Resumen del Libro

"Hilos del destino: Voces y decisiones sobre la ligadura de trompas" explora la autonomía femenina y la toma de decisiones respecto a la maternidad en un contexto latinoamericano. A través de testimonios íntimos de mujeres como María del Mar, Saray y Andrea, el libro expone cómo la ligadura de trompas ha sido un acto de autodeterminación frente a una sociedad que aún estigmatiza el derecho a no ser madre. Estas voces narran sus caminos personales hacia la decisión, enfrentando desafíos médicos, familiares y sociales. Se destaca la falta de acompañamiento psicológico durante el proceso y el impacto emocional de optar por un procedimiento irreversible, aunque también resaltan el empoderamiento y la tranquilidad que les generó tomar el control de su salud reproductiva. El libro analiza además el contexto histórico y cultural de este método anticonceptivo, incluyendo las barreras institucionales, la presión social para concebir y la necesidad urgente de educación sexual integral que incluya a hombres y mujeres. Al poner en el centro las experiencias de las mujeres, la obra busca romper el silencio en torno a decisiones reproductivas poco discutidas, apelando a una sociedad más comprensiva, informada y respetuosa de las decisiones individuales. La narrativa mezcla análisis crítico, historias reales y un enfoque ético sobre el derecho de las mujeres a decidir sobre sus cuerpos, planteando preguntas profundas sobre el libre albedrío, la salud emocional y la planificación familiar.

Palabras Clave

- ligadura de trompas
- autonomía
- maternidad
- educación sexual
- empoderamiento
- testimonios
- salud reproductiva
- anticonceptivos
- derechos
- sociedad
- presión social
- planificación familiar
- acompañamiento psicológico
- decisión
- mujer

Año de publicación: 2025
Nombre del director: Alejandra Toro
Programa Académico: Comunicación social y periodismo

Hilos del destino: Voces y decisiones sobre la ligadura de trompas



Hilos del destino: Voces y decisiones sobre la ligadura de trompas

Amanda Sotelo
& Daniela Lugo

Agradecimientos

Primero que todo, agradezco a Dios, quien con su infinita sabiduría y amor me ha dado la fuerza para seguir adelante, guiando cada paso de este camino y permitiendo que este proyecto se hiciera realidad.

A Marcela, Laura, Mar, Saray y Andrea, gracias por su tiempo, paciencia y esfuerzo. Su dedicación y compromiso fueron esenciales para que este libro tomara forma. Me honra haber compartido este proceso con ustedes.

A mi profesora Alejandra Toro, por su guía, paciencia y apoyo constante en nuestra investigación. Su conocimiento y acompañamiento fueron una luz en este camino, ayudándonos a crecer y avanzar con seguridad.

A mis padres, Older Sotelo y Maria Ángela Cabezas, por su amor incondicional y por ser mi mayor respaldo. Gracias por creer en mí, por su apoyo emocional y económico, y por impulsarme a cumplir mis sueños con determinación y valentía.

A mi compañera de tesis, Daniela Lugo, por ser mi compañera de batalla en este proceso, por su dedicación, su confianza y por compartir conmigo cada desafío y cada logro.

A mi pareja, Juan Manuel Palma, por ser mi refugio y mi fortaleza emocional, por alentarme en los momentos difíciles y recordarme siempre que rendirse nunca es una opción. A cada uno de ustedes, gracias de todo corazón. Este logro también es suyo.

Y, por último, me agradezco a mí. Gracias a mi persistencia, a mi esfuerzo y a mi capacidad para mantenerme firme en mis metas, a pesar de los desafíos.

Agradezco a mi dedicación, a mi resiliencia, y a mi fe inquebrantable en que todo es posible con trabajo y determinación. Este logro es el resultado de mi compromiso conmigo misma y mi deseo de crecer.

-Amanda Sotelo

Agradezco a Dios, porque sin su guía y fortaleza, este camino habría sido aún más difícil. En los momentos difíciles, cuando el cansancio pesaba y las dudas aparecían, su luz me recordó que todo esfuerzo tiene su recompensa.

