

## **Psicofertilidad Natural explica todo lo que tiene que darse para que se produzca el embarazo**

### **Parece sencillo pero si se analiza detenidamente es un auténtico milagro lograrlo**

¿Es fácil quedarse embarazada? "Pues depende de muchos factores, de la edad de la madre, de su salud, de su alimentación, de su nivel de estrés, de la calidad de sus óvulos y, exactamente lo mismo para el padre". Quien así habla es Antonia González, embrióloga, experta en reproducción y que, tras muchos años en reproducción asistida, su vida dio un giro y decidió que quedarse embarazada era una cuestión integral en la que participaban muchos factores. Fue así cuando creó, hace quince años Psicofertilidad Natural, un proyecto que aúna la medicina integrativa, es decir, múltiples factores porque 'cuerpo y mente es todo uno'. Cientos de parejas han logrado su sueño sin tener que pasar por los duros y costosos procesos de FIV.

"Soy Embrióloga Integral, o lo que es lo mismo, ayudo a mujeres, y parejas, a conseguir tener un bebé. Y mi trabajo es integral porque para que un embarazo se produzca deben tenerse en cuenta múltiples factores, y para que todo encaje, debemos mirar nuestro organismo de manera integral, y no por partes. Hasta hace bien poco, la medicina alopática seccionaba el cuerpo, y lo estudiaba por partes, pero cada vez son más los profesionales de la salud los que se forman y se interesan por estudiar el cuerpo como un conjunto y no por piezas", explica.

"Para que un embarazo se produzca, hemos de mirarlo así también, no solo como óvulos, esperma y útero, no somos eso, somos mucho más, y la relación que existe entre ellos. Muchas de las mujeres que vienen a verme tienen diagnosticado Infertilidad", comenta.

Para que se produzca un embarazo tiene que suceder lo siguiente:

Lo primero y más importante es tener una reserva ovárica óptima.

Además, los ovarios no tienen que ser perezosos: hay mujeres que tienen una buena reserva ovárica pero que la comunicación entre el cerebro y el ovario no es la ideal, y esto hace que el cerebro "fuerce" al ovario a trabajar y producir óvulos. Una de esas hormonas es la famosa FSH (hormona folículo estimulante), si la mujer tiene valores elevados de FSH en sangre, se puede deducir que al ovario le cuesta bastante trabajar, y esto, a su vez, implica que la calidad de los óvulos puede ser peor, ya que la descarga hormonal que se ejerce sobre el ovario es demasiada.

Tiene que producirse una ovulación correctamente, esto significa que debe producirse un pico de LH (hormona luteinizante) en el momento adecuado.

El óvulo tiene que estar en metafase II, es decir, ha de ser maduro. Y para que un óvulo sea de calidad y maduro, necesita un mínimo de días para llegar a esa fase. Por lo que si la mujer tiene ciclos cortos en el tiempo, es posible que ovule, pero que la calidad o madurez del óvulo no sea la óptima para ser fecundado.

Teniendo un óvulo maduro y de buena calidad, éste tiene que viajar por la trompa de Falopio, y por tanto, las trompas no pueden estar obstruidas.

Tiene que encontrarse con el espermatozoide.

La muestra seminal del hombre ha de tener una calidad mínima, para garantizar que los espermias lleguen correctamente a las trompas.

Según la OMS una muestra espermática normal sería tener un mínimo de 15 millones de espermatozoides por mililitro de eyaculado. Un mínimo de 1.5 ml de líquido seminal. Mínimo un 32% de espermatozoides móviles que nadan en línea recta y avancen. Y un mínimo de un 4% de espermatozoides que tengan forma normal.

Debe darse otro paso muy importante en el proceso, la fecundación, el espermia tiene que entrar dentro del óvulo para fecundarlo, y no todos los espermias son "aceptados" por éste.

Una vez se ha fecundado, se forma el embrión, y éste debe dividirse correctamente mientras va bajando por la trompa, hasta llegar al endometrio, la capa interna que recubre el útero.

Una vez el embrión ha llegado a su día 5 o 6 de vida, sale de la zona pelúcida, que es como el caparazón en el que ha estado todos estos días, es el propio embrión el que provoca que esa capa eclosiona y así poder salir para implantarse en el útero.

En este paso también se ha de tener en cuenta que el endometrio ha de tener unas características especiales, una forma especial, debe ser trilaminar y tener un espesor ideal, de mínimo, 6-7 mm.

Bien, el embrión y el endometrio también tienen que 'entenderse', han de tener una conversación para que el embrión sea aceptado por el útero. Deben darse condiciones ideales a nivel endocrino y a nivel inmunológico para que la implantación tenga lugar.

Los ovarios tienen que encargarse de producir la suficiente progesterona para que el embarazo siga adelante, en el caso de que haya un déficit de la misma, el riesgo de aborto es muy elevado.

Una vez el embrión se ha implantado, éste se ve afectado por todo lo que afecte a la madre, y deben darse unas condiciones óptimas del funcionamiento de la glándula tiroidea.

Los niveles de insulina en sangre no deben ser elevados.

No debe haber infecciones en el útero que puedan parar la implantación

El útero no debe de tener septos, miomas, pólipos etc. ya que impedirían también la correcta implantación del embrión. Y por supuesto, los niveles de coagulación deben de ser más que correctos, ya que desde que el embrión se implanta, la coagulación de la madre es más lenta.

El ser humano tiene unas células del sistema inmunológico que se dedican a protegerlo y que, ante cualquier cuerpo extraño, atacan a través de las Natural Killer. Si estas células están en exceso en el útero no dejarán que se desarrolle el embarazo correctamente o producirá abortos.

Por supuesto, es importante que existan unos buenos niveles de vitaminas, minerales, aminoácidos, ácidos grasos, para que el embarazo siga su evolución.

Por ejemplo, la Vitamina D puede ser determinante para que el embrión se implante, ya hay estudios publicados al respecto.

Hay publicaciones de la importancia del omega 3 (ácidos grasos) en la gestación:

Los virus también han de ser tenidos en cuenta, por ejemplo. El citomegalovirus aumenta la tasa de abortos.

"Por supuesto, en el caso de que la mujer tenga endometriosis, síndrome de ovario poliquístico, adenomiosis, fallo ovárico prematuro, hipotiroidismo, baja reserva ovárica etc. o haya una mala calidad espermática, todo se complica, claro. Así que, resumiendo, quedarse embarazada no es tan sencillo, es un verdadero milagro. Esto tiene que servirnos para tomar conciencia de que tenemos una máquina absolutamente perfecta que es capaz de hacer todo esto para traer una nueva vida al mundo. Y justamente esto es lo que yo hago en mi consulta, que todo esté lo más perfecto posible para que ese bebé quiera venir a este mundo de locos", concluye.

**Datos de contacto:**

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

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

Categorías: [Nacional](#) [Medicina](#) [Nutrición](#) [Medicina alternativa](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>