

infosalus / mujer

## ¿Cuál es el momento ideal para congelar los óvulos?



GETTY IMAGES/ISTOCKPHOTO / SRDJAN PAVLOVIC

Publicado 08/09/2018 8:44:46 CET

MADRID, 8 Sep. (EDIZIONES) -

La maternidad cada vez llega más tarde en España por diversos motivos pero el reloj biológico de la mujer está ahí. Después de los 35 es cada vez más difícil quedarse embarazada, y una técnica a la que están recurriendo cada vez más mujeres es la vitrificación o congelación de sus óvulos. ¿Por qué? ¿Qué ventajas ofrece?

En Europa, la media de edad al tener el primer hijo se ha incrementado en 2,5 años en las últimas décadas y, concretamente en España, la media de edad a la que se tiene el primer hijo se sitúa en torno a los 31,8 años.

**Desde la irrupción de los métodos anticonceptivos en los 60, la maternidad pasó a ser una decisión personal y así sigue siéndolo en la actualidad.** "La sociedad tal y como está organizada hoy en día casi obliga a tener en cuenta una serie de variables antes de decidirse a formar una familia", confiesa la embrióloga clínica del Departamento de Obstetricia, Ginecología y Reproducción del Hospital Universitario Dexeus de Barcelona.

Según reconoce la especialista, a día de hoy es imposible determinar la edad a partir de la cual es casi imposible concebir un hijo, sobre todo ahora que la natalidad está ahora tan controlada. "Los estudios han establecido en torno a los 40-41 años en todas las poblaciones estudiadas, por lo que se supone que hay una tendencia universal en este sentido", añade.

Por otro lado, recuerda que las mujeres no generan ovocitos ex novo durante la vida, por lo que los ovarios tienen un número finito de folículos, que son las unidades funcionales que contienen los ovocitos. **En el interior de los folículos los ovocitos aumentan de tamaño y maduran**, es decir, adquieren las competencias necesarias para poder recibir la carga cromosómica paterna y además proveer al embrión de los requerimientos que precisa para que puedan efectuarse las primeras divisiones celulares.

Igualmente, recalca que durante la niñez los ovarios no están activos, y hasta la adolescencia no empiezan a desarrollarse los folículos. En cada ciclo menstrual prospera un grupo concreto de folículos que responde al estímulo hormonal. De los folículos en crecimiento, uno, el que mejor responda a este estímulo, será seleccionado para que expulse el ovocito que contiene en su interior. Este fenómeno se repetirá cíclicamente hasta la menopausia, en la que desaparecen los estímulos hormonales.

"Se sabe que la fertilidad va descendiendo lentamente hasta los 35 años y que a partir de esa edad empieza a hacerlo muy deprisa. El motivo por el que disminuye es que los ovocitos, con el paso del tiempo se acaban. Parece ser además que se agotan por completo unos años después de la menopausia. **Además de acabarse se vuelven poco eficaces y generan errores en la distribución de los cromosomas**", añade.

## LA CRIOPRESERVACIÓN, UNA OPCIÓN

En esta línea, según explica en una entrevista con Infosalus la doctora en Biología y responsable de I+D de la sección de Biología del servicio de Medicina de la Reproducción del Hospital Universitario Dexeus de Barcelona, Anna Veiga, las mujeres tienen un principio y un final en su vida reproductiva.

"Cuando se acaba la reserva de óvulos se acaba. Muchas personas se piensan que la reproducción asistida resolverá los problemas relacionados con la edad, pero no, no los arregla. Los óvulos tienen los años que tienen y hay la cantidad que tenemos", alerta la especialista con motivo de la publicación de 'Ser madre más allá de los 40' (Grijalbo), un manual que ella misma ha coordinado.

Por ello, insiste en que el mejor momento de hacerlo es "lo antes posible", y "mucho mejor antes de los 35, y si son los 30, mejor que si es más adelante". La experta señala que, a medida que se avanza en la edad de la mujer, los ovarios también envejecen, y conforme se va acercando a la menopausia hay una menor cantidad de óvulos y además, de peor calidad; con lo cual a la mujer le cuesta más quedarse embarazada.

Y, ¿en qué consiste la técnica de vitrificar o congelar los óvulos? La especialista del Hospital Dexeus de Barcelona apunta que hay que emprender en primer lugar una estimulación ovárica, muy similar a la que se realiza para un ciclo de fecundación in vitro. Asimismo, **se da un tratamiento hormonal**

**para obtener un número determinado de óvulos, así como controles con ecografía y con análisis hormonales.**

A su vez, indica que se hace una punción bajo sedación, por vía vaginal, igual que si se hiciera una fecundación in vitro, y si se quiere criopreservación se obtienen los óvulos y se congelan y guardan, para que la mujer pueda disponer de ellos cuando lo considere oportuno.

"En principio la idea es lograr ese embarazo antes de la edad de la menopausia. El concepto no está claro a nivel legal, no pone en ningún sitio la edad en la que la mujer pueda emplear sus óvulos congelados, pero es lo mismo que los tratamientos de reproducción asistida, hasta los 50-51 años. Eso sí, evidentemente siempre es aconsejable hacerlo antes, porque básicamente es mejor tener los hijos en momentos en los que fisiológicamente y anímicamente, y desde el punto de vista personal, se está más preparado", defiende Veiga.