

Vitaminas C e E fortalecem sêmen

SEATTLE — Pesquisadores do Centro Médico do Hospital Cornell de Nova York descobriram que doses moderadas de vitaminas C e E aumentam a capacidade dos espermatozóides de fertilizar óvulos. O resultado do estudo, feito com ratos e camundongos, foi anunciado no encontro anual da Sociedade Americana para Medicina Reprodutiva, em Seattle, nos Estados Unidos.

Entretanto, os cientistas fizeram uma ressalva. Vitaminas ingeridas em quantidades excessivas podem ser tóxicas para os espermatozóides. A **overdose** vitamínica reduz rapidamente a capacidade de locomoção das células sexuais masculinas e poderia até mesmo provocar sua morte.

O urologista Peter Schlegel, responsável pela pesquisa, afirmou que a dose diária ideal de vitamina C é de 250 miligramas e a de vitamina E de 400 unidades internacionais. Schlegel estimou que o tratamento vitamínico poderia ajudar na recuperação de 40% dos homens inférteis. O pesquisador fez ainda uma advertência aos fumantes. Ele afirmou que o tabaco pode bloquear a ação terapêutica das