



► 29 Marzo, 2015

Maternidad

Las embarazadas mayores de 40 años son ahora el doble que en el año 2006

Más de la mitad están esperando su primer hijo y tres de cada diez, el segundo

El ritmo de vida actual, el trabajo y las separaciones provocan que muchas mujeres esperen para ser madres

Los ginecólogos coinciden en que a partir de esta edad aumentan los riesgos para la mujer en el embarazo y parto

SONSOLES ECHAVARREN
 Pamplona

Cada vez se retrasa más la edad para ser madre. El querer prosperar en el trabajo, el miedo a perderlo, el ritmo de vida actual y las separaciones de pareja hacen que muchas mujeres se acerquen a los 40 años sin haber tenido ningún hijo. Y cuando intentan quedarse embarazadas, en muchas ocasiones, se encuentran con problemas. En los últimos años se ha duplicado en Navarra el número de mujeres que han sido madres pasados los 40. En 2012 fueron 227 (el 4,6% de todos los partos del Complejo Hospitalario de Navarra, antiguo Virgen del Camino) cuando en 2006 la cifra fue de 126 (el 3,4%), según un estudio de este centro hospitalario. La Organización Mundial de la Salud (OMS) alerta de que esta cifra se ha triplicado en todo el mundo entre 2000 y 2012.

Los facultativos coinciden en que, además de haber aumentado el número, también ha cambiado el perfil de las madres. "Antes, las embarazadas mayores de 40 años eran mujeres que habían tenido más hijos y estaban en una situación económica precaria. Ahora, predominan las que tienen su primer hijo y gozan de un nivel socioeconómico alto", explica el jefe del Servicio de Obstetricia y Ginecología del CHN, Ricardo Ezcurra Irure, que ocupa este cargo desde hace dos meses. Antes fue responsable de los Centros de Atención a la Mujer (CAM) de la red pública. De hecho, según los datos de Virgen del Camino, casi la mitad de las embarazadas mayores de 40 años (el 49%) esperan ahora su primer hijo. Les siguen (el 29%) las que van a tener el segundo; y a más distancia las que esperan el tercero (15%) o el cuarto (7%).

Los ginecólogos explican que el descenso de la fertilidad empieza a los 35 años y "cae en picado" a partir de los 40. "La mejor edad para tener hijos es entre los 18 y los 32 años, aunque por el rit-



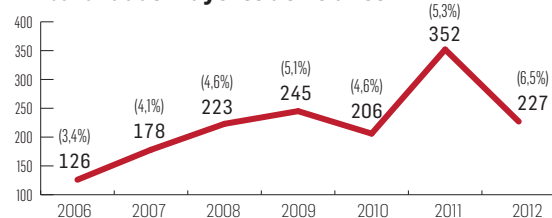
El aumento de casos de diabetes y tensión arterial alta son algunos de los problemas que pueden sufrir las embarazadas mayores de 40 años. DN

mo de vida, pocas mujeres tienen su primer hijo a esa edad. A partir de los 35 disminuye el número de ovocitos (óvulo aún sin desarrollarse) y la calidad de los óvulos", apunta Ezcurra. Además, añade, cuando el embarazo llega a producirse, aumenta el número de abortos espontáneos en el primer trimestre (6 de cada 10 gestaciones se interrumpen porque no son viables). Y en el caso de los embarazos que continúan adelante, crecen las probabilidades de que los niños tengan alteraciones cromosómicas (la más frecuente, el Síndrome de Down). A partir de los 40 años, indica Ezcurra, hay una probabilidad entre 100 de que los niños nazcan con esta alteración; mientras que a los 20, las probabilidades son de una entre 2.000.