A Marcela, Laura, Mar, Saray y Andrea, por la pasión y entrega con la que dieron vida a este trabajo. Más que protagonistas, son el alma de este proyecto, y su valentía me inspira profundamente.

Gracias por dejarme ser parte de su historia, por permitirnos identificarnos en sus vivencias y dejarnos unir a sus voces. Su fuerza, sus palabras y sus historias han sido una enseñanza invaluable, que me ha cambiado y me ha permitido crecer. Cada una de ustedes ha dejado una huella en mí, y llevaré con orgullo el aprendizaje que me han regalado. Las valoro y las honro.

A la profesora Alejandra Toro, por su paciencia infinita y su compromiso genuino con nuestro aprendizaje. Su orientación fue más que académica; nos dio confianza en nuestro proceso y nos enseñó a caminar con seguridad. Gracias por creer en nosotras incluso en momentos en los cuales nosotras mismas dudábamos.

A Amanda Sotelo, mi compañera de tesis y de batalla en este proceso. Juntas enfrentamos momentos de desesperación, dudas y logros que hicieron que todo valiera la pena.

Gracias por tu apoyo, por compartir el peso de este proyecto, por confiar en mí y darme tanto apoyo y palabras de aliento.

A mi mamá, Úrsula, y a mis hermanas, por ser mi refugio y mi fuerza. Su amor incondicional ha sido el motor que me impulsó a seguir, incluso en los momentos en los que pensé en rendirme. Gracias por ser mi hogar, sin importar la distancia o el tiempo.

A Eric, por estar a mi lado en cada paso de este camino. Por creer en mí incluso en los momentos en los que yo dudaba, por ser un soporte inquebrantable y por recordarme con sus palabras y acciones que soy capaz de lograr todo lo que me proponga. Gracias por tu paciencia, por tus empujones cuando los necesité y por hacerme sentir acompañada en este proceso.

Y, finalmente, me agradezco a mí misma. Porque no fue fácil, porque hubo días en los que la frustración y el cansancio pesaban más que la motivación, pero aun así seguí adelante. Me agradezco por confiar en mi capacidad, por no desfallecer y por demostrarme que soy más fuerte de lo que imaginaba.

A todos los que, de una u otra forma, fueron parte de este recorrido, gracias. Este logro no es solo mío, sino de cada persona que aportó su tiempo, su conocimiento y su cariño para hacerlo posible.

-Daniela Lugo

Prólogo

¿Qué es una decisión? No es más que algo de rutina, diariamente un ser vivo despierta y "decide" alimentarse, por ejemplo; pero especificando más nuestro corto discurso introductorio, el ser humano toma decisiones constantemente, para bañarse, comer, ir a trabajar, vestirse, etc., podemos seguir así durante bastante tiempo. Así que vayamos un poco más al punto, decidir tener una familia siempre ha sido la regla, en generaciones anteriores hemos sido educados y guiados para "tomar la decisión" de tener esposo(a) e hijos(as), ¿pero es "nuestra decisión" o simplemente fue "impuesta"? Dejaremos esta duda por aquí mientras seguimos ahondando más en el tema.

Sin embargo, no estamos tratando de decir que ser madre, sea una decisión débil, ni fácil, es el simple

hecho de que hay más alternativas para una mujer. Actualmente la educación debería expandirse mucho más para cualquiera de las dos decisiones "ser o no ser madre", por lo que es fundamental que las mujeres tengan acceso a información clara y objetiva sobre todas sus opciones, sin presiones ni estigmas, para que puedan tomar decisiones basadas en sus propios deseos y circunstancias. La educación debe promover la autonomía y el respeto por cada elección, asegurando que tanto la maternidad como otros caminos de vida sean valorados y apoyados por la sociedad.

Actualmente muchas mujeres jóvenes no basan sus proyectos en concebir o formar una familia, sino más bien en desarrollos personales, profesionales y económicos; buscan una autonomía en general; no obstante, existe una problemática más allá de esto. Existe ahora el empoderamiento o el acto de

ser “libres” de las ataduras de lo que se supone “debe ser” una mujer ante la sociedad.

