



**PARLIAMONE INSIEME CON LA GINECOLOGA**

Stefania Piloni ginecologa all'ospedale San Raffaele - Resnati di Milano

# Vorrei un secondo figlio, ma...

...non sempre la gravidanza si avvia facilmente. Come mai? E cosa succede quando si ricorre alla Fivet?



## 1 Una semplice questione d'età

Con il primogenito, detto fatto. Ma quando si decide di dargli un fratellino o una sorellina, ecco che passano i mesi e la gravidanza tanto desiderata non arriva. Eppure, le statistiche dicono che per una donna già madre la seconda gestazione è più facile da realizzarsi. La maggior parte delle coppie, infatti, fatica ad avere il primo figlio mentre il secondo arriva senza problemi. Perché dunque per alcune l'avvio della seconda attesa è tanto difficile? Il primo responsabile è il fattore tempo. Sempre più spesso, il secondo figlio viene cercato dopo aver superato i 38-40 anni, un'età difficile per la fertilità femminile.

## 2 Sexualità libera

Giusto peso corporeo, abitudini di vita salutari e rinuncia al fumo sono tre ottimi capisaldi per mantenere giovane la propria fertilità. Meglio evitare la sessualità a comando, perché può risultare frustrante al punto da rendere gli spermatozoi meno vitali e lenti. Anche lo stress è un temibile nemico della gravidanza, non a caso la

maggior parte dei concepimenti si verifica in estate, durante le vacanze.

## 3 L'aiuto che viene dalla scienza

Se il bimbo non arriva, la procreazione assistita è una possibile soluzione. Nella fecondazione in vitro (FIVET) la donna è sottoposta a una stimolazione ormonale per circa 10 giorni, al fine di sviluppare un gran numero di ovociti. Quando questi sono maturi si effettua il pick up: sotto controllo ecografico, il medico preleva le cellule uovo con un ago che punge la vagina in profondità. Questa procedura non è dolorosa poiché la donna è seduta. Gli ovociti estratti vengono uniti agli spermatozoi e si formano così gli embrioni. Dopo 2-3 giorni dal pick up, con un catetere gli embrioni vengono posizionati in utero.

## 4 Più facile che arrivino i gemelli

La Fivet si conclude con una gravidanza nel 30% dei casi, ma dopo i 40 anni questa percentuale scende e arriva al 15%. Il rischio di gestazione gemellare è del 20% circa in tutti i successi da Fivet. Questa possibilità va considerata quando si è già genitori, poiché in caso di esito positivo la famiglia potrebbe crescere... molto. La gravidanza ottenuta con la Fivet è una gestazione come le altre, con gli stessi rischi e i medesimi controlli da effettuare.

## 5 Prepararsi in modo naturale

Alcuni rimedi, per esempio i drenanti, limitano il gonfiore causato dagli ormoni, e il Magnesio controlla lo stress che può colpire durante il programma di fecondazione assistita. L'inositolo, invece, è un ottimo integratore che favorisce la maturazione degli ovociti mentre la vitalità. Per gli uomini è ottima l'integrazione con la Maca, una pianta che rivitalizza i movimenti degli spermatozoi e li rende più capaci di fecondare l'ovocita.

### Ovociti di qualità

Superati i 40 anni, la quantità di ovociti prodotti diminuisce sensibilmente. Ma anche la loro qualità diventa meno buona. Per questo, anche la fecondazione assistita ha minori possibilità di successo.