

Tatiana G. Rivas

Cómo
superar
una gestación
de riesgo sin
volverte
loca

EMBARAZOS *contra las* *cuerdas*

Cydonia

Ediciones Cydonia S.L.
<http://www.edicionescydonia.com>
Apartado de Correos 222
PORRIÑO- Pontevedra

© Ediciones Cydonia, 2018
© Tatiana G. Rivas
Primera edición, febrero de 2018

Printed in Spain - Impreso en España
I.S.B.N. 978-84-947223-5-6
Depósito Legal: VG 815-2017
Maquetación: JGB
Diseño de cubierta: Ignacio Docampo
Imprime: Reprográficas Malpe

Reservados todos los derechos. Ni la totalidad ni parte de este libro puede reproducirse o transmitirse por ningún procedimiento electrónico o mecánico, incluyendo fotocopia, grabación magnética o cualquier almacenamiento de información y sistema de recuperación, sin el permiso escrito de Ediciones Cydonia S.L.

Embarazos contra las cuerdas

Tatiana G. Rivas



Índice

Agradecimientos	9
Introducción	11
1. Los planes no encajan	13
2. Diana... y pérdida. Volver a empezar	17
3. Una docena de vómitos al día: hiperémesis gravídica	23
4. En jaque por las hemorragias	27
5. Cerclaje, ¿pero eso qué es?	31
6. A quirófano en el segundo trimestre	35
7. Veto sexual y otros ‘ninis’ del embarazo	37
8. La fuga del <i>sex-appeal</i>	41
9. El feto y su casita de cartón	45
10. Incompetencia cervical. ¡Quieta en la cama!	49
11. Preparación al parto a lo ‘Braveheart’	57
12. Ser mamá con un papá de probeta	61
13. Bye, bye, cerclaje	69
14. Vida tras un embarazo ectópico	73
15. El parto o el peor día de mi vida	77
16. Preeclampsia, un diagnóstico de alta tensión	87
17. Prohibido tener hijos	93
18. Los papás y nuestro particular embarazo. El síndrome de Couvade	101
19. Un videojuego para mi vagina	105

Agradecimientos

A ti, por darme lo más bonito de nuestro mundo, nuestra hija.

A mis padres, Raúl y Adela, y a ti también porque sois los pilares de mi vida; siempre me otorgáis vuestro apoyo incondicional, sois mi motor para funcionar, fundamentales en esta aventura.

A María Alfaro, Irene Gómez, Irene Sanz, Gema Valdivia, Isabel Ramos, Mabel Molero y Carolina Quesada, quienes han querido dejar su *granazo* de arena en esta obra para animar a otras mujeres y sus familias a traer un hijo al mundo cuando no resulta tan fácil y maravilloso como se cuenta en las películas.

Y especialmente a mi niña, Noa. En el momento en que comencé a escribir este libro no sabía cómo llegarías a este mundo ni si lo harías. Soñaba con que se publicara cuando te tuviera entre mis brazos. Lo conseguimos. Eres una luchadora, mi pequeña.

Introducción

EN EL MOMENTO QUE DECIDÍ ESCRIBIR ESTE LIBRO, (imi primer libro!) me encontraba desesperada y recluida en mi casa. El calendario marcaba la semana 22 de gestación de mi clasificado “embarazo de alto riesgo”, que nada tiene que ver con tirarse en paracaídas ni hacer *puenting* con una criatura formándose en la tripa. En esas 22 largas semanas había visitado el hospital más veces que cervezas había tomado en mi vida. Quizá no tanto, pero sí que a esas alturas ya atesoraba en mi carpeta mental un máster empírico gratuito de aquello que no sale en las películas sobre el embarazo: la amenaza de aborto, el cerclaje por incompetencia cervical y las complicaciones añadidas de un útero raro que desafiaban a que mi bebé no llegara nunca a este mundo, o que viniera de forma prematura, cuando ni siquiera fuera viable su supervivencia o las secuelas fueran muy graves. Subía la persiana de mi cuarto cada mañana y, aunque estuviera despejado, para mí nunca salía el sol pese a tener todo el apoyo a mi alrededor. Un día decidí que había que cambiar el chip, que lo positivo atraía lo positivo. Tocaba neutralizar los miedos, dejar de lamentarse, ponerse los guantes y luchar por alcanzar el trofeo, el de una nueva vida.

