

Salute LA PREOCCUPAZIONE DEGLI SPECIALISTI ANDROLOGI: IL MASCHIO È IN CRISI

ALLARME INFERTILITÀ

I nostri ragazzi saranno la generazione dei figli senza figli?



Quattro giovani su dieci hanno il liquido seminale a rischio. La colpa? Problemi genitali trascurati, infezioni e anche inquinanti ambientali. Parola d'ordine? Prevenire

di Daniela Cipolloni

Milano, aprile

Potrò avere figli? Nessun ragazzo se lo chiede. A vent'anni è un «sì» scontato. Non è forse l'età del massimo vigore sessuale? Quella in cui, scherzavano le nonne, basta uno sguardo a mettere incinta una ragazza? Le cose non stanno così, non più almeno. I giovani d'oggi sono a rischio d'infertilità. Hanno meno *chance* di procreare dei papà cinquantenni. In futuro, quando desidereranno

un bebè, tanti avranno difficoltà a concepirlo. A lanciare l'allarme è la Siams, la Società italiana di Andrologia e Medicina della sessualità, che ha seguito una vasta indagine su oltre 10 mila studenti maschi dell'ultimo anno di scuola superiore. I risultati, in accordo con le ricerche anche internazionali, sono preoccupanti. Tanto da spingere il ministero della Salute e il Centro nazionale per la prevenzione e il controllo delle

malattie a correre ai ripari. Via libera alle campagne di sensibilizzazione, con testimonial celebri come Francesco Totti (www.androlife.it), visite ambulatoriali gratuite, siti Internet e opuscoli informativi (www.amicoandrologo.it). C'è pure una "scuola di fertilità" da frequentare online (www.salute.gov). Esagerato? Non si direbbe. Dalle visite andrologiche a cui i ragazzi si sono sottoposti è emerso che sei su dieci soffro-



IN 40 ANNI IL CROLLO C'È. E SI VEDE

Un'immagine al microscopio elettronico della corsa degli spermatozoi verso la cellula uovo. Il parallelo è preoccupante: se 40 anni fa un uomo sprigionava in un orgasmo tra i 110 e i 140 milioni di spermatozoi, in grado potenzialmente di fecondare l'ovocita, oggi con un'eiaculazione se ne liberano in media 40 milioni. E anche di "qualità" inferiore.

no di malattie dell'apparato genitale. Frequenti sono il varicocele (la dilatazione delle vene che abbracciano il testicolo), le anomalie del pene, i disturbi ormonali e le infezioni sessualmente trasmesse, come papillomavirus, herpes genitale ed epatiti. Condizioni spesso prive di sintomi che, nel tempo, danneggiano la produzione degli spermatozoi e, se trascurate, possono compromettere l'attività sessuale e

riproduttiva nell'età adulta. Lo spermiogramma, che pure in un diciottenne ci si aspetterebbe perfetto, corona il quadro già poco entusiasmante.

LE RAGIONI DEL DECLINO

Già, perché in quattro giovani su dieci quantità e qualità del liquido seminale sono risultate inferiori agli standard. «Ipoferile», la parola finale del referto. Perché questo declino?

