



**PARA
ENTENDER:**

**LOS ASPECTOS
PSICOLÓGICOS
DE LA
INFERTILIDAD**

Patricia Hernández Valdez



Bioética
PARA TODOS

Todos los eventos de nuestra vida cotidiana están relacionados con **nuestras emociones y sentimientos.** Siempre que nos despertamos e imaginamos el resto de nuestro día, cuando comemos, hablamos con nuestros compañeros de trabajo, escuela o familia, cuando manejamos o hacemos ejercicio: aunque no lo parezca de primera intención, **estamos evocando sentimientos** (positivos y negativos, dependiendo de muchos factores)... y desde luego, también cuando tenemos un accidente en auto o transporte público, cuando visitamos a un familiar o conocido que se encuentra hospitalizado, cuando fallece nuestra mascota, cuando decidimos formar una familia, etcétera. Justamente, hablaremos a lo largo de este manual de fácil lectura, sobre el último punto: **¿qué pasa cuando una pareja descubre que no tiene la posibilidad de tener un bebé.**

Sabiendo ya que las emociones y sentimientos (*comprenderemos la diferencia entre ambas más adelante*) se vinculan con absolutamente todo lo que hacemos, es importante mencionar que pueden afectar nuestra salud física, y es que no estamos conscientes todo el tiempo de lo que sentimos ¿verdad? sobre todo cuando hacemos algunas actividades que ya son parte de nuestra rutina, es decir, que son “automáticas” o con eventos que damos por sentado, por ejemplo, tener un o varios hijos. Por tanto, no es extraño suponer que existen relevantes consideraciones psicológicas cuando hablamos de la infertilidad.

Para entender mejor este tema, es necesario contestar varias preguntas clave:



¿QUÉ ES LA INFERTILIDAD?

La infertilidad es la incapacidad de conseguir un embarazo después de aproximadamente un año de mantener relaciones sexuales sin protección. Puede originarse por factores masculinos, femeninos y muchas veces, una combinación de ambos. También influye mucho el estilo de vida (como la alimentación, consumo de drogas, consumo de medicamentos para tratar enfermedades crónico-degenerativas y mentales, tabaquismo, desnutrición, etcétera). Incluso, se ha encontrado que la exposición a ciertos contaminantes ambientales afecta la fertilidad: un estudio realizado en 2021 a 18.000 parejas de China reveló que quienes vivían diariamente con niveles moderadamente altos de contaminación por partículas pequeñas, tenían un riesgo mayor -un 20% más- de ser infértiles.

Por ello, podemos establecer que el origen de la infertilidad es multifactorial, y por lo regular varias de estas causas se presentan al mismo tiempo.

¿LA INFERTILIDAD ES UNA CONDICIÓN QUE PUEDE TRATARSE O CURARSE?

La infertilidad es una condición que ha sido estudiada por muchos años. Actualmente las alternativas, dadas sus causas, son muy variadas, pero el reto consiste en identificar bien la etiología. Cuando existen múltiples condiciones que la favorecen, **hay que actuar desde todas las perspectivas posibles para facilitar el embarazo.**

Con frecuencia, los tratamientos utilizan medicamentos para apoyar en el funcionamiento hormonal ya sea del hombre, de la mujer o de ambos; a veces también puede ser necesario algún procedimiento quirúrgico que incluye a la tecnología de reproducción asistida, la cual ayuda a la fecundación (que un espermatozoide se una al óvulo) para que posteriormente sea implantado en el útero y que así, seceda el embarazo.



¿QUÉ SON LAS EMOCIONES? ¿QUÉ SON LOS SENTIMIENTOS?

En primer lugar, ambas nos ayudan a comunicarnos con los demás y a lograr metas y objetivos en todos los ámbitos de nuestra vida. Las emociones son un conjunto de reacciones físicas (químicas y hormonales) producto de un estímulo externo (algo que observo, escucho o vivo) o interno (algo que pienso, recuerdo o analizo).