Ocurre, pues, a veces, que algunas mujeres se enfoquen en ellas mismas y no en la maternidad, porque no es prioridad por el momento o porque no es de su completo interés. Si bien los anticonceptivos han sido motivo de muchas alarmas, estudios han probado que generan un desbalance en el cuerpo; además, existen otros métodos definitivos para asumir no ser madre, como la ligadura de trompas, ya que, aunque este método pueda ser reversible, su cirugía es complicada y en la mayoría de los casos no resulta exitosa. Esta decisión ha sido tomada por las mujeres a plena conciencia, pero aún siguen sin ser escuchadas. Con este trabajo pretendemos remediar esta situación, brindando un espacio de escucha, donde las mujeres que participaron pudieran compartir sus experiencias y conocer las de otras en condiciones similares.

Tejidos de historia, cultura y medicina en la ligadura de trompas

Hay un método considerado socialmente un poco extremo que durante este siglo XXI ha estado tomando popularidad, el cual es la "ligadura de las trompas de Falopio". Es un método anticonceptivo que consiste en cortar, bloquear o sellar las trompas para prevenir embarazos, y, aunque sea un método quirúrgico, ha crecido la idea de que es mucho más efectivo y menos dañino que los otros.

La educación sexual ha estado incluyendo este tema entre su contenido escolar, pero expandiéndolo también a la juventud de ahora, tratando de explicar lo que es una planificación desde un punto de vista netamente femenino y personal. Lo cual ha permitido, a pesar de todo, que las mujeres se

informen un poco más al respecto y se eviten muchos embarazos no deseados, pues, la maternidad es algo que se debería anhelar. Por otro lado, actualmente se busca generar consciencia sobre los derechos reproductivos y sobre la salud hormonal.

De igual forma, es importante resaltar que la educación y salud sexual no debería ser solo motivo de preocupación de las mujeres, sino que también debe incluir a los hombres, ya que ellos tienen un papel fundamental en la toma de decisiones y la responsabilidad compartida en temas de reproducción y bienestar sexual. Brindarles acceso a una educación integral en estos ámbitos no solo fomenta relaciones más equitativas y saludables, sino que también ayuda a prevenir embarazos no planificados y enfermedades de transmisión sexual. La educación sexual debe ser un derecho para todos, sin distinción de género, promoviendo el respeto,

la comunicación y la corresponsabilidad en cada etapa de la vida.

Procedimientos como la ligadura de las trompas de Falopio era considerada solo para mujeres de más de 30 años con hijos, ahora ha bajado la cantidad de requisitos tomando en consideración la población femenina juvenil que no desea concebir o es consciente de la responsabilidad de ser madre; aparte, también es consciente de cómo han cambiado las normas sociales con el paso de los tiempos; la dificultad económica también es otra problemática para tomar muy en cuenta.

La maternidad, ha dejado de ser un paso importante en la vida de una mujer, poco a poco ha dejado de ser obligatorio y mucho menos esencial o definitorio, y, aunque la sociedad en su mayoría aún está reacia a entender esto, las mujeres siguen eligiendo lo que es más conveniente para ellas, por su salud, paz, y crecimiento. Por lo tanto, optar por este procedimiento está ligada a

las nuevas perspectivas sociales y culturales, donde el género femenino toma como relevante su valor personal y su libertad de expresión.

Siendo así, detrás de este procedimiento hay temas como la autonomía, planificación familiar, desconfianza en los métodos anticonceptivos actuales, educación sexual, salud y cambios en la apreciación sobre la maternidad. Por lo que consideramos que escuchar historias y conocer sus testimonios es primordial para apreciar el contexto sobre esta determinación, aparte de la importancia de las opciones de la salud reproductiva vinculada a deseos y necesidades.

Consideremos algo importante sobre el procedimiento de la ligadura de las trompas de Falopio: este no es para nada algo nuevo. Las operaciones anticonceptivas comenzaron en Europa en el siglo XIX; no obstante, siempre enfocado a la población femenina que decidía la maternidad, pero de manera limitada, porque solamente se

hacía si estas optaban por hacerse una cesárea. Un cambio radical se presentó en el proceso de la operación para la década de los 60 con el movimiento feminista, donde muchas mujeres optaban por esto, ya que no querían querer tener más hijos.