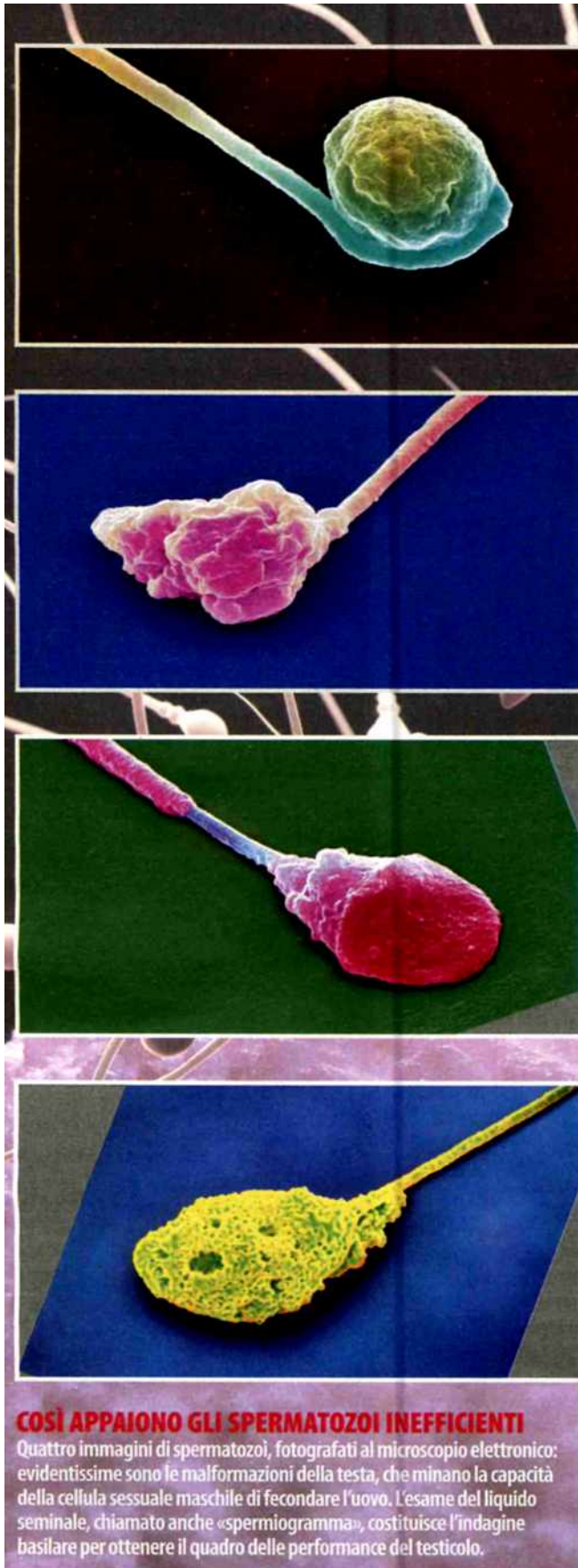
«In parte per le cattive abitudi-

ni giovanili», dice Andrea Lenzi, professore di Endocrinologia all'Università La Sapienza di Roma. «Abuso di alcol, fumo, droghe (in particolare cannabis), anabolizzanti, pillole stimolanti, rapporti sessuali non protetti sono nemici della fertilità». Ma c'è pure qualcosa d'altro. Smog e inquinamento influiscono: chi vive in città ha un potenziale di fertilità più basso rispetto a un coetaneo →

IL DECALOGO ANTISTERILITÀ

Ecco dieci regole d'oro, suggerite dagli esperti, per mantenere il "Walter" (come direbbe la mitica Luciana Littizzetto) in forma.

- 1. Evita il fumo e le droghe.** Le sigarette ledono il sistema cardiovascolare, riducendo il flusso di sangue al pene e peggiorando l'erezione. Tutte le droghe, leggere e pesanti, finiscono per influenzare negativamente la fertilità.
- 2. Non bere troppo.** L'abuso di alcol peggiora le prestazioni sessuali. Inoltre, agisce sul testicolo, riducendo la produzione di testosterone e degli spermatozoi.
- 3. Mangia sano e fai attività fisica.** L'obesità determina uno squilibrio ormonale con una diminuzione del principale ormone maschile, il testosterone, e un aumento degli ormoni femminili, gli estrogeni.
- 4. A letto usa la testa.** Le malattie a trasmissione sessuale possono compromettere la fertilità, causando infezioni alla prostata e ostruzioni alle vie seminali. Sì al preservativo.
- 5. Osserva una corretta igiene intima.** L'area genitale va lavata un paio di volte al giorno, abbassando la pelle del prepuzio.
- 6. Attento allo stress.** È nemico della sessualità: l'eccesso di adrenalina può produrre disturbi transitori dell'erezione.
- 7. Non indossare indumenti troppo stretti.** Boxer, pantaloni e jeans non dovrebbero mai "costringere" le parti intime.
- 8. Non tenere il cellulare nella tasca dei pantaloni.** Le radiofrequenze sembrano ridurre la motilità degli spermatozoi. Meglio evitare l'esposizione prolungata alle fonti di calore, come: computer sulle gambe, saune e bagni molto caldi.
- 9) Esegui periodicamente l'autopalpazione dei testicoli.** Con tale manovra si può individuare il tumore del testicolo, neoplasia rara ma più frequente tra i 15 e 40 anni. Mai trascurare un dolore ai testicoli!
- 10. Dopo i 18 anni di età, vai dall'andrologo.** La visita serve a individuare eventuali patologie capaci di ridurre la fertilità. Può essere utile effettuare l'esame del liquido seminale.