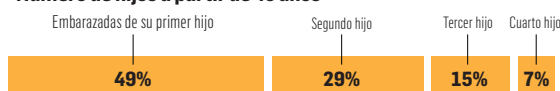
Diabetes y tensión alta

Los problemas de la salud en el embarazo a partir de los 40 años, ya se esté esperando el primero, segundo, tercer hijo o sucesivos, aumentan, añaden los expertos. Los casos de diabetes gestacio-

Embarazadas mayores de 40 años



Número de hijos a partir de 40 años



Fuente: Complejo Hospitalario de Navarra

DN

nal (incremento de azúcar en la sangre durante el embarazo) se duplican y también son más frecuentes los problemas de hipertensión arterial (que puede terminar, incluso, en eclampsia) y que ponen en riesgo la salud de la madre. Algunas mujeres también pueden tener sobrepeso (antes de quedarse embaraza-

das), con lo que el peso durante la gestación se dispara "y provoca problemas de la salud".

El momento del parto, agrega Ezcurra, también puede ser más complicado que en las mujeres más jóvenes. Se dan más casos de placenta previa (que impide el parto natural y obliga a una cesárea), más bolsas rotas antes de

dar a luz (lo que implica que pueda ser necesario provocar el parto de manera artificial con medicación). "Algunas mujeres tienen problemas para tener un parto natural y se provoca. Pero, en ocasiones, no progresa bien y terminan en cesáreas. Hay el doble que en los partos de mujeres más jóvenes", recalca el jefe de Obstetricia y Ginecología del CHN.

Técnicas de fertilidad

En muchas ocasiones, las mujeres que no pueden quedarse embarazadas de forma natural recurren a los tratamientos de reproducción asistida; como la fecundación in vitro (FIV) o la donación de óvulos de otras mujeres. A partir de los 40 años, en Navarra no pueden beneficiarse de estas técnicas en la sanidad pública. "La Seguridad Social las contempla para mujeres entre 18 y 40 años que no tengan hijos. O que si los tienen sean de otra pareja anterior", explica Ezcurra. Así que, en muchas casos, las mujeres mayores de 40 se someten a estos tratamientos en la sanidad



▶ 29 Marzo, 2015

El 60% sufre abortos en el primer trimestre

Casi 6 de cada 10 mujeres que se quedan embarazadas a partir de los 40 años sufren abortos espontáneos durante el primer trimestre. Una cifra que aumenta con la edad y que alcanza el 75% en el caso de las mayores de 45. "Se producen abortos porque iban a ser embriones no viables, con malformaciones", apunta el jefe del Servicio de Obstetricia y Ginecología del Complejo Hospitalario de Navarra (CHN), Ricardo Ezcurra Irure. En el caso de las embarazadas entre 40 y 44 años, el porcentaje de abortos es del 51%, un número superior al de las que tienen entre 35 y 40 (25%) y muy por encima de las menores de 35 (9%). Estos porcentajes se dan igual en mujeres que esperan su primer hijo, segundo, tercero...

LAS CIFRAS

6,5%

DE LOS PARTOS del hospital Virgen del Camino en 2012 fueron en mayores de 40 años (227), casi el doble que en 2006 (126, 3,4%)

Cesáreas

SE DUPLICAN en estas edades. En muchos casos, al no dilatar de forma espontánea, se provoca el parto, no progresa y termina en cesárea.

4%

TIENEN GEMELOS En la mayoría de casos, debido a la reproducción asistida.

privada, por los que pagan un mínimo de 6.000 euros. Algunos de estos embarazos son gemelares, porcentaje que ya alcanza el 4% en los últimos tres años. "En algunos casos, se recomienda a las mujeres que no intentan la fecundación in vitro porque sus óvulos son de mala calidad. Y se opta por la donación de óvulos de otras mujeres. En este caso, aunque el cuerpo de las mujeres tenga más de 40 años, el niño es como si fuera de una mujer más joven". Las posibilidades de un embarazo con óvulos donados son de 70% y de la FIV con sus propios óvulos, de un 30%.

Ezcurra recuerda que en Navarra se han visto embarazos en mujeres de hasta 48 años. "Pero a partir de los 45, nos les aconsejamos que se queden embarazadas porque puede haber problemas". En cualquier caso, reconoce, hay embarazos en mayores de 40 que discurren "con normalidad" y nacen "niños sanos".