Sus características son:

- Son temporales y nos sacan de nuestra zona de confort o estado de normalidad.
- Son intensas.
- Pueden ser positivas o negativas.
- Preceden a los sentimientos y aunque están relacionadas con reacciones biológicas internas, pueden ser percibidas a través del lenguaje no verbal.
- Las emociones básicas son: rabia, vergüenza, culpa, alegría, tristeza, y miedo.



ENTONCES... LA INFERTILIDAD PRODUCE PROBLEMAS PSICOLÓGICOS? O ¿LOS PROBLEMAS PSICOLÓGICOS PRODUCEN INFERTILIDAD?

Muchos estudios han abordado la infertilidad como una condición que *surge de malestares expresados de forma física pero, que poseen un origen meramente psicológico*; sin embargo, **esta idea ha sido abandonada por carecer pruebas científicas consistentes**, aunque no es erróneo pensar que algún trastorno mental o de la personalidad que se encuentra relacionado, por ejemplo, con un consumo adictivo de sustancias lícitas (como el alcohol) o ilícitas (como la cocaína), impide el correcto desarrollo de los gametos femeninos y masculinos (óvulos y espermatozoides).

En este sentido, también es posible que esté involucrado el hecho de que el deseo de maternidad o paternidad muchas veces es intenso y esto **puede ser un factor que altere de forma determinada el organismo y los hábitos del individuo**, pero no significa que los problemas psicológicos condicionen por sí mismos el embarazo.

Hoy en día se especifica que **la infertilidad sí produce problemas psicológicos**, empero, recomiendo no perder de vista lo mencionado con anterioridad, en donde un periodo de estrés psicológico fuerte o una patología emocional (transitoria o permanente) provocan una serie de condiciones físicas que sí pueden afectar la reproducción del individuo y por tanto, de la pareja.

Ahora bien, cuando a una persona se le informa sobre su condición de infertilidad, necesariamente se desencadena una serie de malestares que involucran preocupación sobre un estado de salud y por supuesto, un futuro que usualmente las parejas suelen proyectar como desesperanzador, por lo que esta situación orilla a que se piense que no existen más soluciones y que las oportunidades se han agotado, **provocando ansiedad, preocupación, frustración, impotencia, entre otro tipo de manifestaciones.**

Vale la pena saber que estas emociones y sentimientos se pueden manifestar de múltiples formas y en un tiempo no lineal. Ya hemos revisado que cada persona es distinta y no todas las parejas reaccionan de la misma manera ante este diagnóstico. Por ejemplo, en un caso, la reacción puede ser inmediata y generar sentimientos de culpa y en otro, la reacción puede manifestarse hasta llegar a casa con sentimientos de tranquilidad ya que ***ahora se sabe la causa científica por la cual, no se ha podido concebir.***

