

SEPTIEMBRE 2022

Número 9

infoGen

Revista mensual sobre
tu salud y la de tu bebé

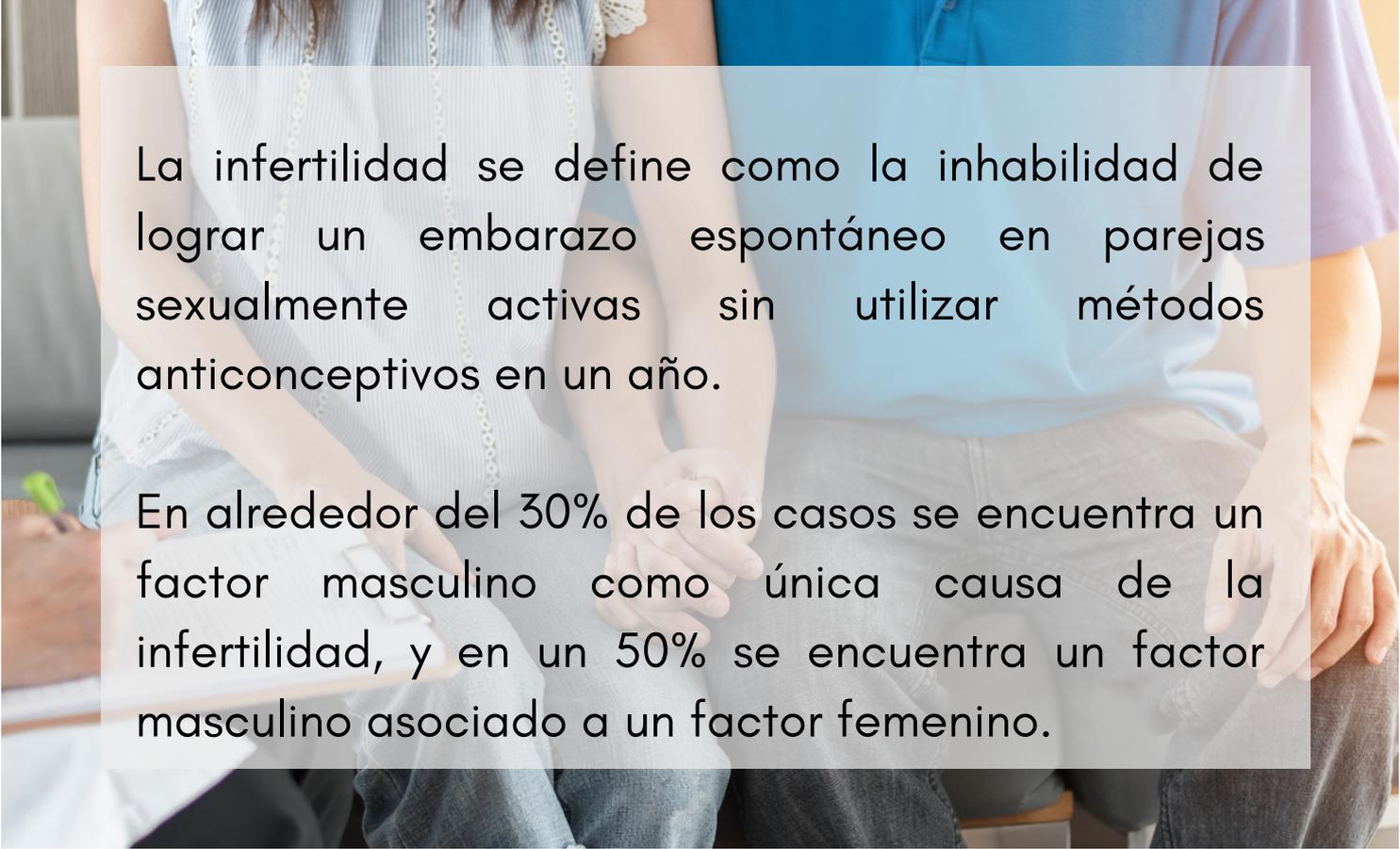
↓ Descarga
REVISTA
MENSUAL

INFERTILIDAD MASCULINA

Lo que debes saber

INFERTILIDAD MASCULINA

¿QUÉ DEBO SABER?



La infertilidad se define como la inhabilidad de lograr un embarazo espontáneo en parejas sexualmente activas sin utilizar métodos anticonceptivos en un año.

En alrededor del 30% de los casos se encuentra un factor masculino como única causa de la infertilidad, y en un 50% se encuentra un factor masculino asociado a un factor femenino.



