

CRISTINA LÓPEZ
DEL BURGO

El camino
de la
infertilidad

LUCES,
SOMBRAS
Y NUEVOS
SUEÑOS




alenta
EDITORIAL

El camino de la infertilidad

Luces, sombras y nuevos sueños

CRISTINA LÓPEZ DEL BURGO



© Cristina López de Burgo, 2024

© Centro de Libros PAFP, SLU., 2024

Alienta es un sello editorial de Centro de Libros PAFP, SLU.

Av. Diagonal, 662-664

08034 Barcelona

www.planetadelibros.com

Primera edición: marzo de 2024

Depósito legal: B. 3.250-2024

ISBN: 978-84-1344-310-2

Composición: Realización Planeta

Impresión y encuadernación: Rotoprint by Domingo

Printed in Spain - Impreso en España

La lectura abre horizontes, iguala oportunidades y construye una sociedad mejor. La propiedad intelectual es clave en la creación de contenidos culturales porque sostiene el ecosistema de quienes escriben y de nuestras librerías. Al comprar este libro estarás contribuyendo a mantener dicho ecosistema vivo y en crecimiento. En Grupo Planeta agradecemos que nos ayudes a apoyar así la autonomía creativa de autoras y autores para que puedan seguir desempeñando su labor.

Dirigete a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesitas fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puedes contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.



Sumario

Prólogo	15
1. Una llamada de teléfono.....	19
2. Qué quería ser de mayor.....	21
3. Me apuesto un café	23
4. El inicio del camino.....	25
Nuestro sueño	25
Desconcierto	26
Preguntas equivocadas.....	29
Con una condición.....	30
Cuando duele el alma	33
Falsas promesas.....	35
5. Primera parada: diagnóstico de infertilidad	41
¿Qué está pasando?.....	41
Tic-tac	56
Los otros enemigos	62
A vueltas con los anticonceptivos hormonales ...	65
¿Pruebas? ¿Qué pruebas?	68
Los miedos de Mateo	72
Todo está bien. ¿En serio?	74
Mucho más que una etiqueta.....	75
Un duelo invisible	76
Las comparaciones son odiosas.....	79

Loreto y Linus	81
Culpables	84
Otra decisión importante.....	86
6. Piedras en el camino	89
Me apuesto otro café.....	90
Cuestión de relajarse.....	96
¡Qué bien vivís sin hijos!	98
Cuando nadie te espera en casa.....	100
Envidia	102
Fuera de lugar	105
Un faro encendido.....	110
Hoy toca sexo	112
Lo he leído en internet	116
La historia de un abrigo	121
Lluvia de estrellas y una niña que me ha robado el corazón	123
Otra vez el miedo.....	125
El mundo sigue girando.....	127
7. Cruce de caminos: ¿cuál elegimos?.....	131
Si no funciona, se arregla	131
En el laboratorio	143
Al otro lado del hilo rojo.....	164
Con el corazón y las puertas abiertas	168
Un camino por descubrir.....	171
Rutas alternativas	174
8. Cuando el camino se complica.....	181
Mensajes peligrosos	181
Desacuerdo.....	182
Al borde del abismo	184
Lo llaman «bioquímico»	187
Huellas eternas	189
Mage, María y Luz.....	200
<i>Piwkenyeyu</i>	208
Estrellas y arcoíris	217

9. El final del camino y el inicio de uno nuevo	223
Ilusión y miedo a partes iguales	223
Tirar la toalla	227
Nadie se rinde	229
Ésa es la clave.	231
Dos preguntas difíciles	237
Reescribiendo nuestros sueños	240
10. Os acompaño un poco más	245
¿Dónde estás?	245
Los grandes olvidados	247
Milagros que se cumplen	250
Soñar en grande.	252
Epílogo	255
Agradecimientos	257
Recursos sobre infertilidad	261

Una llamada de teléfono

Empiezo a escribir este libro una noche de verano. Llevo meses con la idea en la cabeza. Algunos de quienes ahora me leéis también lleváis tiempo pidiéndomelo. Pero no encontraba el momento. Demasiado trabajo, demasiados kilómetros al volante. Y miedo, porque nunca he escrito un libro y porque me asustan los retos. Excusas y miedo a partes iguales.

Pero una llamada de teléfono ha hecho que olvidara las excusas (el miedo sigue ahí), me sentara delante del ordenador y abriera un documento al que he llamado «Libro infertilidad». En esa llamada, una persona me ha preguntado cómo podía acompañar mejor a una pareja que está sufriendo por no conseguir el embarazo. Me ha conmovido la humildad con la que ha reconocido no saber qué decir y, sobre todo, su cariño hacia esa pareja. Cuando he colgado el teléfono, he pensado: «Tengo que escribir el libro. Si no hablamos abiertamente de la infertilidad, si no damos a conocer qué impacto tiene en la vida de las parejas, ¿cómo vamos a acompañar a quienes la sufren?».

Así que una llamada de teléfono, tan poco habitual en estos tiempos de WhatsApp, ha sido el empujón para «pasar a la acción», como dice Elena Arnaiz.

Empiezo a escribir este libro una noche de verano. Desde mi ventana no veo la luna y el calor asfixiante de estos días ha velado el cielo haciendo que tampoco vea las estrellas. Pero que no las vea no significa que no estén ahí. Como nuestros sueños.

