

El rellotge biològic

Una de cada 5 dones necessitarà per ser mare els òvuls d'una donant més jove a causa de l'ajornament de la maternitat

LARA BONILLA

Que les dones estan posposant la maternitat no és nou. L'edat mitjana en què les dones a Catalunya tenen el seu primer fill és 31 anys, segons les últimes dades de l'Idescat. El que comença a ser preocupant, però, és que en ajornar la maternitat moltes dones no poden reeixir en l'intent i han de recórrer a tècniques de reproducció assistida –que tampoc són garantia–, a l'adopció o directament renunciar-hi. És el que els ha passat a Montserrat Andreu i al seu marit: "Tinc 46 anys i no tinc fills. Per diverses raons, sobretot de salut, el meu company i jo vam haver d'ajornar el moment de tenir fills, i quan ens hi vam posar no ens en vam sortir". Reconeix que acceptar-ho no ha estat fàcil. De fet, encara en té l'esperança. "Si es té un acusat sentit maternal, com és el meu cas, pot convertir-se en una autèntica tragèdia, que es porta com es pot, amb molta paciència i molt d'amor per part del company".

Els metges recomanen tenir els fills abans dels 35 anys, ja que a partir d'aquesta edat a la dona només li queden, aproximadament, un 10% de la reserva total d'òvuls –segons dades de l'Institut Marquès– i els que queden són d'una qualitat pitjor. Als 37 anys es considera que comença a caure la fertilitat natural de la dona i, com més gran és, les possi-

bilitats de quedar-se embarassada es redueixen significativament. Als 40 anys, una dona només té un 5% de possibilitats de quedar-se embarassada de manera espontània. A més a més, es considera un embaràs de risc. En endarrerir-se la maternitat fins a edats menys fèrtils, augmenta l'ús de tècniques de reproducció assistida. Les clíniques en són un reflex. "L'edat mitjana de les pacients era de 34 anys fa una dècada i ara és de 38. Estem fora del rellotge biològic de fertilitat", alerta Pere Barri, director de Salut de la Dona Dexeus.

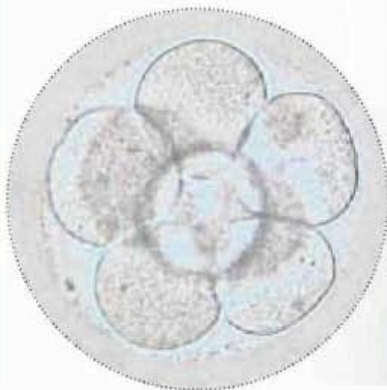
Límits de la tècnica

La inseminació i la fecundació *in vitro* són les tècniques més freqüents però "no arreglen el que espatlla el temps", alerta Barri. "Els resultats de la fecundació *in vitro* després dels 40 anys són igual de pobres que una fecundació natural". Segons el grau d'envelliment ovular, l'opció que queda a aquestes edats és recórrer a la donació d'òvuls, "una tècnica cada cop més utilitzada", diu Barri. Es calcula que una de cada cinc dones necessitarà els òvuls d'una donant més jove per ser mare. La majoria, però, prefereix utilitzar els seus.

Els metges diuen que l'edat òptima per a una dona per tenir fills és entre els 25 i els 30 anys, però la realitat social i laboral obliga a ajornar-ho. "Una cosa és la biologia i una altra la vida que portem", reconeix Àngel López, de l'Institut de Reproducció Assistida Marquès. Els motius per endarrerir la maternitat són molts: es prioritzen els estudis i la carrera professional i cada cop es triga més a assolir l'estabilitat econòmica i de parella. És el que li va passar a la Maria José, que va ajornar la maternitat fins que es va establir econòmicament.

Una de cada quatre dones no tindrà fills

La demògrafa Anna Cabré alerta que un 25% de les dones que ara tenen entre 30 i 34 anys no tindran cap fill. Un percentatge superior al de la generació de les seves mares: "Les dones que llavors no van tenir fills eren bastant menys del 15%". Des que l'edat per tenir el primer fill ha superat la trentena, la taxa de naixements ha baixat. Com més tard es tenen els fills, menys se'n tenen, perquè s'escurça el calendari de fertilitat. El 2010 va baixar un 1% el nombre de naixements (en canvi va créixer entre les més grans de 30 anys). Per Cabré, no és un descens significatiu. "El 2008 hi va haver un augment considerable de naixements i ara hem baixat als nivells del 2007. Anem cap a l'estabilització".



ic s'endarrereix

"Fins que no vaig tenir contracte, no m'hi vaig atrevir". Als 34 anys va anar a buscar el primer fill però va tenir tres avortaments. Quan va fer els 38, la relació de parella es va trencar i, tot i que continuava volent ser mare, la paternitat no entrava dins dels plans de les seves parelles posteriors. Al final, va decidir ser mare en solitari i després de valorar diverses possibilitats -entre les quals la reproducció assistida- va optar per l'adopció. I als 48 anys ha

estat mare. "Però mentalment feia molts anys que em preparava", diu. "Hi ha moments en què penses que ho hauries d'haver fet abans, sobretot quan l'adopció monoparental també semblava impossible".

A la recerca de la parella idònia

El retard en l'emancipació i la falta de parella són altres motius per endarrerir-ho. Montserrat Andreu es va casar amb 34 anys. "Abans no tenia ganes de tenir fills però és que tampoc havia trobat la persona idònia", diu. Va ser després de casar-se que el tic-tac del rellotge biològic se li va accelerar però el seu marit, que té deu anys més, sentia que ja li havia passat l'edat.

