



El vapeo: una amenaza silenciosa para quienes quieren ser padres

Es sabido que el cigarrillo contiene sustancias tóxicas como nicotina, monóxido de carbono, cianuro, plomo y arsénico que pueden causar problemas de salud y, por supuesto, de fertilidad. En las mujeres, por ejemplo, estas sustancias reducen la reserva ovárica, aceleran el envejecimiento de los óvulos y afectan la receptividad uterina. Mientras que, en los hombres, disminuyen la cantidad y movilidad de los espermatozoides, alteran su ADN y aumentan el riesgo de disfunción eréctil.

Frente a esto, durante años, los cigarrillos electrónicos o vapores se presentaron como una alternativa "menos dañina". Con sus aromas dulces y su apariencia tecnológica contri-

buyeron a instalar la idea de que vapear es inocuo. Sin embargo, la evidencia científica muestra que estos dispositivos también pueden comprometer seriamente la salud y la fertilidad tanto en hombres como en mujeres.

Los vapores, en su mayoría, contienen nicotina, junto a saborizantes y metales pesados que, al calentarse para generar vapor, producen un tóxico capaz de provocar estrés oxidativo, inflamación y alteraciones hormonales.

Fertilidad femenina

"En las mujeres, el uso de cigarrillos electrónicos puede interferir con la ovulación y reducir la actividad ovárica. Además, acelera la pérdida de óvulos y deteriora su calidad, lo que

disminuye las posibilidades de lograr un embarazo", señala el Dr. Andrés Carvajal, especialista de Clínica IVI Santiago.

La nicotina también afecta la receptividad del útero, dificultando la implantación del embrión, lo que no solo retrasa la concepción, sino que incrementa el riesgo de infertilidad. En mujeres embarazadas, el vapeo se ha asociado a complicaciones como parto prematuro y bajo peso al nacer.

Fertilidad masculina

En los hombres, la exposición a la nicotina y otras sustancias químicas del vapor reduce la cantidad, movilidad y viabilidad de los espermatozoides. A la vez que puede dañar el ADN espermático, aumen-



tando el riesgo de mutaciones genéticas y dificultando la fecundación.

"Diversos estudios han demostrado que el estrés oxidativo provocado por estos dispositivos afecta la espermatogénesis, comprometiendo la calidad seminal incluso en hombres jóvenes aparentemente sanos", explica el Dr. Carvajal.

Un hábito que puede costar caro

La fertilidad depende de múltiples factores, pero el consumo de nicotina es uno de los pocos riesgos modificables. Dejar de fumar y abandonar los cigarrillos electrónicos puede mejorar significativamente las probabilidades de concebir y contribuir a un

embarazo más saludable. "Para quienes sueñan con formar una familia, la mejor decisión es evitar por completo tanto el tabaco como los cigarrillos electrónicos", concluye el especialista.

El Cóndor

Escanea aquí las ediciones digitales

Antecedentes y datos del inmueble en una edición particular e correo electrónico