

EL VACÍO DE LA CASA

cuando los hijos cuando se van...

Por: Dra. Viridiana Arroyo Hernández | Dr. Henry Mateo Sáñez



¿Ha escuchado hablar del Síndrome del Nido Vacío? Este nombre es utilizado para describir el sentimiento de soledad que los padres llegan a sentir cuando sus hijos (as) abandonan el hogar para independizarse. Este síndrome debe ubicarse dentro de las etapas normales de evolución de la pareja: Primeramente los cónyuges se desligan de su núcleo original, después se consolidan como cabezas de una nueva familia, lo que conlleva al nacimiento de los hijos y su crecimiento para finalmente llegar a la edad adulta e independizarse.

Después sigue el reencuentro, es decir, la etapa del “nido vacío”, cuando los hijos (as) se van la pareja experimenta aislamiento y sentimientos de depresión ante la ausencia, pues sus actividades de crianza han terminado. Si durante el cuidado de sus descendientes no existió comunicación, se acabó la pasión y no se conocieron como personas de manera más profunda, puede complicarse mucho la convivencia, mermando así su situación matrimonial.

Aunque en la mujer esta etapa es vista como algo natural, ya que frecuentemente coincide con el climaterio, el cual abarca desde años antes hasta años después de la menopausia, el hombre también se deprime.

Durante este periodo, a nivel hormonal, la producción de estrógenos y progesterona disminuye drásticamente debido al cese de la función ovárica. Los estrógenos son producidos principalmente por los ovarios y sus funciones son muy variadas, una de ellas es a nivel vaginal, dando lubricación y elasticidad a la piel, así como actúan en el tracto urinario protegiéndolo contra infecciones.

El descenso de los niveles de estrógenos afecta el comportamiento emocional de la mujer, por lo que hasta un 80% de éstas, a partir de los 45 años son víctimas del Síndrome del Nido Vacío, situación que tiende a dañar seriamente la autoestima, salud física y mental de las mujeres, sobre todo de aquellas que fincan su vida alrededor del hogar y sus familias, frenando en ellas una etapa que podría ser altamente productiva.

Sin embargo, no es necesario vivir esta situación, actualmente existen tratamientos personalizados para cada mujer con la finalidad de mejorar su

estado emocional, físico y sexual para poder disfrutar plenamente de la vida sin importar la edad.

A fin de cuentas, que es la edad sino sólo un número y el cuerpo sólo un estuche del alma. Lo más importante es que la mujer debe vivir esta etapa con una excelente “calidad de vida”, y precisamente ésa es nuestra función... ¡Hacer que vivan felices!

El Dr. Henry Aristóteles Mateo Sáñez es Gineco-Obstetra, Biólogo de la Reproducción Humana, Master en Fertilización In Vitro en el Instituto Valenciano de Infertilidad, España y Fellow Visitor en Kato's Ladies Clinic, Japón. Miembro de la Asociación Mundial de Endometriosis.

Dr. Henry Mateo Sáñez
GINECOLOGÍA Y OBSTETRICIA
Biología de la reproducción humana UNAM
Instituto Nacional de Perinatología.



Clínica de la fertilidad de Baja California
hmfertil@hotmail.com / Tel. (646) 177.3984
From USA (01152) 646 177.2924
Av. Iturbide No. 399 esq. Calle Cuarta. Ensenada, B.C.
HOSPITAL SANTA ROSA DE LIMA
www.clinicadelafertilidaddebajacalifornia.com