MARÍA SAULEDA MUNÁRRIZ TUVO SU PRIMER HIJO CON 43 AÑOS

“Creía que iba a ser muy difícil tener un niño pero nació Víctor”



María Sauleda Munárriz, de 44 años, con su hijo Víctor, de 6 meses, en su casa de Gorráiz.

JOSE ANTONIO GOÑI

Pamplonesa de 44 años, María Sauleda Munárriz cumplió su deseo de ser madre el pasado agosto, con 43. Tras un embarazo y un parto 'buenísimos', nació su hijo Víctor en el octavo mes de gestación y con 2,8 kilos

SONSOLES ECHAVARREN
Pamplona

María Sauleda Munárriz no podía creer que se hubiera quedado embarazada. Era enero de 2014, ya tenía 43 años y pocas esperanzas de ser madre. "Pensábamos que no íbamos a poder tener hijos, por la edad. Así que cuando me quedé embarazada fue una sorpresa y una alegría tremenda. Y tuve un embarazo y un parto buenísimos", confiesa esta pamplonesa, de 44 años y madre de un niño de 6 meses. Víctor nació el 15 de agosto del año pasado, un mes y dos días antes de lo previsto, y con 2,8 kilos. "Pero no necesitó estar en la incubadora. Ensegué a los niños a casa y se está criando fenomenal", añade esta funcionaria de la Universidad Pública de Navarra (PUNA), donde lleva a cabo labores de control económico desde 1997.

La historia de María es similar a la de otras muchas mujeres que se han separado con más de 30 años y sin tener hijos. "Con mi segunda pareja, nos planteamos tener descendencia pero no sabíamos si íbamos a poder. Así que el embarazo fue totalmente inesperado", confiesa esta vecina de Gorráiz. En su caso, asegura, el trabajo nunca fue un impedimento para ser madre. "En la Administración es diferente que en la em-

la ha combinado con leche artificial. "No voy a negar que el comienzo fue duro. Menos mal que yo no tenía la maternidad idealizada y no pensaba que los bebés están siempre limpios y sonrientes y las madres, estupendas, como salen en las fotos", bromea. El apoyo de su madre, su hermana y

sus amigas fue "crucial" en los primeros momentos. "Te tienes que adaptar al niño, establecer la lactancia... Y todo sin apenas dormir y muy cansada. ¿Más por ser mayor? No creo. Una madre más joven con su primer hijo estará igual de cansada si no duerme".

Madre primeriza

Aunque ella es primeriza aplauda de haber contado con la experiencia de su pareja, Pedro Tarrafeta Sayas, de 44 años, y padre de otros tres hijos (de 15, 12 y 9 años) de su primer matrimonio. "Aunque ya han pasado años desde que fueron bebés, él sabe que es estar sin dormir, qué pasa con los cólicos del lactante, cómo cambiar los pañales... Es un padre muy dispuesto", apunta de su pareja, gerente de una empresa ganadera. Además, los tres hermanos de Víctor están "muy contentos" con el bebé. "Al principio, cuando se enteraron de que iban a tener un hermano se quedaron muy sorprendidos. Pero ahora están encantados. Lo cogen, lo abrazan...", dice Pedro Tarrafeta.

Víctor ha empezado hace un mes, cuando su madre volvió al trabajo, la guardería, a la que va hasta las tres de la tarde. "Estamos encantados porque va a una 'casa amiga' (una vivienda que atiende una educadora y a la que van cuatro niños). Está justo aquí al lado y hasta puedo pasar en zapatillas", se ríe. "Llego a casa de trabajar, como, descanso un poco y enseguida le recojo. Hay que buscar algunos espacios para descansar para poder rendir más cuando estoy con él".

SUS FRASES

"Con mi primera pareja no tuve hijos y con la segunda, creíamos que no íbamos a poder por edad, pero al final tuve un embarazo muy bueno"

"Estoy cansada por no dormir pero no creo que más que una madre más joven con su primer hijo"

"No tuve ni diabetes ni hipertensión. Me dijeron que había más probabilidades de cesárea pero tampoco fue mi caso"