Visita nuestro consultorio virtual.

www.infogen.org.mx

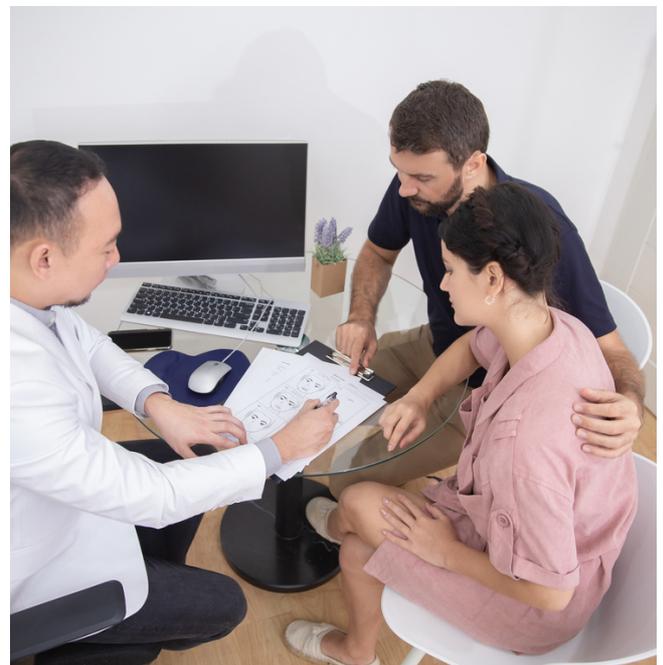
El médico especialista en infertilidad, identificará cual es la causa del problema de infertilidad e indicará el tratamiento a seguir y lograr que sean padres.

@infogen_mexico

¿CUÁNDO CONSULTAR AL MÉDICO?

Consulta con el médico si, después de un año de mantener relaciones sexuales sin protección de forma regular, no logras concebir un hijo, o antes, si tienes alguno de los siguientes síntomas:

- Problemas de erección o de eyaculación, poco deseo sexual u otros problemas de la función sexual
- Dolor, molestias, un bulto o hinchazón en la zona testicular
- Una historia clínica de problemas testiculares, prostáticos o sexuales
- Si tuviste una cirugía en la ingle, los testículos, el pene o el escroto debes de informar al especialista



TU SALUD ES PRIMERO



La infertilidad masculina no siempre puede prevenirse. Sin embargo, puedes evitar algunas de las causas conocidas

OBTEN MÁS INFORMACIÓN



@infogen_mexico



Visita nuestro consultorio virtual.
www.infogen.org.mx

¿CUALES SON LOS FACTORES QUE PUEDEN AFECTAR LA FERTILIDAD?

- Infecciones pasadas o presentes (parotiditis = paperas).
- La exposición prolongada a ciertas sustancias químicas, pesticidas, herbicidas.
- Varicocele (varices en los testículos).
- Factores ambientales como la temperatura, las radiaciones, los fármacos, el estrés, los estimulantes (drogas, alcohol, tabaco) o las deficiencias nutricionales (selenio, zinc, vitaminas).
- Haber sufrido una lesión en los testículos.
- Haberse sometido a una vasectomía, o a cirugías abdominales o pélvicas importantes.
- Tener antecedentes de testículos no descendidos.
- Trastornos hormonales.



@INFOGEN_MEXICO



SÍGUENOS EN REDES

Obtén más información en nuestra página y nuestro consultorio virtual.
Recibe asesoría sin costo en: www.infogen.org.mx

¿QUE ES UN ESPERMA SALUDABLE?

La calidad del espermatozoide depende de varios factores que incluyen:

- Cantidad,
- Movimiento y
- Forma (estructura)

Cantidad:

La probabilidad de la fertilidad depende en parte de la cantidad de semen que sale en una sola eyaculación , que contiene no menos de 15 millones de espermatozoide por milímetro.



@INFOGEN_MEXICO



SÍGUENOS EN REDES



Movimiento:

Para alcanzar el óvulo y fertilizarlo, el espermatozoide debe moverse, nadando y serpenteando a través del cuello uterino, el útero y las trompas de Falopio

Estructura:

La forma del espermatozoide .-Un espermatozoide normal, deben tener la cabeza oval y la cola larga , al moverse e impulsarse conjuntamente, logrará llegar al óvulo .

La infertilidad masculina no siempre puede prevenirse. Sin embargo, puedes evitar algunas de las causas conocidas. Por ejemplo:



- Evita el tabaco, la cuenta del espermatozoides puede disminuir en fumadores
- Limita o elimina el consumo de alcohol, el exceso puede disminuir la producción de testosterona, causar impotencia y disminuir la producción de espermatozoides
- No consumas drogas ilícitas..
- Consume una dieta sana, las frutas y verduras ricas en antioxidantes puede aumentar la calidad del espermatozoides
- Evita el calor excesivo en los testículos: Saunas, jacuzzis, laptops sobre las piernas
- Reduce el estrés.
- Evita la exposición a pesticidas, metales pesados y otras toxinas.
- Mantén un peso sano El sobrepeso corporal esta ligado a la disminución movimiento , la cuenta de espermatozoides.
- Mantener relaciones sexuales con frecuencia, favorece la calidad del espermatozoides y aumenta las posibilidades de un embarazo.



@infogen_mexico



El médico especialista en infertilidad, identificará cual es la causa del problema de infertilidad e indicará el tratamiento a seguir y lograr que sean padres.



<https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/male-infertility/symptoms-causes/syc-20374773>

<https://www.reproduccionasistida.org/analisis-de-la-movilidad-de-los-espermatozoides/>

<https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-articulo-infertilidad-masculina-causas-diagnostico-S0716864021000249>

<https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-infertilidad-masculina-13108305>

COMUNÍCATE CON NOSOTROS



@infogen_mexico



Obtén más información en nuestra página y nuestro consultorio virtual.
Recibe asesoría sin costo en: **www.infogen.org.mx**