

Dott.ssa Marisa López-Teijón

Incinta subito!

Un'imprescindibile guida
per la fertilità



Incinta subito!

Dott.ssa Marisa López-Teijón



Incinta subito!

Un'imprescindibile guida
per la fertilità

 **Amat**
editorial

© Marisa López-Teijón, 2019

© Profit Editorial I., S.L., 2019

Amat Editorial è un marchio editoriale Profit Editorial I., S.L.

Travessera de Gràcia, 18; 6^o 2^a; Barcelona, 08021

Traduttore: Marco Barberi

Fotografie: Shutterstock

Grafica di copertina e illustrazioni: XicArt

Impaginazione: Eximpre SL

ISBN: 978-84-17208-80-6

Prima edizione: Gennaio, 2019

Ebook: booqlab

Non è consentita la riproduzione totale o parziale di questo libro né il suo inserimento in un sistema informatico, o la sua trasmissione in qualsiasi modo o con qualsiasi mezzo, che sia elettronico, meccanico, mediante fotocopie, registrazione o altro, senza il permesso scritto da parte dell'editore. La violazione dei diritti citati può essere considerata un reato contro la proprietà intellettuale (Art. 270 e seguenti del Codice Penale).

Se è necessario fotocopiare o digitalizzare una parte dell'opera, si prega di rivolgersi a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) (www.conlicencia.com; telefono 91 702 19 70 – 93 272 04 45).



Indice

1. **Incinta subito!**
2. **Tutte vogliono ottenere una gravidanza il primo mese**
3. **Cosa puoi fare tu?**
4. **Il desiderio di avere un figlio e i nuovi modelli di famiglia**
5. **AIUTO! Non resto incinta**
6. **La prima visita in una clinica per la fertilità. Obiettivi e test chiave**
7. **La qualità dello sperma. Fattori collegati alla fertilità maschile**
8. **La diagnosi. La ragione per cui non rimango incinta**

9. Donatori di ovociti e di sperma
10. La fecondazione in vitro e i trattamenti complementari
11. Inizio del trattamento
12. Gravidanza gemellare
13. Vita e destino degli embrioni congelati
14. Il trasferimento degli embrioni e l'attesa fino al test di gravidanza
15. La donazione di ovociti
16. Temo che non ci riuscirò mai!
17. La musica e l'inizio della vita
18. Il test di gravidanza



Incinta subito!

Hai deciso che vuoi restare incinta, che è giunto il momento a cui stai pensando da tanto tempo. Adesso senti di avere tutto ciò che ritenevi necessario per essere madre. Magari il tuo desiderio di avere un bambino è così grande che hai deciso di rinunciare ad alcune delle cose che ti sembravano indispensabili per la tua vita. O forse ti sei innamorata di un uomo e senti che deve essere lui il padre dei tuoi figli.

Più passano gli anni e più la probabilità che giunga questo momento cresce. Oggi, la tendenza delle donne delle società con un livello socioculturale ed economico avanzato è quella di avere pochi figli e di allungare l'età in cui si diventa madre. È una realtà che possiamo vedere ogni giorno intorno a noi e le statistiche la dimostrano.

Isabella è una di queste donne, che desidera avere un figlio. E

stenta a crederlo: in un mese l'hanno promossa direttrice di succursale nella banca in cui lavora e i suoi suoceri le hanno dato i soldi per cancellare il mutuo dell'appartamento. Che fortuna! È la maggiore di tre sorelle.

Fin da bambina sognava di avere figli; tuttavia ha dovuto aspettare di terminare gli studi, di trovare un buon lavoro, un partner stabile e un appartamento di tre stanze. Non è stato certo facile ottenere tutto ciò e quando infine ha raggiunto tale situazione ha considerato attentamente gli squilibri che un neonato può generare nella sua vita. Intendo la necessità di rendere compatibile l'orario di mamma con quello di lavoro, il rischio di perdere impegno sul lavoro, di restare senza tempo libero... Consapevole di tutti questi fattori, ha comunque deciso che ne vale la pena. È convinta che un figlio sia più importante.

È sabato e **Marta** è stata piantata in asso. Il suo fidanzato l'avvisa che non può andare a mangiare con lei. Si siede nel parco di fianco al ristorante e si sente a pezzi: «Cosa faccio adesso?». È immersa nei suoi pensieri quando si avvicina una ragazza: «Potresti aiutarmi?», le chiede e, senza aspettare una risposta da parte sua, le mette un neonato in braccio mentre ne prende un altro dal passeggino. Marta lo sostiene -non potrebbe fare altrimenti-, gli sorride e prova una sensazione che non riesce a descrivere. Si sente invasa da una voglia irresistibile di abbracciarlo, ma non osa farlo. Non rammenta, inoltre, di aver mai avuto in braccio un neonato prima.

Marta ha sempre immaginato il suo futuro con figli, ma lo vede ancora molto lontano nonostante abbia 37 anni. In quel momento, sente che l'ora è giunta: desidera davvero un bambino sebbene non sia sicura che anche il suo fidanzato lo vuole.

Anche se solo pochi mesi fa questa idea le sarebbe sembrata impossibile, adesso è disposta a rinunciare al suo partner e decisa ad averlo da sola, se necessario.

Ginecologi e pediatri si sorprendono che quasi tutte le coppie arrivino al parto senza aver mai cambiato un pannolino e senza sapere cosa sia il cordone ombelicale. Ci si chiede: «Ma, non hanno mai avuto l'occasione di prendersi cura di un neonato neanche un momento? Non hanno avuto curiosità per il proprio ombelico? A cosa pensavano negli ultimi nove mesi?».

