



General | Aina Font Torra | Actualitzat el 17/12/2023 a les 07:00

## 5 reflexions a fer sobre la salut sexual i reproductiva femenina

*Parlem amb la ginecòloga Núria Pons Serra sobre el motiu pel qual ha estat tant de temps invisibilitzada i què podem fer per retornar-la al seu lloc*

[inici]centrareport]Núria Pons Serra (Puig-reig, 1986) és **ginecòloga** i **obstetra** i fa deu anys que es dedica en cos i ànima a la seva professió. És metgessa adjunta a la unitat de Ginecologia de l'**Hospital Mútua Terrassa** (públic) i té consulta privada a **Ginecologia Manresa**, un centre amb més de 30 anys d'història ubicat al bell mig de la capital del Bages.

"El que em permet el sector privat és establir una **relació de confiança i proximitat** amb les pacients que en el públic és molt difícil que es doni, bàsicament perquè els **recursos** són els que són i el **temps** que pots dedicar a la gent que ve és molt **limitat**", lamenta. Però això és només la punta de l'iceberg d'un **problema** molt més gros "que com a societat fa massa temps que **arrosseguem**" i que té a veure "amb com d'oblidada hem tingut la **salut sexual i reproductiva**", una peça que Pons assegura que és "**fonamental per prevenir problemes** de tot tipus", tant físics com psicològics.

### [GotaVerdaPle] Què és, exactament, la salut sexual i reproductiva?

Explicant-ho d'una manera més o menys entenedora per a tothom, diria que és la que evita emmalaltir en les esferes genitals i sexuals, i que involucra no només la part física sinó també l'emocional.

### [GotaVerdaPle] Què vol dir?

Conèixer el propi cos és fonamental per arribar a tenir l'autoconfiança suficient com per no caure en pors ni errors. I m'explico: si tu et coneixes i entens què t'està passant perquè se t'ha donat tota la informació necessària al voltant del teu sistema genital i sexual, segurament, quan tinguis algun problema en aquest sentit, l'abordaràs des d'una consciència i un saber molt més profunds que t'ajudaran a manejar la situació amb més seguretat i evitaran que s'acabi convertint en una patologia.

### [GotaVerdaPle] No sé si l'he acabat d'entendre...

Oi que als joves d'avui en dia els repetim milers de vegades que l'alcohol, el tabac i les drogues són tòxiques per a la salut a llarg termini? Doncs el mateix passa amb l'esfera sexual: hi ha conductes que són de risc i que desemboquen a malalties que, la majoria de cops, involucren la part emocional. I controlar aquesta darrera no és fàcil, perquè és molt sensible i genera pors i desconfiances. Per tant, si no es tracta tot allò vinculat amb la psique, la malaltia no es cura encara que s'hagi pres un antibiòtic. I d'aquí la importància de concebre la salut sexual i reproductiva des d'aquesta doble vessant: la física i l'emocional.

### [GotaVerdaPle] I com es fa això?

Parlant-ne, parlant-ne i parlant-ne. L'educació sexual és primordial perquè les pacients que arriben a la menopausa no vinguin desesperades a la consulta dient-nos que no saben què els està passant. I això és gravíssim, perquè vol dir que com a societat les hem deixat soles davant del canvi i no hem actuat quan ho hauríem d'haver fet. I el mateix passa, per exemple, amb les dones que tenen dismenorrea. Durant molt temps, que algú demanés la baixa per regles doloroses semblava exagerat. I per què? Doncs perquè no se'n parlava, no s'explicava que es tracta d'una



---

patologia molt inhabilitant! En aquest sentit, penso que *La Marató* d'enguany serà de gran ajuda per visibilitzar tot això.

**[GotaVerdaPle] És que el desconeixement que hi ha és molt bèstia...**

Molt; moltíssim! Estem parlant d'hormones! El bon equilibri hormonal d'una noia jove es traduirà en més salut cardiovascular en un futur i en un risc molt més baix de patir la síndrome de l'ovari poliquístic; una síndrome, per cert, que ens pot perjudicar severament ja sigui en forma de miomes, endometriosi, alteració de les tiroïdes... Però saps què passa?

