

Cómo superar el dolor de la infertilidad por Psicofertilidad Natural

No poder tener hijos porque así lo decide la naturaleza es un proceso que para muchas parejas es dolorosísimo. Ayudar en ese proceso de duelo es vital para que sufran lo menos posible

No tener hijos es una elección pero también es algo que no se escoge, que toca y para muchas mujeres y, por extensión a sus parejas, es algo dolorosísimo. Algunas parejas son incapaces de asumirlo y se someten a múltiples procesos de fertilidad, uno detrás de otro dejándose la salud y el dinero en ello y otras deciden optar por una opción que, más difícil desde luego, es la que a la larga más paz otorga: la aceptación. Antonia González es embrióloga y responsable del centro de fecundación natural PsicofertilidadNatural y, a pesar de que muchas de las mujeres que trata se quedan embarazadas, existe otro porcentaje, más minoritario, que nunca lo logra. Con ellas también ejerce una labor de ayuda profesional para superar lo que ella denomina: EL DUELO..

Lógicamente-explica la experta- "la aceptación no es tan sencilla como parece. Para ello hace falta una larga meditación y ser muy conscientes de lo que nos está pasando, es decir, pasar por una fase llamada duelo. Es una situación tristísima que debemos aceptar y ayudar acompañando en ese duelo porque no poder tener hijos es una muerte también, es la muerte de la posibilidad de desarrollar un aspecto de tu persona, la maternidad o paternidad, una faceta que es innata en el ser humano como mamíferos que somos además"-sostiene. "Es muchísimo más fácil dar consejos que aceptarlos -explica- y llevarlos a la práctica, no es tan fácil pero hay maneras de lograrlo o al menos de intentarlo".

Pedir ayuda: Para la embrióloga esto es vital pedir ayuda a un profesional: "Si estás en ese camino, el consejo más importante que te doy es que pidas ayuda, ayuda profesional, no tienes ninguna necesidad de pasar por esto solo, y además, se dedican a eso, a darte las herramientas para poder elaborar tu duelo.

Contarlo:"Sería maravilloso que lo contaras a tu gente más querida, para sentirte acompañado, respaldado, entendido y además, para que dejen de preguntar, porque hay preguntas que dan una descarga al corazón. El dolor es menos doloroso si se cuenta, se comparte, se llora, junto a aquellos que quiere" -explica. "Cuando pienso en los que transitan la Infertilidad sin ese acompañamiento y ese apoyo me provoca mucha tristeza. Porque cuando se te muere alguien la sociedad sí tiene instaurado el "programa" de acompañar y ESTAR para mitigar el dolor. Pero cuando se producen "muertes" que nadie ve, cuando en vez de que muera alguien, ni siquiera ha nacido...todo se complica, porque no hay cuerpo que velar, no hay lágrimas que compartir, no hay familia que te acompañe en el dolor" -explica.

Consejos para las personas que están al lado de quién no puede tener hijos:

Acompañar, comprender, etc.

"A todos nos resulta natural ir a entierros o velatorios cuando algún ser querido de alguien a quién

tenemos estima, se le muere. Pues con esto debería ser igual: Acompañar a la persona que pasa el duelo de la infertilidad -explica la embrióloga- (a nadie nos gusta sufrir) es muy importante, sobre todo respetando el dolor y no haciéndoles ver que no tiene importancia o que lo solucionarán con otras vías. Hay que acompañar en el sentimiento y no presionar ya que todo lleva su tiempo. A algunas personas más que a otras. "Pero hay que estar ahí, hay que dejarse acompañar, hay que dejarse caer, hay que llorarlo, hay que vivirlo, para poder hacer un duelo de forma saludable. Y también hay que hacerlo cuando alguien a quien quieres esté sufriendo. Dar y recibir" -sostiene González.

"El duelo de la infertilidad no se ve, no se respeta y no se suele compartir, justamente por eso, hay que decirlo, explicarlo y fomentar que la sociedad lo entienda como el proceso doloroso que es"- concluye.

Datos de contacto:

Agencia de comunicación MAD&COR
www.madandcor.com
675943952

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Medicina Nutrición Infantil](#) [Medicina alternativa](#) [Ocio para niños](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>