



DEMOGRAFÍA | CAMBIO GENERACIONAL



Lucía Yules, madre a los 43, con su hijo

M.H.

IRENE MARTÍN MORALES

Los últimos datos publicados por el Instituto Nacional de Estadística (INE) de nacimiento en Málaga no mienten. La natalidad sigue baja aunque haya repuntado levemente de los 11.719 a los 11.770 nacimientos en 2025, mientras la mortalidad se posiciona por encima de este valor (14.506 fallecimientos). A la vez, crece el número de mujeres mayores de 40 años que tienen hijos hasta llegar al millar de ellos. Lo que, según apuntan expertos a este periódico, se debe a “factores sociales y culturales”, tales como la influencia de las condiciones laborales, una formación más prolongada, la dificultad de encontrar pareja o un estilo de vida que infiere en el embarazo.

“Realmente lo excepcional es tener embarazadas por debajo de 30 años. Tenerlas de 35 a 40 es lo habitual ahora mismo. Por encima de 40, ya se considera de alto riesgo por la fragilidad de los embarazos. A mis pacientes lo que más les cuesta es encontrar pareja, un sitio donde vivir y un trabajo que le permita prosperar”, destaca el doctor Jesús Jiménez, jefe del servicio de Ginecología y Obstetricia en el Hospital Materno-Infantil. Aunque se vea un incremento entre los 40 y 44 (1.103 nacimientos, respecto a los 1.091 del

Las madres mayores de 40 años se hacen notar en Málaga

Las condiciones laborales, el acceso a la vivienda, encontrar pareja y el estilo de vida se vuelven determinantes para las mujeres, que se exponen más a tener hijos de forma tardía

2024, hasta los 45); entre los 45 y 49 (99 en 2024 a 134 en 2025); y por encima de los 50 años (de 9 a 13). También se ve una subida de los mismos entre los 15 y 19 años (189 a 201) y un descenso entre los 20 y 24 años (1.002 a 981). Así, el grupo de edad predominante continúa siendo el de 30 a 34 años con 3.776 nacimientos (pese a bajar de los 3.884); seguido del de 35 a 39 con 3.391; y del de 25 a 29 años con 2.171 de ellos (respecto a los 2.030 de 2024).

Esta realidad se ve ya en consultas, ya sea tanto en públicas como privadas. De esta forma, lo corrobora el doctor Rodrigo Orozco, Jefe del Servicio de Gi-

necología y Obstetricia del Hospital Quirón de Málaga, quien encuentra que en España “se da una situación tremendamente paradójica”. “Se está empezando a dar en los dos extremos. Hay madres muy jóvenes y a partir de los 35 vuelve a haber otro pico. Hace que tengamos una población especialmente añosa a la hora de tener a un primer hijo, y aquí influyen ya

La provincia llega los 11.719 nacimientos y a las 14.506 defunciones durante el año 2025

las técnicas de reproducción asistida y de fertilidad”, incide.

En este punto, se suma el doctor Juan José Sánchez, especialista en Fertilidad y Reproducción Asistida del Centro Gutenberg. “Lo que hace 40 años podrían ser anécdotas, hoy es un proceso que afecta a más del 50% de nuestras pacientes. En España la edad media de la mujer en su primer nacimiento está cerca de los 34 años y en Málaga se mantiene. Es de los países donde más se retrasa la maternidad”, revela. Estos expertos coinciden en “el reto” de afrontar la maternidad a estas edades cuando lo idóneo es tener hijos “entre los 20 y los 30 años” y, a

partir de los 35 contemplan “una disminución de la fertilidad”, que se vuelve “exponencial” desde los 40 años y “casi excepcional” por encima de los 45 en concepción natural. “La fertilidad humana está totalmente condicionada por la edad biológica. Muchas mujeres con 40 o 46 años se sienten capacitadas, pero el *timing* biológico no se lo permite”, matiza Sánchez. En este sentido, recalca como en los “últimos 100 años hemos conseguido incrementar nuestra esperanza de vida más de 25 años” lo que, por otro lado, no influye en el ovario que “sigue siendo el mismo que tenían nuestras tatarabuelas”; y chocha con “plantearse la maternidad a edades hace tiempo impensables”. A la vez que en aquellas más tempranas “se vuelve inviable”. “Retrasar la maternidad hasta los 40 ha sido una necesidad social y el reloj biológico no se puede cambiar”, insiste el doctor Jiménez.