Empecé en paralelo el blog *Embarazo contra las cuerdas* en ABC.es, que huía de todas las experiencias negativas y tristes que leía en la red; es el germen de estas páginas. ¿Dónde estaban los finales felices? ¿Nadie tenía tiempo para contarlos? A mí me sobraba, así que me puse a escribir.

1

Los planes no encajan

“ *Imposible es sólo una palabra que utilizan los débiles que encuentran más fácil vivir en el mundo que les han dado que explorar el poder que tienen para cambiarlo. Imposible no es un hecho, es una opinión. Imposible no es una declaración, es un desafío. Imposible es temporal. Nada es imposible.*

MUHAMMAD ALÍ

«**Q**UIERO CASARME A LOS 26 Y TENER HIJOS a los 28». Cuántas veces de niñas y de adolescentes hemos planificado al tuntún con nuestras amigas o la familia lo que seríamos de mayores y cuándo tendríamos descendencia. Seamos sinceras. ¡Ay, ilusas...! en esa afirmación dábamos por hecho que a esas edades ya habríamos encontrado a nuestra pareja ideal, nos habríamos convertido en la profesional que soñábamos, habríamos viajado todo lo que quisiéramos por el planeta y, además, habríamos alternado lo suficiente y cerrado tantas discotecas como para asentar la cabeza y llevar una vida familiar. Pero lo cierto es que según nos acercábamos a la fecha límite que nos habíamos marcado nos dábamos de margen diez años más. Total, así se puede ser madre después de los 35! ¡El mundo es tan grande! ¡Y hay tantas ciudades por descubrir sin los llantos de un bebé o un enano cansado de caminar! ¡Tantas oportunidades ahí fuera! Dejábamos pasar las hojas del calendario llenándolas de experiencias sin conocer todo lo que acarrearía la descendencia.

Marzo de 2016. Me encontraba con dos de mis mejores amigas, Carol y María, en una azotea madrileña de moda tomando unos cócteles, con el atrezo de las vistas que ofrecen los tejados de la capital. Hablábamos de nuestras cosas, disfrutando del sol prematuro de la primavera. Entre muchos

asuntos, este trío de periodistas treintañeras colamos el tema de la maternidad. Oh, sí. Cuando superas la barrera de los 30 este asuntillo cada vez ocupa más espacio en las conversaciones femeninas. No se me olvidará la frase de Carol: «El reloj biológico no va a ser el que me marque cuándo ser madre». Y siempre recordaré estas palabras porque una revisión ginecológica, o las sorpresas que te prepara la vida, pueden hacerte modificar todos tus planes. Carol se quedó embarazada diez meses después. Ella quería viajar, disfrutar mucho más, posponer su proyecto de ser madre *sine die*, pero el destino es a veces un cachondo. Y donde digo destino quiero decir el anillo vaginal supuestamente anticonceptivo que llevaba utilizando desde hacía casi dos años. Que no le bajaba la regla, oye. Y mira que ella es súper regular. Como yo, un relojito. Creía que le ocurría algo ahí abajo; no pensaba ni por ensoñación que podría estar embarazada. «¿Cómo, si uso el anillo?!». Su cabeza se puso en lo peor: una enfermedad de las malas malísimas. Decidió ir a Urgencias, pero antes de acercarse al hospital se hizo el test de embarazo para dejarle bien clarito a los médicos cuando se lo insinuasen que no se debía a un acierto por accidente. Se levantó una buena mañana y meó en el palito. Sin miedo. Sin dudas. Casi al momento de rociar aquello le marcó bien marcado dos rayitas rosas. Los aviones en los que tenía pensado montar cambiaron de rumbo en aquel aseo. ¿El verano a Cuba? ¡A la Manga! A veces la vida –o los laboratorios farmacéuticos– toman las decisiones por ti. Eso sí, en el momento de escribir este libro, Carol se encontraba en su quinto mes de gestación y era la mujer más feliz del mundo con su “pirata” creciendo a pasos agigantados ahí adentro. Ya le he recordado unas cuantas veces su frase de aquella terraza.

