

Tomar sorvete aumenta a fertilidade em mulheres

24/07/2009

Meio Norte – PI

Pesquisadores do Departamento de Nutrição da Escola de Saúde Pública de Harvard, nos Estados Unidos, concluíram que trocar o leite integral por sorvete, pelo menos duas vezes na semana, pode ser um bom negócio para quem deseja ter um bebê.

O coordenador da pesquisa acompanhou por oito anos mais de 18 mil mulheres, com idade entre 24 e 42 anos, que apresentavam dificuldades para engravidar. A cada dois anos, elas tinham de responder se haviam tentado ter um filho, se essas tentativas já duravam mais de um ano e, em caso de dificuldade, se sabiam a razão. Além disso, as voluntárias forneceram informações sobre seus hábitos alimentares.

Ao final da pesquisa, ficou constatado que as mulheres que consumiam diariamente pelo menos duas porções de sorvete tinham 85% mais chances de ovular do que aquelas que não o consumiam

A pesquisa revelou ainda que a sobremesa diminui o risco de infertilidade em 22%. As mulheres que tomam sorvetes cremosos duas vezes por semana têm risco de esterilidade 38% menor do que aquelas que não se permitem nem uma casquinha por semana.

A explicação dos pesquisadores é de que a gordura presente no sorvete tem substâncias que melhoram o funcionamento dos ovários, facilitam a produção de hormônios sexuais e aumentam a fertilidade.