El peso de la edad puede ocasionar, según puntualizan, riesgos para la madre y para el bebé que van ligados a la salud. Tanto a la hora de concebir, como durante el embarazo, ya que influye el tener “hábitos saludables” que mantengan el cuerpo en un peso “adecuado” y sin influencia del alcohol o el tabaco. Aunque la genética tenga mucho que decir. Con ello, el doctor Orozco aclara que en España cada vez



Pr: Diaria
Tirada: 2.727
Dif: 2.002

Secc: LOCAL Valor: 4.798,87 € Area (cm2): 827,8 Ocupac: 95,92 % Doc: 2/2 Autor: IRENE MARTÍN MORALES Num. Lec: 6000



Bebé recién nacido en el Hospital Materno-Infantil de Málaga

hay "más mujeres con sobrepeso y obesidad", lo que supone un riesgo de "infertilidad". Así añade que desde los 35 años pueden aparecer "metabopatías, como la diabetes gestacional; enfermedades hipertensivas, como la preeclampsia; partos prematuros; hematomas o abortos en el primer trimestre" y que, si aumenta la edad, todo ello "empeora". Rosas suma otros "problemas añadidos" como cirugías anteriores, endometriosis, quimioterapia, etc. y pueden "acortar la vida reproductiva". "Si no hay un potencial genético especialmente bueno y los hábitos no son beneficiosos para el ovario puedo acortar la vida fértil en dos o tres años", remarca. "Podemos controlar muy bien los embarazos, pero cuanto más mayores, más difícil. Hay que recomendarles una nutrición buena y suplementos para estimular la calidad de los ovocitos o para que el seminograma de la pareja esté mejor", comenta, por su parte, la doctora Raquel Duarte, ginecóloga de la clínica Pérez Byron.

Respecto al bebé, Orozco matiza que existe una "relación estrechísima entre mayor riesgo fetal y edad avanzada". Ello podría derivar en complicaciones como alteraciones cromosómicas, malformaciones o abortos, entre otras consecuencias. "Para mujeres de 45 y 50 años que



Noelia Matez, madre a los 38, con su hijo

aún quieren tener hijos supone un riesgo importante para ella y el bebé, ya sea cardiológico, de tensión arterial, de circulación, metabólicos", aclara Jiménez, en esta línea. Las técnicas de reproducción pasan desde el embarazo natural a otras más efec-

tivas que pueden darse también desde incentivos naturales o artificiales. En este punto, destaca la inseminación intrauterina o artificial para aquellas de edades menos avanzadas; y la fecundación in vitro o la inyección intravaginal para las de

más de 38 años. "Es un proceso de ensayo y error. Hablamos de un problema de esterilidad cuando se lleva un año buscando, pero para las de 40 no puede ser tan largo".

Así, existe la "naprotecnología" que requiere más tiempo

que la técnica artificial pero tiene "éxito", tal y como explica el doctor Jiménez, desde "métodos científicos y naturales" para detectar "puntos que fallan" en la fertilidad y abordarlos incluso con cirugías. En cualquier caso, los especialistas recomiendan revisar el estado de salud y aquellos factores "que puedan ser mejorables" antes del embarazo. Así, para las más jóvenes, les instan a contemplar el embarazo antes o a congeñar óvulos. "Lo ideal sería favorecer la maternidad desde el punto de vista del Estado y de la sociedad. A las mujeres de hoy, les recomendaría que no esperen, sino que lo hagan cuando tengan ganas. El momento ideal puede que no llegue nunca", destaca la doctora Duarte.

"He tenido a mi niña con 33 y a mi hijo con 38. En ningún embarazo tuve problemas de salud. Para tener a la primera tardé un año y pico, y para el segundo en el primer mes me quedé embarazada. He tenido síntomas, pero dentro de lo normal y el parto fue perfectamente, incluso lo vi. Fue una experiencia para repetir, aunque quizá pueda necesi-

Hay que recomendar una nutrición buena y suplementos para la calidad de los ovocitos

tar a un fisio de suelo pélvico", cuenta a este periódico Noelia Matez, madre de dos niños. Ella pensaba que al tener esa edad estaría "en alto riesgo" pero le atendieron de forma normal. Así, antes de quedarse embarazada reconoce tuvo "hábitos más saludables" y que cree que eso "influye más que la edad". Para Lucía Yules, madre a los 43 años, fue muy diferente, porque en el momento que le analizaban un cáncer de mama se dieron cuenta de que estaba embarazada: "En el embarazo no me podían poner medicación y al ser un cáncer hormonal podía reavivarse. La recomendación era abortar. Me operaron a las ocho semanas y fue complicado", relata. Las consultas fueron continuas y le provocaron el parto a las 35 semanas. "Era un riesgo para mí y para el bebé. Yo estaba sola con una niña de ocho años y cuando nació él estuvo 4 días en la UVI. Me pusieron la medicación y no se reprodujo el cáncer. Gracias a mi hijo estoy viva, a la que quiera ser madre a esta edad le diría que sí lo desea le apoyo al 100 %".