

Ayuda psicológica

Muchas parejas en nuestro país tienen problemas para poder tener hijos, es muy importante que no se sientan solas. Un terapeuta puede proporcionarte la ayuda que necesitas, te puede dar técnicas de relajación para que aumente el éxito del tratamiento al que te sometas.

Si se tiene en cuenta que la mujer está preparada orgánicamente para tener hijos, es de lógica pensar que cuando el hijo tan deseado no llega esto puede provocar un impacto emocional importante para la pareja. Por eso es importante pedir **ayuda psicológica**.

Las parejas cuando toman la decisión de quedarse "embarazados" dan por garantizada su [fertilidad](#) y si está no llega les puede causar un problema emocional, muchas mujeres que se encuentran en este caso ven atacada su feminidad y se sienten tan presionadas por el reloj biológico que comienzan a vivir en un estado de ansiedad desmesurado que a veces acarrea una depresión.

Estas parejas infértiles sienten frustración, fracaso, angustia y su autoestima se reduce de manera considerable. En esta crisis que sufre la pareja ambos son parte del problema, por lo que cuando deciden consultar con un experto su problema no hay un paciente sino dos. Cuando deciden que se tienen que someter a algún [tratamiento de reproducción asistida](#) inician un proceso en el que necesitan de una gran capacidad de adaptación.

Someterse a cualquier tratamiento de fertilidad lleva su tiempo y estos suelen comenzar con una orientación psicopedagógica para la pareja, esto hace que se sobrelleve de manera mejor la [infertilidad](#) de la pareja.

La pareja debe someterse a diferentes [pruebas de fertilidad](#) para descubrir cual es la causa de la infertilidad, así como la ingesta de distintos medicamentos, hábitos sexuales nuevos, etc. Esto también conlleva consecuencias psico-emocionales importantes. Pero no hay que asustarse porque las clínicas de fertilidad disponen de asistencia psicológica durante el tiempo que dura el tratamiento de fertilidad para facilitar la adaptación de las parejas y su ajuste emocional.

La ayuda psicológica es muy importante para las parejas antes y durante el tratamiento

Las parejas deben disponer de toda la información sobre el tratamiento al que se van a someter, para que las expectativas se ajusten a una realidad.

Pero hay que asumir que existe la posibilidad de que los tratamientos no den resultado o estos generen tanto estrés a la pareja que estos decidan abandonarlo y asumir la posibilidad de que no van a poder tener hijos.

Desde nuestro portal queremos dar ánimo a todas aquellas parejas que se encuentran en esta situación, no debéis dudar en pedir ayuda si lo necesitáis.

Si necesitas contactar con un especialista en **ayuda psicológica** en reproducción asistida, podemos ayudarte, consulta nuestro listado de [Clínicas de fertilidad en España](#).

