RUFANDO BOMB NEWS Notícias sem rodeios

Quinta-Feira, 12 de Novembro de 2026

Queimadas e a fertilidade

SÊMIA MAUAD

Sêmia Mauad

Mato Grosso lidera o ranking de queimadas no Brasil, e concentrou 21% da área queimada no país, entre os meses de janeiro e agosto deste ano. Já são mais de 2 milhões de hectares consumidos pelas chamas.

Além dos prejuízos a fauna e a flora, temos prejuízos também na nossa saúde. Entenda por quê:

Você já ouviu falar de disruptores endócrinos? São substâncias químicas que podem interferir no nosso sistema hormonal. Podem ser encontrados em produtos como pesticidas, plásticos, cosméticos e alimentos. No caso das queimadas, são liberadas uma variedade de poluentes, incluindo partículas finas, dióxido de carbono e outras substâncias tóxicas, que afetam o equilíbrio hormonal, prejudicando o eixo hipotálamo-gonadal, crucial para a regulação da fertilidade, tanto de mulheres quanto de homens. A exposição a substâncias químicas disruptoras pode reduzir a função ovariana e testicular, dificultando a concepção natural.

Isso porque os níveis de estresse oxidativo no corpo por conta das queimadas aumenta, o que leva a danos nas células reprodutivas (óvulos e espermatozoides). A consequência disso é a redução da fertilidade, além do aumento do risco de abortos espontâneos e complicações na gravidez.

Além disso, a qualidade do ar péssima por conta das toxinas, podem trazer alterações no desenvolvimento fetal, e aumento do risco de cânceres hormonais.

E como a nutrição pode ajudar?

A nutrição pode desempenhar um papel importante na proteção do corpo contra os efeitos dos disruptores endócrinos, especialmente em situações onde a exposição a esses compostos tóxicos aumenta, como em áreas afetadas por queimadas. Embora a nutrição não possa eliminar a exposição a essas substâncias, uma dieta equilibrada e rica em nutrientes pode fortalecer o corpo, ajudar na desintoxicação e minimizar os danos causados por essas toxinas.

Sêmia Mauad *é nutricionista, pós-graduada em Nutrição Materno Infantil.*