

La karateca Valentina Toro explica su decisión de congelar óvulos a los 26 años

MIGUEL VILLARROEL

# "Tengo muchas ganas de ser mamá, pero lo veo muy a futuro"

Con 26 años, la karateca Valentina Toro, medalla de oro en los Juegos Panamericanos de Santiago 2023, decidió congelar óvulos. El tema de la maternidad la tenía preocupada, en vista de su carrera como deportista de alto rendimiento.

"Tengo muchas ganas de ser mamá, pero lo veo muy a futuro. Para mí es un tema importante, porque me voy a recuperar de mi lesión y voy a volver a estar full entrenando y compitiendo. Entonces, no sé hasta qué punto voy a posponer la maternidad, o si en el momento que lo decida pueda o no ser mamá rápido. Tenía muchas preguntas para el futuro", explica Valentina, quien se encuentra en recuperación de una rotura de ligamento que sufrió en noviembre del año pasado.

También tiene otras razones: "He conocido casos de personas que después de los 30 su reserva ovárica disminuye un montón. Entonces les cuesta más ser mamá. No quiero vivir con el peso de estar con mi carrera deportiva y a la vez pensando que el reloj biológico me va ganando. Con mi pareja, Joaquín (González, también karateca) nos encantaría formar una familia a futuro. Y yo no quiero solo un hijo. Yo soy hija única y me gustaría que mis hijos tuvieran hermanos".

"Mi plan es que, en el momento en que decida ser mamá, hacerlo de forma natural y si ya no puedo, me cuesta mucho, ahí ocupar mis óvulos congelados. Más que nada lo hice por si acaso me cuesta mucho ser mamá cuando decida serlo, para estar tranquila conmigo misma. Mi mamá, por ejemplo, cuando yo tenía como siete años, intentó tener un hermanito para mí y les costó mucho, y finalmente no pudieron. Entonces fue un tema igual en mi familia, sobre todo hace años. Por lo mismo quise hacer este procedimiento", añade.

El proceso al que se sometió Valentina se llama preservación de fertilidad o vitrificación de ovocitos. "Dura en promedio unas dos semanas. La primera etapa es la estimulación ovárica: en los primeros días del ciclo hacemos una ecografía y contamos cuántos ovocitos potenciales se ven en cada ovario", cuenta el doctor Cristian Jesam, director médico de la clínica SG Fertility y médico tratante de Valentina Toro.

"El objetivo de la estimulación es hacer crecer todos esos folículos que vemos en la ecografía para poder recuperar más óvulos en un solo ciclo. En condiciones normales la mujer libera sólo un óvulo por ciclo, pero con medicamentos logramos que varios folículos crezcan al mismo tiempo.

**La deportista lo asume como un seguro de maternidad cuando se decida: "Lo hice por si me cuesta mucho". La marcó ser hija única y que sus padres no pudieron darle un hermano cuando lo intentaron.**



ELISA VERDEJO



CEJIDA

El proceso completo dura dos semanas, desde la estimulación ovárica hasta la extracción de los ovocitos.

Durante esas dos semanas se administran medicamentos todos los días y se realizan ecografías para ir controlando cómo van creciendo los folículos", explica.

"Me dijeron que estaba en el mejor momento para congelar. Y por lo mismo, como yo tenía hartos óvulos, no necesité tantas inyecciones ni tantas hormonas como necesitan otras pacientes, y mi tratamiento fue súper corto", cuenta Toro, quien el lunes pasado se sometió al último paso del tratamiento: la extracción de los ovocitos maduros.

"Es un procedimiento que se realiza en pabellón, con sedación, dura entre diez y quince minutos y la paciente generalmente está en la clínica alrededor de una hora y media. Ese mismo día sabemos cuántos ovocitos se recuperaron, pero unas horas des-

Vale Toro congeló óvulos a los 26 años. "Es una muy buena edad porque la reserva ovárica y la calidad suelen ser altas", dice especialista.

pués podemos confirmar cuántos de ellos eran maduros y finalmente se pueden congelar", relata el doctor Jesam.

"Lo que se congela en realidad es el ovocito, que es el óvulo que ya alcanzó la maduración. Lo que hoy se hace es vitrificar los ovocitos, una técnica más actual que permite mantener ese ovocito maduro en un estado de preservación por mucho tiempo. Se han visto muy buenos resultados en ovocitos que han estado congelados por diez o incluso quince años. Todo este proceso requiere vigilancia médica constante, porque es un tratamiento de fertilidad y no algo natural", comenta Marcela Puentes Rosales, directora de la Escuela de Obstetricia y Neonatología de la Universidad Diego Portales.

**¿Es verdad que Valentina está en su mejor momento para congelar óvulos?**

"A los 26 años es una muy buena edad para congelar ovocitos, porque la reserva ovárica y la calidad suelen ser altas. Después de los 30 años la reserva ovárica empieza a disminuir con mayor rapidez, y con el paso de los años tiende a ser cada vez más baja. Existe una relación directa entre la cantidad de ovocitos disponibles y la posibilidad de lograr un embarazo".

**¿Y esos ovocitos congelados se pueden mantener para siempre? ¿Siguen sirviendo con los años?**

"La criopreservación puede mantenerse por mucho tiempo, incluso décadas, siempre que las condiciones de almacenamiento sean estables. En la práctica ya hay nacidos vivos a partir de ovocitos que estuvieron congelados cerca de quince años, y en teoría podrían preservarse por tiempo indefinido. Para tener una buena probabilidad de embarazo se necesita congelar una cantidad suficiente de ovocitos, porque algunos no sobreviven al proceso o no llegan a formar embriones".

"El programa que contrató Valentina incluye la mantención por cinco años, y después de eso la mantención tiene un costo de \$27.000 mensuales. Los huevitos pueden durar eternamente, pero ella los puede usar sólo hasta que tenga 50 años, porque después de esa edad aumenta mucho el riesgo para las mamás, y para los niños que nacen de esas mujeres", advierte el doctor Jesam.

Valentina Toro pagó \$2.450.000 por el procedimiento, más \$800.000 por las hormonas para la estimulación, pues cada ciclo semanal tiene un precio de \$400.000 y ella necesitó sólo dos ciclos.