

Quiero ser madre, pero ahora no

No es ningún secreto que cada vez son más las mujeres que toman la decisión de posponer sus proyectos de maternidad, ya sea por motivos personales, de salud, laborales o familiares.

Puede parecer raro, pero es que el estilo de vida actual es totalmente distinto al de las generaciones pasadas.



Desde el INSTITUTO MADRILEÑO DE FERTILIDAD (IMF), os podemos ayudar a que decidáis cómo y cuándo ser madres, considerando un **logro tener esa libertad como mujer**

Aún así, con todos estos factores biológicos en contra, el hecho de querer retrasar este momento no tiene por qué llevarnos a renunciar al sueño de crear nuestra propia familia.

Desde Instituto Madrileño de fertilidad, queremos que tengáis en cuenta cómo no solo podemos ayudar a las mujeres que quieren ser madres ahora, si no también a las que no descartan hacerlo en un futuro menos inmediato.

Dentro de los tratamientos por los que podemos optar para asegurarnos unos óvulos fértiles en el futuro, tenemos como técnica más eficaz la llamada "vitricación de óvulos".

IMF fue pionera en este campo que comenzó a aplicar con éxito hace 15 años. Con esta técnica, antes de congelar el óvulo se procede a la deshidratación del citoplasma que es sustituido por un crioprotector, con lo que se evitan la formación de cristales de hielo en el citoplasma, que son incompatibles con la viabilidad del óvulo. Para conseguir que madure más de un óvulo, que es lo que ocurre una vez cada 28 días en el ciclo de una mujer, se realizan 10-12 días de estimulación ovárica con inyecciones subcutáneas autoadministrables de gonadotrofinas. Con ello logramos la maduración de múltiples folículos (estructura en cuyo interior está el óvulo). En este periodo se realizan 3-4 ecografías y cuando los folículos alcanzan un tamaño de 18-20 mm, se procede a realizar la punción del ovario con ecografía transvaginal. El proceso se realiza con sedación y es absolutamente indoloro. El proceso no requiere ingreso y tras un periodo de recuperación de aproximadamente 1-

2 horas, la mujer es informada del número de óvulos validos conseguidos, y es dada de alta. Como vemos el proceso completo dura unos 11- 12 días, y en este tiempo la mujer continúa con su vida con absoluta normalidad. Los óvulos maduros conseguidos son congelados. Los óvulos pueden permanecer congelados por un periodo ilimitado de tiempo. Esto nos permite, retrasar la maternidad, manteniendo la fertilidad de los óvulos de cuando fueron congelados. De esta forma tenga la edad que tenga la mujer, se mantiene la fertilidad de la edad a la que se congelaron los óvulos. Por ello se recomienda para tener mejores resultados, congelar cuando la fertilidad es alta entre los 30-35 años.

Lo aconsejado es congelar al menos 10 óvulos para tener altas probabilidades de embarazo, si el proceso se realiza con más de 35 años, habrá que acumular un número mayor de óvulos y es proba-

ble que se necesite realizar más de un ciclo de tratamiento.

Sea cual sea la edad de la mujer, cuando decide quedarse embarazada hay que realizar un proceso de Fecundación In Vitro. Se desvitrifican los óvulos, se fertilizan en el laboratorio y los embriones son transferidos al útero. Las probabilidades de embarazo serán las mismas que cuando tenía 30-35 años.

Desde el INSTITUTO MADRILEÑO DE FERTILIDAD (IMF), os podemos ayudar a que decidáis cómo y cuándo ser madres, considerando un logro tener esa libertad como mujer.



<https://imfertilidad.com/>



Con muchas las razones por las que una mujer puede querer posponer su embarazo. Y es que a pesar de las presiones sociales o incluso familiares que se suelen recibir al llegar a la treintena, para muchas mujeres "Ahora no es el momento".

No se puede dar la espalda a esta nueva realidad social que condiciona, inevitablemente, la edad a la que se decide ser madre. La incorporación al mundo laboral, tener más expectativas y aspiraciones profesionales que las generaciones predecesoras, convivir en una época de inestabilidad no sólo financiera sino también sentimental... Todo ello, nos hace retrasar ese momento sin ser conscientes de los factores biológicos que no podemos ignorar.

El hecho de que las reglas sigan siendo regulares hasta los 50-52 años, se asocia con una buena fertilidad, y esto no es así, se ovula pero los óvulos ya no se fertilizan o si se fertilizan no se implantan.

Se nace con un número determinado de óvulos, y con los años el número de óvulos (reserva ovárica) y la calidad de los óvulos va disminuyendo. El pico máximo de fertilidad es alcanzado a los 20 años, después va disminuyendo lentamente y a partir de los 35 años comienza a disminuir de forma más significativa con cada año que pasa, a los 40 la fertilidad es muy baja (tasa de embarazo natural del 5-7%) y a los 45 es mínima.

Hay mujeres que pierden fertilidad más rápido y otras de forma más lenta, por ello en el Instituto Madrileño de Fertilidad (IMF) recomendamos que toda mujer que quiera ser madre desde los 25-30 años debería realizarse un test de fertilidad, con una simple ecografía, haciendo un recuento de folículos antrales y una determinación de la Hormona antimulleriana podemos determinar de forma sencilla la reserva ovárica y, por tanto, la fertilidad de cada mujer en cada momento.