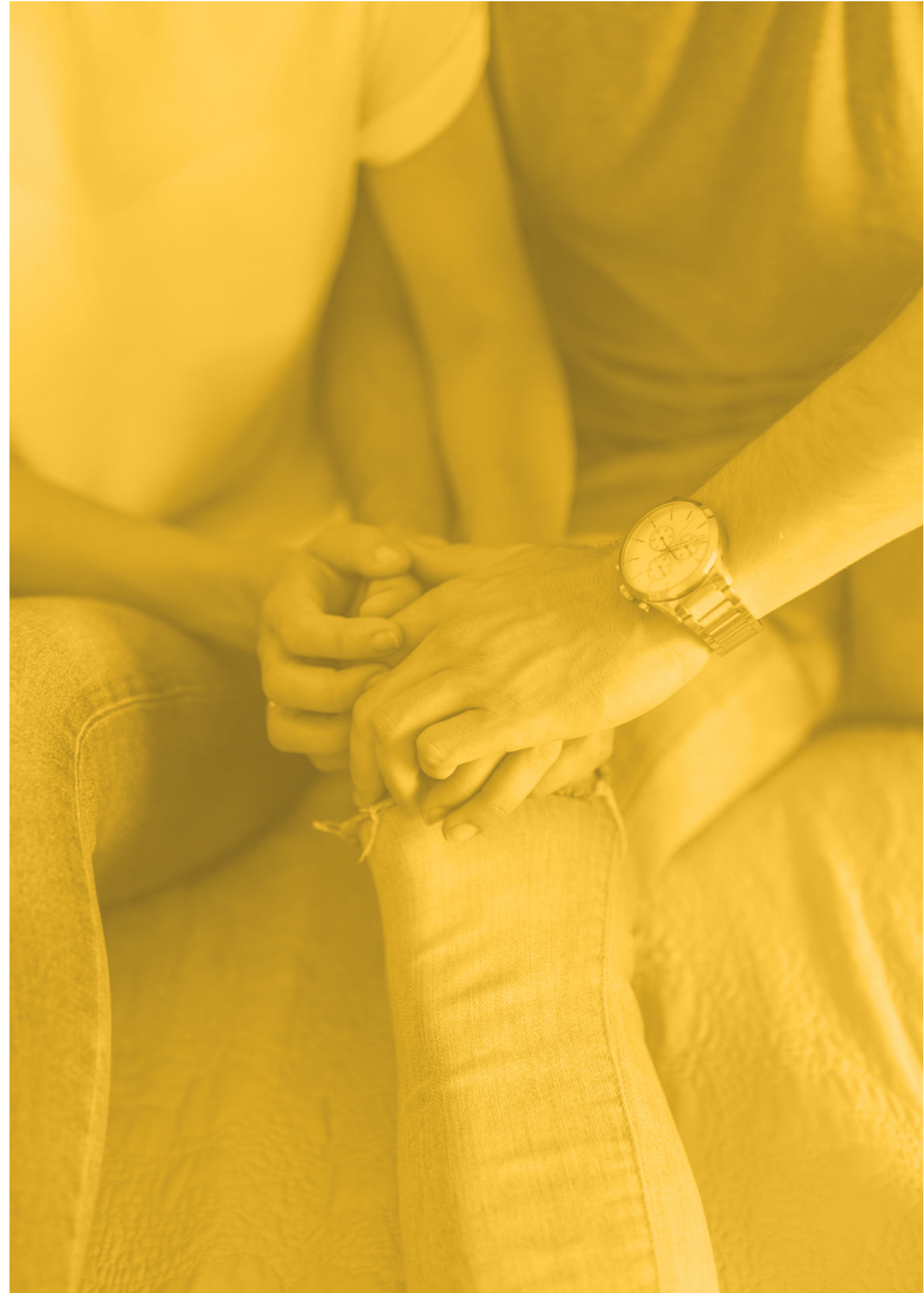


Pero los efectos psicológicos del diagnóstico no solo afectan a la persona en lo individual, sino también a la pareja. Por eso, es necesario atender siempre a este binomio que puede presentar diferentes síntomas entre sí y en distintos momentos, como ya se ha comentado. En muchas ocasiones, el varón no expresa verbalmente tristeza o frustración, pero presenta insomnio, dificultad para concentrarse, entre otras manifestaciones; lo importante es no perder de vista estos signos y síntomas que sin duda, son de gran relevancia.

¿CÓMO INFLUYE EL ESTADO PSICOLÓGICO DE LAS PAREJAS CON INFERTILIDAD EN LA RESPUESTA A LOS TRATAMIENTOS?

Existen distintas estrategias para lograr un embarazo que, al ser muy precisas y rigurosas, necesariamente abarcan un compromiso constante por parte de la pareja. Como hemos revisado, las personas involucradas que han sido diagnosticadas con infertilidad ya cursan con diferentes preocupaciones sobre el tema, y es por eso que muchas veces existe inseguridad y angustia constante, que pueden influir en el seguimiento de los tratamientos y afectar, por tanto, su rango de efectividad.

Por otro lado, las mismas expectativas que tienen las parejas sobre la garantía de los procedimientos **también tienen un impacto psicológico**, debido a que las esperanzas se encuentran concentradas en un porcentaje de éxito alto y el considerar que existan factores que puedan implicar una disminución de este, puede ser algo estremecedor que refuerza aún más el sentimiento de desesperanza y frustración.



¿CUÁL ES EL PAPEL DE LA ATENCIÓN PSICOLÓGICA EN EL DIAGNÓSTICO DE LA INFERTILIDAD?