Qué quería ser de mayor

Antes de empezar os cuento un poco sobre mí. Nací en Pamplona, una ciudad del norte de España. Llevo sangre navarra y asturiana. Tengo tres hermanas y un hermano, y muchos sobrinos. Conocí a mi marido Javier (Javi para los amigos) por los pasillos de la universidad hace más de veinticinco años. Fui yo quien dio el primer paso y él quien me pidió el teléfono para quedar a tomar un café. Estamos juntos desde entonces.

Cuando de pequeña me preguntaban qué quería ser de mayor, siempre respondía que mamá. Y cuando ya fui un poco mayor, decía que médico.

Estudí Medicina en la Universidad de Navarra y después me especialicé en Medicina de Familia. A los pocos años, cambié la consulta del centro de salud por las aulas de la universidad para terminar mi doctorado. Y me quedé allí, trabajando con grandes profesionales. Me dedico principalmente a la docencia y la investigación en sexualidad y fertilidad. Ya llevo más de quince años viendo cómo mis alumnos van logrando su sueño de ser médicos. En el fondo, sigo siendo esa médica de familia con la que soñaba: escucho, guío y acompaño a quienes vienen a mi despacho.

En cuanto a la maternidad, la infertilidad se cruzó en nuestro camino y ese sueño hubo que reescribirlo. La reproducción asistida no entraba en nuestros planes. Nos planteamos la adopción, pero ése tampoco era nuestro camino. Fue entonces cuando descubrimos que podíamos ser fecundos, aunque no tuviéramos hijos. Y aquí estamos, idando vida a nuestra manera!

Tuvimos la suerte de contar con personas que nos acompañaron en el camino. Pero muchas parejas sufren la incomprensión de su entorno, se sienten solas y nadie las acompaña. Tras la pandemia del coronavirus, abrí una cuenta en Instagram con el propósito de acompañarlas con mi experiencia personal y profesional. También buscaba que quienes tienen hijos conozcan un poco mejor lo que supone no tenerlos. Y así apoyarnos mutuamente. Ése es también el propósito de este libro. En Instagram soy @clopezdelburgo. Si ya eres uno de «mis *followers*», como os llama cariñosamente Javi, ¡gracias por estar ahí!

Para terminar de presentarme, quiero deciros que mi mirada (pero no mis conocimientos) está impregnada de mi fe católica. Puede que en alguna ocasión os sintáis más o menos identificados con lo que os cuento. Dejad de lado lo que no vaya con vosotros, quedaos con lo que os ayude y permitidme seguir acompañándoos el resto del camino.

Me apuesto un café

A través de estas páginas os invito a que recorramos juntos el camino de la infertilidad, con sus luces y sus sombras.

Sombras que hacen difícil avanzar. Que pueden hacer que os perdáis o que elijáis un camino equivocado. Esas sombras tienen forma de comentarios desafortunados, de soledad y de lágrimas. De presiones para conseguir un hijo a cualquier precio. De incomprensiones ante la decisión de parar o de ir por otro camino. Sombras con forma de personas que, con sus métodos pseudocientíficos y de dudosa eficacia, os prometen el embarazo y se aprovechan de vuestra vulnerabilidad. Éstas son las sombras que más temo que encontréis en vuestro camino. Os hablaré de ellas para que sepáis reconocerlas.

Pero entre esas sombras también hay luces. Luces que iluminan el camino para que veáis claramente por dónde seguir. Que os ayudarán a cambiar la mirada para descubrir todo lo que tenéis dentro y fuera. Las luces más brillantes son las que tienen forma de persona. De personas que os escuchan y no os juzgan, que os descubren un nuevo sendero. Que os recuerdan que sois únicos y que valéis infinito. Que os muestran, con sus vidas, que el amor siempre da fruto, aunque no lleguéis a tocarlo con vuestras manos. Éstas son las luces que espero que encontréis en vuestro camino.

Capítulo a capítulo vamos a ir recorriendo las etapas de este camino. Comenzaremos algo desconcertados, sin saber muy bien qué nos espera. Pronto empezaremos a encontrar piedras. Algunas las apartaremos fácilmente, pero para deshacernos de otras necesitaremos ayuda. Y otras nos obligarán a darnos la vuelta y a elegir otra ruta. Intentaremos disfrutar del paisaje espectacular que se abre ante nuestros ojos, pero puede que, en algún momento, el sendero se complique e incluso que lleguemos a encontrarnos al borde del abismo. Aun así, conseguiremos llegar al final. Estaremos un rato más juntos antes de despedirnos. Después, cada uno tendrá que iniciar un nuevo camino. Porque cada final es un nuevo comienzo.

De vez en cuando os contaré mi propia historia y también las de otras personas que transitan el camino de la infertilidad y que generosamente han querido que las comparta con vosotros. En algunos casos he cambiado sus nombres para preservar su intimidad; en otros, los protagonistas han querido que os diga quiénes son y os hable de sus redes sociales o de sus libros, por si algo de lo que han escrito os sirve de ayuda.

Os invito a que leáis este libro con un lápiz o un subrayador de color (un «fluorescente», de toda la vida). Si sois de quienes prefieren no pintar los libros, entonces tened cerca una libreta (que sea de las bonitas) y un bolígrafo. Me apuesto a que lo vais a necesitar.

¿Empezamos?