

## **El estrés en los embarazos de reproducción asistida**

**Factores como el estrés y la ansiedad perjudican directamente la capacidad de reproducción. El Hospital de Día Quirónsalud Donostia apuesta por psicólogos especializados que acompañen a los pacientes durante el proceso de embarazo de reproducción asistida. El objetivo es que estos se sientan apoyados y comprendidos**

El estrés es un problema que afecta física y emocionalmente a las parejas que optan por el embarazo de reproducción asistida. Por eso, el Hospital de Día Quirónsalud Donostia, apuesta por la figura del psicólogo especializado, cuya labor consiste en acompañar y empatizar con los pacientes y así, ofrecerles un tratamiento personalizado.

Durante los últimos 30 años, la tecnología ha realizado grandes avances en el campo de la medicina reproductiva. Sin embargo, los éxitos obtenidos a través de ella no son del 100% y a veces el recorrido no suele ser fácil. En ocasiones, los resultados no suelen ser los esperados y las parejas suelen experimentar toda una montaña rusa de emociones durante el proceso de búsqueda del hijo.

Cuando los procesos de reproducción asistida dan como resultado varios fracasos seguidos, surgen el estrés y la ansiedad. Vicenta Giménez, psicóloga especializada en la Unidad de Reproducción Asistida del Hospital de Día Quirónsalud Donostia, indica que “pensamos que la esterilidad es algo que les ocurre a los demás, pero no a uno mismo y no se prepara a la sociedad ni se le educa para esta posibilidad”.

El estrés es, precisamente, un factor que puede empeorar aún más la situación, ya que se ha demostrado que afecta directamente a la capacidad de reproducción. En el caso de que se mantuvieran altos niveles de estrés durante un plazo de tiempo prolongado, la tasa de las hormonas prolactina, cortisol y alfa-milasa también crecería y, por lo tanto, las hormonas del estrés afectarían directamente a la capacidad reproductiva. Además, Giménez afirma que aquellos que tienen dificultades para engendrar hijos, suelen ser víctimas de una presión triple: la familiar, cuando no dejan de preguntarte cuándo vendrá el niño; la social, cuando amigos y conocidos van aumentando la familia sin problemas aparentes; y la presión laboral, que se da sobre todo en las mujeres, ya que ven peligrar su futuro laboral.

Siendo conscientes de las dificultades y obstáculos que pueden surgir durante el proceso, la Unidad de Reproducción Asistida del Hospital de Día Quirónsalud Donostia ve clave la figura del psicólogo especializado en reproducción asistida, ya que se trata de una figura que asesorará a los pacientes y les proporcionará herramientas para que se puedan enfrentar a las dificultades que puedan surgir.

Giménez señala que “nuestro objetivo es echar una mano a nuestros pacientes para que ellos puedan enfrentarse a todas esas emociones, que puedan encontrar fuerzas cuando flaquean, que puedan hablar con nosotros, reflexionar sobre ello, y, sobre todo, que se sientan acompañados”. Así, se hace una clara apuesta por el entendimiento y la empatía a la hora de atender a los pacientes. La psicóloga

afirma que “intentamos personalizar los tratamientos para adaptarnos a sus circunstancias y problemas concretos. Es decir, creemos en que lo mejor es confeccionar un traje a medida”.

Según indica Giménez, el primer paso para afrontar un embarazo que no llega, sería ponerse en manos de un especialista. Sin embargo, también hay pautas que el paciente debe realizar por su cuenta, como ponerse en forma físicamente, llevar a cabo técnicas de relajación mental y física, e incluso, ilusionarse de algún proyecto de vida o de alguna actividad lúdica.

#### Sobre Quirónsalud

Quirónsalud es el grupo hospitalario más importante de España y el tercero de Europa. Está presente en 13 comunidades autónomas, cuenta con la tecnología más avanzada y dispone de una oferta superior a 6.500 camas en más de 100 centros, como la Fundación Jiménez Díaz, Hospital Universitario Quirónsalud Madrid, Hospital Universitario Dexeus, Ruber, Centro Médico Teknon, Hospital La Luz, Policlínica Gipuzkoa, etc., así como con un gran equipo de profesionales altamente especializados y de prestigio internacional.

Trabajan en la promoción de la docencia (siete de nuestros hospitales son universitarios) y la investigación médico-científica (cuentan con el Instituto de Investigación Sanitaria de la FJD, único centro investigador privado acreditado por la Secretaría de Estado de Investigación, Desarrollo e Innovación).

Asimismo, su servicio asistencial está organizado en unidades y redes transversales que permiten optimizar la experiencia acumulada en los distintos centros, y la traslación clínica de sus investigaciones. Actualmente, Quirónsalud está desarrollando numerosos proyectos de investigación en toda España y muchos de sus centros realizan en este ámbito una labor puntera, siendo pioneros en diferentes especialidades como cardiología, endocrinología, ginecología, neurología, oncología, y medicina deportiva entre otras.

#### **Datos de contacto:**

Hospital de Día Quirónsalud Donostia  
943223750

Nota de prensa publicada en: [Donostia-San Sebastián](#)

Categorías: [Medicina](#) [Sociedad](#) [País Vasco](#) [Bienestar](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>