A través de los medios de comunicación conocimos el caso de la gallega Lina Álvarez, una mujer que, a sus 62 años, dio a luz a una niña en 2016. Era madre por tercera vez. Su segunda criatura la tuvo con 52, pero ya hacía 20 que dejó atrás la menopausia, así que estos milagros sólo fueron posibles gracias a raciones de hormonas con las que ya no contaba y la técnica de la fecundación *in vitro*. Pero claro, si este no es el patrón que quieres seguir y además cuentas con complicaciones ginecoló-

gicas –conocidas o por descubrir–, entonces sí que apremia el tic tac de la concepción.

Yo siempre había querido ser madre, lo tenía claro. Sin embargo, la vida, el trabajo, el amor, considerar que todavía no has sacado jugo a una etapa sin ataduras, en fin, muchos condicionantes externos –puro hedonismo o egoísmo, o ambos, llamémoslo “x”– te llevan a posponer la maternidad sin saber siquiera si podrás tener hijos. A mí no me falló el método anticonceptivo. Un día, en la consulta de mi ginecóloga, me dieron un revés: puedes tener problemas para concebir. Así, sin haberlo planeado, sin haberme tapado la nariz antes de que me lanzaran al océano congelado.

«Tienes un útero subsepto que puede provocarte abortos involuntarios». Traduciendo a la especialista, un útero con un tabique en la mitad, una malformación congénita solo detectable con una ecografía de alta resolución. Este hándicap se sumaba a que tiempo atrás me habían realizado dos intervenciones en el cuello del útero para quitarme una lesión precancerosa recurrente a consecuencia del papilomavirus. Mi cuello se había acortado y el útero subsepto dejaba menos espacio para un fu-



Este “selfie” me lo hice en la semana 34 de gestación. Había pasado unos cuantos sustos y no sabía que aún quedaban más obstáculos por delante.

turo bebé. «Si no te quedas embarazada o si tienes varias pérdidas, habría que valorar operarte [...] y tendrías que dejar pasar un año para que se reconstruyera el tejido del útero, porque si no, hay riesgo de que se desgarre [...]». Y, a tus 32 años, te enumeran los riesgos de esta intervención: cicatrices que te provoquen esterilidad, continuación de abortos... El reloj empieza a correr, sacas la calculadora de los años, todo da vueltas, ¿y si tengo que recurrir a la *in vitro*? Llega la ansiedad. ¡Boom! ¡Paren, que me bajo! Y ahí, en esa estación, ves la luz: ha llegado el momento de intentarlo.

Libro solidario

ESTE LIBRO TIENE UN VALOR AÑADIDO. Ediciones Cydonia ha asumido el compromiso de destinar un porcentaje del precio de venta de este libro a un proyecto benéfico, sin que se refleje en aumento del precio de portada.

Con esta actitud, la editorial pretende aportar un grano de arena a las miles de iniciativas solidarias que se desarrollan en todo el mundo en beneficio de las personas y los colectivos más desfavorecidos.

Los proyectos que se apoyan desde cada título no serán un acto de caridad, sino una mano que se tiende para que los beneficiarios puedan superar un escollo y salir adelante por sus propios medios. Siguiendo aquel viejo adagio, se apoyarán proyectos que *enseñen a pescar*, no los que *regalan el pescado*.

Por este motivo, esperamos que el apoyo de nuestros lectores pueda servir para ayudas de emergencia médica, cubrir necesidades puntuales de personas en situación límite, apoyar la construcción de escuelas, hospitales y otras iniciativas solidarias.

Si Vd. ha comprado este libro, le agradecemos su interés. Puede ver dónde y cómo se ha destinado ese porcentaje a través de nuestra página en internet (www.edicionescydonia.com), o si lo prefiere puede escribirnos a nuestra dirección postal (Apartado de Correos 222, 36400 PORRIÑO - Pontevedra). Gustosamente le mantendremos informado de todo.

Los editores

