

SEMEN Y ALCOHOL

Según un trabajo del equipo de investigación de la Dra. Tina Kold Jensen , de la Universidad del Sur de Dinamarca y publicado en el British Journal of Medicine, el alcohol podría tener un impacto directo en la calidad del semen (**Habitual alcohol consumption associated with reduced semen quality and changes in reproductive hormones; a cross-sectional study among 1221 young Danish men.** Jensen TK1, Gottschau M2, Madsen JO2, Andersson AM3, Lassen TH3, Skakkebaek NE3, Swan SH4, Priskorn L2, Juul A3, Jørgensen N3. BMJ Open. 2014 Oct 2;4(9))

"Este es el primer estudio entre hombres jóvenes saludables con información detallada sobre el consumo de alcohol", dicen los investigadores, "y dado el hecho de que los hombres jóvenes en el mundo occidental beben mucho, resulta de trascendencia para la salud pública, y podría ser un factor que contribuye al bajo conteo de espermatozoides reportado entre ellos.

Para llevar a cabo su estudio, evaluaron 1.221 hombres daneses de 18-28 años de edad, que se sometieron a un examen médico para el servicio militar entre 2008 a 2012.

La evaluación incluyó preguntas sobre la cantidad de alcohol que los hombres bebían en la semana antes de su examen, si este era el típico, la frecuencia con que bebían compulsivamente (definida como más de cinco unidades en una sola sesión), y si habían estado alcoholizados en el mes anterior.

Además de la muestra de semen, los hombres proporcionaron una muestra de sangre, para evaluar sus niveles de hormonas reproductivas.

Los investigadores encontraron que el 64% de los participantes habían participado en borracheras durante el mes anterior, y un 60% dijo que había estado borracho más de dos veces durante ese período. El número medio de unidades de los hombres bebían durante la semana anterior fue de 11. Los efectos sobre la calidad de los espermatozoides fue más evidente en hombres que bebían más de 25 unidades / semana.

Después de considerar ciertos factores influyentes, los investigadores encontraron que no había relación significativa entre la calidad del esperma y el consumo de alcohol o consumo excesivo de alcohol en el mes anterior. Sin embargo, encontraron que el consumo de alcohol en la semana anterior se asoció con cambios en los niveles de hormonas reproductivas, y estos cambios se incrementaron significativamente a medida que el número de unidades semanales aumento. En detalle, los niveles de testosterona aumentaron y la globulina transportadora de hormonas sexuales (SHBG) disminuyeron.

Casi la mitad de los hombres dijo que la cantidad de alcohol que bebían en la semana anterior era típico de su consumo semanal habitual. Además, dentro de este grupo de hombres, cuanto mayor es la cantidad de unidades semanales, menor es la calidad del semen. Las evaluaciones para la calidad

del semen incluyeron el recuento total de espermatozoides y la proporción de espermatozoides de tamaño y forma normales.

Los investigadores dicen que estos efectos fueron notables en los hombres que bebían cinco o más unidades a la semana, pero fueron más evidentes en los hombres que bebían 25 o más unidades cada semana. En los hombres que bebían 40 unidades por semana, el recuento total de espermatozoides fue 33% más bajo, y la proporción de espermatozoides de aspecto normal era 51% menor, en comparación con los hombres que sólo bebían una a cinco unidades.

Parece que beber entre uno y cinco unidades por semana es el número mágico para los espermatozoides sanos, ya que - curiosamente - la abstinencia también se relacionó con una peor calidad de esperma.

Queda por ver si la calidad del semen se restaura cuando la ingesta de alcohol se reduce, pero los jóvenes deben saber que la alta ingesta habitual de alcohol puede afectar no sólo su salud general, sino también su salud reproductiva.