Quan es van posar d'acord i van superar els problemes de salut d'ell, s'hi van posar seriosament, però ella ja fregava els 40. Es va sotmetre a un tractament d'estimulació d'òvuls, però no va funcionar. "Això ens obligava a programar els coïts i resultava molt angoixant", diu. La fecundació *in vitro* tampoc va funcionar. Però la Montserrat destaca que la relació de parella n'ha sortit enfortida. "I la nostra estimació no depèn del fet que puguem tenir fills o no".

Entén que és molt difícil tenir un fill amb un sou baix, sense una parella consolidada i amb la carrera professional a mig fer. "Jo fins als 32 anys vivia amb els pares i ni se m'havia acudit tenir fills", diu. Però tot depèn de l'edat en què un s'ho mira: "Si ara tingués 32 anys m'hi posaria ja!" "Sempre hi ha raons per ajornar la maternitat, mai es troba el moment òptim, però les dones no són prou conscients que aquesta demora els pot ser nociva en el futur", assegura el doctor Àngel López. "Les veig a la consulta i penso: que diferent seria si s'hi haguessin posat abans! —



Fertilitat
L'embaràs als 40 anys es considera una gestació de risc i s'ha de controlar

3 preguntes a Gemma Cánovas
PSICÒLOGA CLÍNICA ESPECIALITZADA EN DONA, MATERNITAT I INFÀNCIA

"No s'és menys dona pel fet de no tenir fills"



● És cert que hi ha una edat en què el rellotge biològic pressiona?

Cal anar amb compte amb això. Les dones han de diferenciar entre el desig autèntic i espontani de voler ser mare i l'imperatiu que encara pesa sobre l'inconscient col·lectiu de les dones que pel fet de no ser mares poden sentir-se menys dones. Aquesta és una trampa que ha transmès el model patriarcal i que s'ha interioritzat. I una dona ho és, tot i no tenir fills biològics.

● Com es viuen els problemes d'infertilitat?

Es viu amb angoixa. La sexualitat es torna molt mecànica i programada. Tot el procés és un desgast i es viu amb estrès, sobretot per a les dones, que són les que posen el seu cos en mans del metge. I han de cuidar-se emocionalment i no obsessionar-se perquè també és contraproduent.

● I què passa quan s'accepta que no es podran tenir fills?

Es viu com una pèrdua i s'ha d'elaborar un dol per la pèrdua del fill biològic que no s'ha pogut tenir. I cada dona necessita el seu temps.



Cada cop hi ha més mares al voltant de la quarantena. GETTY IMAGES

El repte de ser mare més enllà dels 40 anys

L.B.

Als 43 anys la Marta va ser mare de bessons amb l'ajuda de tècniques de reproducció assistida. La decisió l'havia pres uns anys abans, quan veia que arribava als seus "límits personals". "És evident que la maternitat s'hauria d'intentar avançar però si mèdicament hi ha solucions, ho proves. I un cop ets mare, no et pares a pensar que ho hauries d'haver fet abans. Em sento molt afortunada perquè jo he tingut un final feliç", assegura. Ser mare a una edat madura li ha permès tenir més capacitat organitzativa: "Estic en millors condicions i més establitzada ara que fa vint anys. Em sento més capaç de prevenir situacions difícils i gestionar-les".

La Maria José, que és mare adoptiva d'una nena d'un any, reconeix que l'estat físic no és el mateix que el d'una mare més jove: "Amb un nadó tan petit, quan el porto moltes hores a coll, em canso. No és igual que amb 30 anys però, per la resta, vius l'experiència amb plenitud. Sóc molt més conscient del procés i més madura".

Fins quan es pot ser mare?

La Generalitat ha retirat la custòdia a una dona que havia estat mare amb 50 anys gràcies als òvuls d'una donant. Els serveis socials van considerar que problemes mentals de la dona la incapacitaven per tenir cura del nadó. La Maria José lamenta que notícies com aquesta estigmatitzin les mares grans: "Obviament que hi pot haver mares amb trastorns mentals als 20, als 30 o als 50, es ressalta el trinomi mare madura - incapacitat de cuidar un nen - trastorn mental". Però fins a quina edat es pot ser mare? La sanitat pública posa els 40 anys com a límit per sotmetre's a un tractament de fecundació *in vitro*. Les clíniques privades posen els límits per a la reproducció assistida en els 50 anys. "Amb l'augment de l'esperança de vida, una mare de 50 anys encara pot conviure molts anys amb el seu fill", argumenta el doctor Pere Barri. —

Augmenten fins a un 100% les peticions per congelar òvuls

La vitrificació d'òvuls és una tècnica de reproducció assistida que permet congelar els òvuls de la dona perquè els pugui utilitzar en el futur quan vulgui ser mare. Costa entre 3.000 i 4.000 euros. Permet preservar la fertilitat de dones que s'han de sotmetre a tractaments mèdics -com quimioteràpia- que poden afectar els òvuls, i que dones joves puguin ajornar la maternitat sense renunciar a tenir un fill amb el seu material genètic. Les peticions per congelar òvuls han crescut molt. A l'Institut Marquès ha crescut un 100% en els últims sis mesos. El problema és que moltes dones fan la consulta quan ja és massa tard. "Véuen als 38 i 40 anys -quan els òvuls ja són de mala qualitat- i el moment òptim és abans dels 35 anys", diu el doctor Àngel López.



CATHY YEULET / GETTY

La injecció intracitoplasmàtica d'espermatozous és la tècnica de fecundació mitjançant la qual un únic espermatozou és injectat a l'interior de l'òvul.

SALUT DE LA DONA DEXEUS