

Tenir un fill després dels 35 anys

Pros i contres quan la maternitat és tardana

Neus García.

Unitat de Psicoteràpia Psicoanalítica d'Adults
 Sant Pere Claver – Fundació

Els avenços científics en salut reproductiva han proporcionat indubtablement noves possibilitats a les dones fent possible més control respecte els mètodes anticonceptius i plantejar-se la maternitat a edats més avançades. En aquest article parlarem sobre la maternitat comparant la mare jove amb la mare més madura.

A la societat actual, moltes dones aplacen la maternitat encara no tenen una seguretat professional i decideixen la descendència fins que la situació econòmica no està consolidada. També la manca de seguretat laboral com l'acomiadament o a la discriminació en l'àmbit laboral són circumstàncies que sovint fan plantejar-se a la dona deixar la maternitat en segona opció. Aquests factors donen lloc a que sigui difícil comptar amb les ajudes dels familiars i materials que facin viable la maternitat. Un altre aspecte és la competitivitat professional. Avui en dia moltes dones desitgen tenir una feina professional i adquirir més estudis superiors com màsters, postgraus, etc. que permetin optar als perfils que les empreses exigeixen. Les dones que no dediquen la seva energia i temps al treball, de tal manera que no han aferrat la seva posició laboral comencen a desitjar ser mares.

Riscos per a la salut durant la maternitat tardana

La maternitat entre els 35 i els 40 anys és un fenomen actual i cada vegada més dones retarden l'edat de la maternitat: **segons l'Institut d'Estadística (INE) 2015, el 37% de les dones van ser primerenques als 35 anys o més.** S'ha de tenir en compte que si la dona és mare a partir dels 40 anys s'haurà patit una disminució de la reserva ovàrica i un empitjorament de la qualitat d'ovòcits (cèl·lules germinals femenines que es generen als ovaris), fet que incrementa el risc d'avortaments i de fetus amb alteracions cromosòmiques. A la salut de la dona embarassada no és jove també es detecta diabetis gestacional i hipertensió a més d'existir un increment del risc de patir malaltia de l'embaràs i de complicacions al part i a la salut del nadó.

Paral·lelament s'ha de tenir en compte que la medicina actual està preparada per atendre a aquestes dones. Els avanços tècnics de reproducció assistida (TRA) alliberen a les dones, fins a cert punt, del rellotge biològic. Julio Pérez Díaz, sociòleg investigador de CSIC (Consejo Superior de Investigaciones Científicas), manifesta que **els cicles de la vida s'han allargat**. Abans es deixava de ser jove aviat i avui en dia als 60 anys encara no s'és vell i les franges s'han eixamplat i la maternitat tardana és un reflex d'aquesta realitat.



Maternitat més serena

Generalment, una mare jove tindrà més energia i una mare de més edat es cansarà més però probablement tindrà una planificada i endreçada. **L'experiència i el coneixement pot ajudar a que els pares i mares grans visquin la paternitat d'una manera més relaxada.** El fet d'haver viscut i gaudit de la seva joventut, afavoreix viure aquesta etapa d'un forma més plena.

Hi ha estudis científics al respecte:

- International Journal of Epidemiology (any 2000) analitza l'associació entre l'edat materna i la capacitat cognitiva dels a partir dels 10 anys. Els fills de mares de 35 a 39 anys assoleixen resultats significativament millors en les proves que els de les més joves.
- Segons un estudi realitzat a Aarhus University de Dinamarca, les mares grans eduquen imposant menys càstigs i amb menys violència verbal que les més joves, fet que repercuteix en el benestar emocional dels infants.
- Un estudi de la Universitat de Columbia (EUA) senyala que els pares grans són menys resistents que els joves però més experiència i coneixement, fet pel qual la desavantatge biològica es troba relativament equilibrada per l'avantatge

Altres fet destacable respecte a la maternitat tardana és que els nadons de les mares madures són molt desitjats i la gestació la senten i la viuen d'una manera especial perquè els hi ha costat més que es produeixi. **La preparació emocional és millor a una edat avançada. Els pares més grans tenen les idees més clares front a les inseguretats, dubtes i altres problemes de la gestació.** Encara que hem de tenir en compte que l'edat no és sinònim de cap d'aquests aspectes, generalment les mares grans no es desborden amb els fills i tenen un comportament més serè. Hi ha més possibilitats, com afirma el pediatra i psiquiatre Donald Woods Winnicot, de ser una mare que té cura del seu fill sense pretendre ser perfecta.

"La preparació emocional dels pares i mares a maternitat tardanes pot ajudar a viure aquesta fase de la vida d'una manera més serena"

D'altra banda, la dona que viu una maternitat tardana pot sentir l'arribada del nadó no com una fase natural que forma

vida sinó com alguna cosa extraordinària que podria no haver arribat. Això pot ser perillós i es **corre el risc de tractar com un rei al que s'adora** i com un ésser especial, convertint-lo així en un infant tirà sense la possibilitat d'un aprenent tolerància de la frustració, ni de tenir en compte a l'altre.

Salut mental i maternitat

Tot el que hem explicat fins ara fa referència a com influeix l'edat en la maternitat. Però també és important considerar els positius i negatius, els guanys i les pèrdues que viu la dona quan es converteix en mare. **L'ambivalència que se ser maternitat a vegades és mal tolerada i poden sorgir dificultats per assumir-la que provoquin sentiments d ansietat.** També si predominen els afectes negatius pot ser manifestació de la presència de conflictes interns mal resol fet es pot patir a qualsevol edat i si es dona s'ha d'atendre psicològicament per protegir al nadó i també a la mare.

Fonts de referències

- Nanzer, Natalie. *La depresión postparto. Salir del silencio*
- Centre Reproducció Assistida. Clínica Sagrada Família. *Pros y contras de la maternidad tardía*
- Herrero, Julio. *Los límites de la maternidad*
- Winnicot, Donald Woods. *La pareja madre-lactante*

Enllaços d'interès

- Entrevista: **"El embarazo modifica la estructura cerebral de la madre"** Erika Barba-Müller (Doctora en neurociencia psicóloga y psicoterapeuta)
- "la Càpsula" **Les emocions de la dona embarassada**
- "la Càpsula" **El vincle emocional: primers moments de vida**
- Llegeix més articles a **"la Càpsula"**
- Web **UPPA**
- Visita el web de **Sant Pere Claver - Fundació Sanitària**

C. Vila i Vilà, 16 08004 Barcelona | Tel. 93 442 39 03
info@spscalut.org | www.spscalut.org