Inoltre, si tratta spesso di coppie ben informate su tutto: si preparano scrupolosamente ad affrontare ogni cosa, prima di andare al cinema si informano sul film che vedranno, studiano le guide turistiche prima di realizzare un viaggio...

Eppure, ignorano completamente molti particolari legati a quel piccolo essere che sta per cambiare le loro vite ben più di quanto facciano un libro o una vacanza.

Tale situazione ha una ragione logica. Tradizionalmente, prendersi cura di un bambino era una competenza considerata implicita nell'essenza della donna. Fino a poco tempo fa, la donna si occupava dei suoi fratelli piccoli fino a quando si sposava e, un anno dopo, cominciava il suo ciclo di parti.

D'improvviso, senza una generazione intermedia, ci accorgiamo che l'istinto di saper allevare un figlio non è rimasto insito nei geni delle femmine della nostra specie e che qualcuno dovrà insegnarci tutte quelle capacità che si ritenevano innate e istintive.

In questa società dell'informazione, dei master e dei corsi online, con la generazione di giovani più formata della storia, in cui tutto si studia e tutto si analizza, si considera scontato che i genitori senza preparazione, siano esperti in puericultura, che sappiano come alimentare il proprio neonato o come fare in modo che smetta di piangere.

Il momento più intenso, l'istante caratterizzato da maggior appagamento, timore e illusione, è il giorno in cui si viene dimessi dall'ospedale dopo il primo parto. Improvvisamente, i genitori si rendono conto di non sapere come accudire il bambino e non hanno il coraggio di andarsene. Chiedono di essere informati immediatamente su tutto! Se filmassimo quei momenti avremmo un

ottimo materiale per una commedia.

Quanti neonati hai accudito?

Come abbiamo suggerito qualche linea sopra, oggigiorno, quando nasce il primo figlio è molto frequente che i genitori non abbiano mai accudito alcun neonato. Quasi nessuno ha avuto un fratello molto più piccolo. I cugini, se ci sono, vivono lontano. Non c'è tempo per avere un rapporto stretto con i neonati degli amici e, in genere, la società della fretta in cui viviamo ci ha fatto perdere la passione per i bambini piccoli.

Poche volte ci fermiamo a vedere quanto è bello il neonato in braccio a una ragazza che abbiamo accanto. Nei negozi li guardano male se toccano qualcosa: «Attenta che non si faccia male!». Ci sono alberghi che non ammettono bambini (esattamente come non consentono di soggiornare con cani), ora c'è perfino una compagnia aerea che annuncia voli senza bambini...

Così, l'arrivo a casa con il primo figlio è un momento davvero difficile perché i neonati non vengono con un manuale d'istruzioni.

Ora vi parlo di **Rosa**, che è appena uscita dal collettivo dei né-né (né studiano né lavorano) poiché ha appena ottenuto il suo primo impiego: è istruttrice in una palestra.

Lo stipendio non è sufficiente per consentirle di lasciare la casa dei suoi genitori, ma è abbastanza per soddisfare i suoi desideri di bellezza e di look.

Ha un fisico invidiabile, è bella e ha tutti gli accessori che la sua blogger preferita consiglia per la stagione. Nel bar della palestra ha conosciuto un famoso calciatore e hanno avuto tre appuntamenti. Oggi lo vede per la quarta volta ed è spaventata perché ha deciso di non prendere la pillola anticoncezionale e lasciare tutto nelle mani del destino... È innamorata pazza di lui e vuole tutto, ma proprio tutto

da quell'uomo. Prima non si era mai nemmeno chiesta se avrebbe avuto figli, neppure le piacciono i bambini. Quando dice a Lourdes, la sua migliore amica, ciò che stava facendo, questa la rimprovera perché non capisce che voglia una gravidanza: «Sembra che stai cercando solo i soldi e la posizione sociale di quel ragazzo», le dice. Difatti le apparenze sono queste, ma Rosa è davvero innamorata, con tutto ciò che significa questa parola.

Quali requisiti chiediamo a un uomo affinché possa essere un candidato a farci innamorare e a diventare il padre dei nostri figli? Potrebbe essere un uomo anche molto più giovane, meno istruito o di un'altra razza?

È qualcosa di assolutamente personale basato sui nostri principi, sull'educazione, su motivi che perfino noi donne ignoriamo e sulla nostra storia antropologica. In molte donne, quando conoscono l'uomo che dà loro sicurezza per allevare i loro piccoli, si risveglia quell'istinto femminile.

Gli uomini, invece, quando si innamorano, di solito sentono l'istinto di avere rapporti sessuali, ma non quello di allevare figli... Per milioni di anni hanno sparso spermatozoidi, ma la cura dei bambini non è affare loro.

Adoro il libro di Giacomo Huete *Construye tu sueño* [Costruisciti il tuo sogno], ve lo raccomando perché descrive le ragioni che ci spingono.

Ogni persona ha una percentuale diversa di ogni motivazione e nessuna è buona o cattiva, dipende da come si gestisce l'insieme. Di norma si pensa che il motore del mondo sia costituito dal denaro, dal sesso e dal potere. Lo scrittore, tuttavia, sostiene che le cose non stanno proprio così e che queste sono le armi che usiamo per ottenere ciò che davvero desideriamo.

Cosa ti muove? Fin dove saresti disposta ad arrivare per ottenere ciò che più desideri? Vedremo ciò che fanno le nostre protagoniste.