”, afirma.

A infertilidade masculina também pode funcionar como um indicativo de outros problemas de saúde. Distúrbios hormonais, como alterações na tireoide, podem interferir diretamente na produção hormonal e na qualidade dos espermatozoides. Doenças cardiovasculares e metabólicas também entram no radar, já que fatores como obesidade, hipertensão, sedentarismo e diabetes impactam tanto a circulação sanguínea quanto o funcionamento hormonal do organismo. Por isso, médicos reforçam que investigar a infertilidade masculina vai além da tentativa de engravidar, sendo também uma oportunidade de avaliar a saúde geral do homem de forma mais ampla.

***Estagiária sob a supervisão de Sibeile Negromonte**

O tabu da infertilidade masculina

PRINCIPAIS CAUSAS

- Varicocele (varizes no escroto)
- Distúrbios hormonais
- Infecções
- Fatores genéticos
- Obstruções anatômicas