Al momento en que se da a conocer un diagnóstico de esta índole, las respuestas emocionales pueden llegar a comprometer en menor o mayor medida la vida de la persona y de la pareja. Usualmente esto se traduce en escenarios trágicos, por lo que desde este punto **la atención e intervención psicológica juega un papel fundamental para brindar control y contención a la (s) persona (s) involucradas con la finalidad de brindar acompañamiento y desde luego, ofrecer un panorama de comprensión para hacer frente a un problema de forma oportuna.**



La aparición de un nuevo problema que atañe el futuro, usualmente interpretado como una nueva condición de vida o como algo que obstaculiza el bienestar, **produce en las parejas un sentimiento de desamparo e intranquilidad.**

A partir de esto es donde **la atención psicológica juega un papel fundamental**, debido a que la necesidad manifiesta y la angustia que puede representar para las personas va guiado en aminorar el impacto de dichas emociones o sentimientos, sobre todo en proporcionar un apoyo que permita dar una percepción y entendimiento diferente; que otorgue el mayor rango de bienestar posible. **Nunca hay que desechar la ayuda psicológica y mucho menos esperar a que se presenten comportamientos riesgosos (como ideación o intento suicida, consumo de sustancias lícitas o ilícitas).**

Puntos concluyentes:

- La infertilidad produce malestares psicológicos que desencadenan diversas manifestaciones sintomatológicas que afectan la calidad de vida de las personas.
- Los malestares psicológicos, antes y durante un proceso de intervención, deben ser detectados y atendidos de forma oportuna para ofrecer a la pareja un nuevo panorama de oportunidades.
- Es importante que, al haber detectado y atendido los problemas psicológicos, se continúe dando atención a las personas para velar y cuidar su bienestar emocional.

Fuentes consultadas:

Barranco, P. P. C. (2019). Parejas en situación de infertilidad: Estudio del impacto psicológico y de los efectos de la intervención psicológica. *Creando Redes Doctorales*, 451.

Cabrera, A. C., de los Rios Uriarte, M. E., & Valdez, P. H. (2021). Análisis de las sensaciones y sentimientos de las parejas con problemas de fertilidad y la influencia de la ayuda e información recibida. Según un estudio de campo realizado en México en el año 2011. *Vida y Ética*, 21(2), 139-164.

Cabrera, A. C., Kuri, M. R., Valdez, P. H., & García, E. L. (2020). Tasas de éxito en clínicas de fertilidad: Notables diferencias al comparar la información que proporcionan las clínicas de fertilización asistida en México, la obtenida de los reportes internacionales y la extraída de un estudio de campo realizado en México. *Medicina y ética*, 31(2), 245-265.

Dlabach, S. (2020). La incidencia de los factores psicológicos en la infertilidad. In XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVII Jornadas de Investigación. XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. II Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. II Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires.

González, S. M. M., Riverón, G. E. B., Guzmán, M. O., & Velázquez, L. E. T. (2022). Impacto Psico-social en mujeres mexicanas que viven con infertilidad. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 25(2), 705.

Herrero García, A., Lluna González, J., & Aznar Lucea, J. (2020). Análisis bioético del impacto de las Técnicas de Reproducción Asistida (TRA) en la salud de niños y madres. *Medicina Y Ética*, 31(2), 287-306. <https://doi.org/10.36105/mye.2020v31n2.02>

Morales, N. E. Á., Hernández, L. A., & La Fuente, M. E. R. (2019). Bienestar psicológico y ansiedad rasgo-estado en miembros de parejas con infertilidad primaria. *Medimay*, 26(1), 75-87.

Pérez, M. D., & Neri-Vidaurre, P. (2019). Aspectos psicológicos en infertilidad y gestación subrogada. *Revista Mexicana de Medicina de la Reproducción*, 7(2), 101-129.

Vaquero, J. F., Marcos, H., Mena, M. V., & Carrión, V. (2023). ¿Cómo afrontar la infertilidad de modo médico, respetando a las personas y el amor conyugal? La ayuda de la nanotecnología en estos procesos. *Medicina Y Ética*, 34(1), 194-241. <https://doi.org/10.36105/mye.2023v34n1.05>



Bioética
PARA TODOS