

# Análisis crítico por expertos de trabajos seleccionados

Resumen del trabajo seleccionado para el análisis crítico

## Estilos de vida en mujeres sometidas a fertilización in vitro: un estudio prospectivo

*Lifestyle behaviors in women undergoing in vitro fertilization: a prospective study*

Alice D. Domar, Ph.D.<sup>a</sup>, Lisa Conboy, Sc.D.<sup>b</sup>, Julia Denardo-Roneya, and Kristin L. Rooney, B.A.<sup>a</sup>

<sup>a</sup>Boston IVF, Waltham, Beth Israel Deaconess Medical Center, Harvard Medical School, Boston, and <sup>b</sup> Osber Research Center, Brigham and Women's Hospital, Harvard Medical School, Boston, Massachusetts

**Publicado en:** *Fertility and Sterility*. 2012;97:697-670.

**Objetivo:** determinar los estilos de vida/hábitos de las mujeres antes y durante un ciclo de FIV.

**Diseño:** relevamiento prospectivo.

**Lugar:** centro de infertilidad privado académicamente afiliado.

**Pacientes:** ciento dieciocho mujeres, entre 18 y 44 años, programadas para llevar a cabo un ciclo de técnica de reproducción asistida utilizando óvulos propios.

**Intervenciones:** ninguna.

**Principales parámetros de resultados:** historia de estilos de vida y hábitos diarios.

**Resultados:** en el mes previo al ciclo de FIV, el 92% ejercitaron, el 3% fumaron, el 73% tomaron alcohol, el 76% tomaron bebidas con cafeína, el 14% consumieron marihuana, y el 30% realizaron acupuntura. Durante el ciclo de FIV: el 100% ejercitaron, el 2%

fumaron, el 49% tomaron alcohol, el 77% tomaron bebidas con cafeína, el 12% consumieron marihuana y el 47% realizaron acupuntura.

**Conclusiones:** esta es la primera evaluación prospectiva de estilos de vida y hábitos durante un ciclo de técnica de reproducción asistida. Pudieron realizarse una serie de observaciones sorprendentes. A pesar del consejo médico contrario, algunas pacientes consumieron marihuana mientras realizaban el ciclo. Las pacientes continuaron ejercitando y consumiendo cafeína regular y diariamente, y casi la mitad consumieron alcohol. Se debería aconsejar respecto de hábitos adecuados a las pacientes que realizan técnicas de reproducción asistida.

**Palabras clave:** FIV, hábitos de vida, marihuana, acupuntura, ejercicio, tabaquismo, cafeína.

### Comentarios

**Dres. Germán Van Thillo y Martín Vilela**

El presente estudio fue diseñado con el objetivo de recolectar información respecto de hábitos y comportamientos de las mujeres sometidas a FIV. Inteligente e instintivamente, la hipótesis del trabajo fue que la gente reportaría menos o no reportaría una serie de comportamientos que se sabe, por información sumamente disponible y divulgada, que podría afectar negativamente el resultado de una técnica de reproducción asistida. De 1055 pacientes contactadas, 118 se enrolaron previa firma de consentimiento en el estudio.

Las pacientes fueron reclutadas voluntariamente a través de la web y avisos en salas de espera, examen, etc.

El cuestionario acerca de los hábitos de los últimos cinco años, el último mes previo al ciclo de FIV y durante el ciclo, abarcaba los siguientes hábitos/comportamientos: ejercicio, sueño, consumo de tabaco, alcohol, cafeína, hierbas (marihuana), frutas y vegetales y el uso de acupuntura.

Durante el ciclo fueron contactadas diariamente por el investigador vía e-mail para que llenaran el cuestionario de conducta diariamente.

Se compararon los reportes de “últimos 5 años”, con los de “último mes” y los de “en ciclo”. El análisis resulta abarcativo, pues el ciclo de técnica de reproducción asistida podría verse afectado por el efecto, llamémosle crónico, de tal o cual hábito, o el efecto “agudo” al ser aumentado o implementado solo durante el ciclo de FIV, por lo que se comparó si una u otra condición influían en los resultados. También para evaluar la posibilidad de generalización de los resultados que se obtuvieran, se compararon los grupos etarios pues claramente podrían tener, por cuestiones generacionales, diferentes pautas de comportamiento (no será lo mismo una paciente de 20 años que una de 44), como así también el IMC (ejemplo: es de esperar que alguien deportista tenga un IMC inferior a alguien sedentario, que consume alcohol), entre el grupo de mujeres en estudio y un grupo tomado al azar no enrolado en el estudio, y ambos grupos fueron comparables para estas características.

El cuestionario resultaba cuali-cuantitativo, pues la pregunta inicial sobre X conducta era de respuesta binaria: SÍ-NO (ejemplo: “ha fumado”), y en caso de

ser afirmativa, la siguiente pregunta buscaba cuantificar (ejemplo: “cuántos cigarrillos por día: 1-5, 6-10, etc.”).

Si bien para este tipo de estudio epidemiológico la muestra es de relativo pequeño tamaño, los investigadores encontraron diferencias o cambios en los estilos de vida y hábitos durante el ciclo de técnica de reproducción asistida, en comparación con el “histórico” para cada paciente. Los principales cambios fueron:

- Comparando actitudes durante el ciclo de estímulo respecto del mes previo, se observó una reducción estadísticamente significativa en el consumo de alcohol y aumento en el uso de acupuntura.

- No hubo diferencias en el consumo de frutas/vegetales.

- Hubo aparentes mejorías en estilos de vida/hábitos al comparar los últimos 5 años respecto del ciclo de tratamiento: hubo un aumento estadísticamente significativo en la realización de ejercicio, y una significativa disminución en el consumo de tabaco, alcohol, cafeína y marihuana. No hubo cambios significativos en el uso de acupuntura o consumo de frutas/vegetales.

A pesar de lo arriba expuesto, llama la atención que las pacientes eran advertidas por escrito de no consumir alcohol, mantener un límite bajo de cafeína, no consumir marihuana, etc., y contrariamente, se las incentivaba a realizar acupuntura pre y posembriotransferencia; y sin embargo el 12% igualmente consumió marihuana durante el tratamiento, y la mitad continuó tomando alcohol y

cafeína, mientras que no hubo básicamente aumento en el uso de acupuntura.

Sin embargo, globalmente se observa que las pacientes realizan un esfuerzo por adoptar conductas favorables. Pero he aquí otro potencial sesgo: las pacientes que no se enrolaron no lo hicieron porque su conducta de los últimos 5 años o el último mes no tenía nada “que reprochar” (no fumaban, ejercitaron siempre, etc.) o, por el contrario, no estaban de acuerdo en abandonar ciertas conductas conocidas como desfavorables o no recomendables, o viceversa: pacientes con conductas más “reprochables” se enrolaron en una suerte de compromiso y concientización de cambiar los estilos de vida en pos de contribuir a un mejor resultado del ciclo de técnica de reproducción asistida. Sumado a esto, no se sabe si las pacientes que tienen cubierto el tratamiento por el seguro médico muestran diferentes conductas que aquellas que deben costearse el tratamiento privadamente, amén de la diferencia de estatus socioeconómico al que pertenece un grupo y otro.

Como conclusiones, la tendencia global de las pacientes, si están asesoradas y con claras recomendaciones en cuanto a hábitos pre e intratamiento, tienden a mejorar sus actitudes. Es importante que todo el personal tratante (médicos, enfermeras, etc.) indague el espectro de estas conductas y asesore adecuadamente a las pacientes, además de tener que realizar estudios de mayor tamaño.