

Reserva de nutrientes  
fertilidad.  
 Antioxidantes,  
 Vitamina C y E,  
 Selenio y caroteno  
 ayudan en la  
 fertilidad de hombre  
 y mujer.  
 obesidad, distribución  
 de grasa corporal y  
 fertilidad.

Peso y fertilidad  
 Protegen el  
 aparato reproductor  
 (Ovulos y  
 espermatozoides)  
 Las moléculas reactivas  
 de oxígeno atacan los  
 ácidos grasos  
 El bajo peso  
 también influye en  
 el embarazo

LOS hombres  
 con un IMC  
 mayor a  
 35 kg/m<sup>2</sup>  
 tiene más  
 probabilidad  
 de tener  
 una cuenta  
 de espermato  
 menor

Peso y fertilidad en los  
hombres.  
 La baja concentración  
 de testosterona disminuyen  
 la producción de espermato.  
 Promueve la fertilidad  
 subfertilidad.  
 El IMC < 20 kg/m<sup>2</sup>  
 no reduce la fertilidad  
 Alto nivel de grasa  
 más problemas de fertilidad

Peso y fertilidad en las  
mujeres.  
 Alto nivel de grasa.  
 • Anovulación  
 • Amenorrea  
 • Reducción de  
 fertilidad  
 IMC < 20 kg/m<sup>2</sup>  
 Anovulación y  
 amenorrea  
 Amenorrea  
 Insuficiencia  
 del ciclo  
 menstrual.

Nutrición y fertilidad  
Intertilidad  
 La ingestión de  
 calorías y grasa  
 corporal.  
 La concentración  
 de hormonas que participan  
 participan en el proceso  
 de reproducción  
 Los factores nutricionales  
 ejercen una influencia  
 temporal sobre la fertilidad  
 Grasa corporal y  
 fertilidad.  
 Estrógeno  
 y testosterona  
 leptina

Desnutrición y fertilidad  
 Defenso notable en la  
 fertilidad.  
 Factores asociados con alteración  
 a la fertilidad  
 Pérdida de peso  
 Grasa corporal  
 excesiva.  
 Niveles extremos  
 de ejercicio.  
 Algunos  
 fármacos  
 extremo  
 oxidativo  
 interrumpen en el  
 proceso productivo  
 realta de producción  
 de espermatozoide