**[GotaVerdaPle] Què?**

Que com que s'ha fet tan poca investigació, tot això que dic té la categoria de mite, perquè no hi ha una base científica prou sòlida que ho sustenti. No pot ser que en ple segle XXI tractem totes les pacients sota un mateix patró! Si jo et pregunto si tenir la regla és saludable, què em respondràs?

**[GotaVerdaPle] Que sí.**

Val, d'acord. I també ho és per a una pacient amb endometriosi que cada cop que la té [la regla], li creixen miomes o acaba amb una anèmia de cavall? Hem de tenir en compte cada cas concret, perquè si a aquesta dona se li fa un seguiment i se li explica, detingudament, que no és que ella estigui malalta, sinó que no pot permetre's una menstruació mensual pels perjudicis que pot portar en la seva salut, ella ho entendreà i la seva qualitat de vida augmentarà exponencialment. A vegades penso que per no voler patologitzar-ho tot, ens n'hem anat a l'altre extrem. "Tothom pot parir", diuen. I sí, és cert, però potser en algunes dones d'edats avançades, amb embarassos de risc i plenes de comorbiditats, el part vaginal no seria la millor opció. I això se'ls hi ha de poder explicar amb uns estudis que ho avalin...

**[GotaVerdaPle]... I que ara mateix no tenen.**

Malauradament. A nosaltres, encara que a la societat no li sembli, ens exigeixen uns límits baixíssims de cesàries. I és fantàstic anar en la direcció de ser el mínim d'invasius possible, però, senyors, no podem generalitzar! Des del sector fa temps que lluitem perquè se'ns especifiqui en quines pacients aquests índexs de cesària han de ser baixos, perquè en el món occidental ens trobem amb moltes complicacions: potser, parint vaginalment, la pacient X acabarà amb un greu problema de sòl pelvià. Però, com ja he dit i repetit, sense diners, investigació i solvència, no avançarem en pro de la nostra qualitat de vida.

**[GotaVerdaPle] Tinc la sensació que en l'àmbit de la ginecologia i l'obstetrícia, es recorre més a la sanitat privada que a la pública.**

Aquí no hem de perdre de vista una cosa: hi ha moltes dones que quan es queden embarassades, conscients que estan passant per una situació única que potser no tornaran a viure mai més, decideixen dedicar uns recursos extres acudint a la privada, que segurament els oferirà més revisions, més ecografies i un control més exhaustiu de tot el procés. Al cap i a la fi, el que vol la família és que tot surti bé. Per tant, aquest gruix de pacients que se'n van al sector privat, moltes vegades ve d'aquí. Això no vol dir, però, que la sanitat pública no sigui una bona opció en aquesta etapa vital. De fet, els serveis que s'ofereixen des de la seguretat social en ginecologia són molt potents, i la feina que es fa és molt bona. No obstant, està clar que no s'arriba a tot, i que si una dona vol una atenció més continuada, acaba optant per pagar-se-la de la seva butxaca.

**[GotaVerdaPle] Que trist...**



---

Sí, molt. Actualment, estem carregant en les dones tota la responsabilitat de la seva salut sexual i reproductiva. I això no pot ser! El sistema sanitari i la nostra societat ha de donar una resposta a aquest empoderament. Els hem de facilitar les coses, ostres! Per això dic que treballar en una consulta privada m'agrada, perquè em permet ser la ginecòloga de capçalera que no puc ser a la pública. Ah! I una cosa que m'agradaria afegir.

**[GotaVerdaPle] Endavant.**

En la salut sexual i reproductiva no només hi intervenim les ginecòlogues i les obstetres. I això vull que quedi molt clar. El que aporten les llevadores, fisioterapeutes i les osteòpates, les infermeres... És importantíssim! Davant d'això, ja fa uns anys que treballem colze a colze, perquè la mà de recursos que ens donen elles són valuosíssims i fins ara nosaltres els desconexíem.

[ficientreport]