COSÌ APPAIONO GLI SPERMATOZOI INEFFICIENTI

Quattro immagini di spermatozoi, fotografati al microscopio elettronico: evidenti sono le malformazioni della testa, che minano la capacità della cellula sessuale maschile di fecondare l'uovo. L'esame del liquido seminale, chiamato anche «spermiogramma», costituisce l'indagine basilare per ottenere il quadro delle performance del testicolo.

→ che abita in provincia o in campagna. Ma la minaccia più subdola, da cui è difficile se non impossibile difendersi, è nell'ambiente. «Siamo circondati da sostanze chiamate interferenti endocrini», prosegue Lenzi. «Parliamo di composti che esercitano una debole azione estrogenica. Si comportano, cioè, come ormoni femminili, mandando in confusione l'apparato riproduttivo legato al testosterone. Si trovano un po' ovunque: plastica, vernici, disinfettanti, cosmetici, conservanti, prodotti alimentari».

A minime dosi non rappresentano un pericolo, «però nel complesso determinano un costante stato d'ipogonadismo, ossia un disturbo nel funzionamento degli ormoni maschili. Praticamente, è come se vivessimo tutta la vita in un grande utero!».

In effetti, se sfogliate un album di famiglia, noterete che esteticamente i nipoti hanno qualcosa di diverso dai nonni. Corporatura più efebica, aspetto generale meno virile, pancetta precoce.

ANCHE "LUI" S'È ACCORCIATO

Nel Centro di crioconservazione dei gameti maschili, nell'Azienda ospedaliera universitaria di Padova, diretta da Carlo Foresta (che è anche il presidente della Siams), un gruppo di mille ventenni è stato messo a confronto con altrettanti uomini di 40 anni.

«La generazione più giovane è mediamente più alta di 2 centimetri rispetto alla precedente, con un aumento non armonico delle parti dell'organismo: gambe e braccia, insomma, si sono allungate di più», racconta Foresta.

«Il numero degli spermatozoi è risultato del 20 per cento inferiore, rispetto ai soggetti adulti di riferimento. Per di più, si nota un accorciamento del pene».

LE INSIDIE ORMONALI

«Intendiamoci, la differenza è impercettibile, appena 1 millimetro (anche se rispetto al 1950, l'organo s'è ristretto di 1-2 centimetri). Non significa che i ragazzi ce l'hanno piccolo. È, però, un altro indizio, coerente con tutti gli altri, dell'interferenza ormonale sull'organismo, lo sviluppo degli organi sessuali e la fertilità maschile».

Gli interferenti endocrini agiscono sin dalla nascita, addirittura durante lo sviluppo fetale. «È provato che gli estrogeni ambientali sono responsabili di un incremento delle malformazioni genitali nei neonati. L'ipospadia, l'in-

completo sviluppo dell'ure-

tra, che riguarda un neonato su 150, è raddoppiata negli ultimi 30 anni», interviene Fabio Ferro, dell'Ospedale pediatrico Bambino Gesù di Roma.

«La terapia migliore? Si chiama prevenzione», suggerisce Lenzi. «Col venir meno della visita di leva, molti arrivano a 35 o 40 anni senza mai essersi sottoposti a un controllo andrologico. Spesso ci si rivolge allo specialista quando si cerca un figlio, che non arriva. Ma è già troppo tardi». «L'ideale», aggiunge Ferro, «è effettuare la prima visita già in età pediatrica. Eventuali anomalie negli organi genitali, come la mancata discesa del testicolo, e altre patologie dell'organo genitale, si manifestano precocemente. E possono essere affrontate».

Daniela Cipoltoni

20%

è la quota dei maschi colpiti dal varicocele, la dilatazione delle vene del testicolo, in forma più o meno severa.

1-2 cm

è l'accorciamento che ha subito il pene rispetto alla popolazione maschile del 1950.

20%

delle coppie ha problemi di procreazione, e nel 50 per cento dei casi la "colpa" è dell'uomo.