Entonces, podemos tomar en cuenta que desde 1823 se ha venido tratando el tema de la esterilización femenina, siendo dirigida solo a la población de mujeres mayores de 30 años que ya habían sido madres. Dirigiéndonos a la actualidad en Colombia, ha disminuido la cantidad de nacimientos por año, y ha tomado más fuerza el deseo de "no querer hijos", inclinándose hacia una posición mucho más liberal, decidiendo por hacerse una esterilización para no quedar embarazada.

La medicina ha cambiado mucho también en pro a la comodidad de las elecciones de las mujeres y bajar la cantidad de las concepciones sin

planificar, pues, tomemos en cuenta que incluso este procedimiento ha sido agregado a los servicios de los seguros médicos gracias a los movimientos feministas. Hay países donde la medicina es gratuita, lo cual beneficia muchísimo y facilita la elección de escoger este procedimiento. No obstante, en Colombia la salud no es del todo gratuita, aparte de que no en todos los territorios cuentan con una clínica u hospital totalmente preparado para practicar dicha operación, por lo que les exigen dirigirse a las ciudades principales. La población en general en este país lucha constantemente para que se tome en consideración expandir los recursos de salud gratuita a pueblos aledaños, por lo cual, las mujeres se esfuerzan el doble para que también haya áreas preparadas en todos los lugares donde poder ir a operarse sin tener que movilizarse de donde viven, es decir, trasladarse de una ciudad a otra. Muchos no cuentan con el dinero necesario para hacer dicho

proceso en su totalidad, dejando vulnerables a las mujeres que ya no quieren optar por los métodos anticipativos convencionales.

Huellas en el cuerpo y el alma

La sociedad, aunque se ha visto preparada a lo largo de los años para cambios culturales, científicos, psicológicos, naturales... etc., cuando se trata de la "negativa hacia la concepción" suele encender banderas rojas; aunque se está normalizando el hecho de que la mujer decida no querer tener hijos, aún es un tabú grande para otros. Por ejemplo: hay familias que hacen incluso presión porque quieren ampliar su círculo consanguíneo.

Existen culturas y comunidades donde este procedimiento puede ser visto con estigma o desaprobación social, llegando incluso a la disconformidad y, en algunos casos a la violencia social. Sin embargo, aún no se ha entendido del todo que la ligadura de las trompas de Falopio es una manifestación del derecho de las mujeres a decidir sobre su propio cuerpo; siendo así un derecho fundamental para su autonomía y su empoderamiento, permitiendo a las mujeres tomar decisiones informadas sobre su salud reproductiva sin intervención o presión externa.

Entrelazos de género e identidad

El "género" es una palabra con mucha fuerza que se ha sido usada para diferenciar a hombres de mujeres y viceversa,

casi para trazar una línea invisible donde se separaban las tareas de cada uno, la manera de pensar, de actuar, de decidir el rumbo de su vida. Ser del "sexo femenino" significaba ser sumisa, y estar dispuesta para el "sexo masculino", dándole mucho poder a estos últimos. Sin embargo, con el pasar de los años y viendo la actualidad el lado "femenino" ha estado elevando su nivel de reconocimiento y visibilidad, ya no son las que están detrás de alguien para que sean representadas; no obstante, incluso con todas las luchas que se han venido llevando a cabo por décadas, aún hay cosas en las que no han sido tomadas en cuenta. Este proyecto está enfocado a hacer una pequeña diferencia y escuchar voces silenciadas, historias escondidas de mujeres relatando su decisión por una vida diferente a la establecida por la sociedad masculina.

Las mujeres también buscan ser tomadas en cuenta como personas con ideas propias, deseo de libertad de expresión y con sueños propios sin necesidad de incluir a alguien más en ellos. Por eso buscamos aportar un grano de arena a esta lucha, dando a conocer una decisión llena de valentía, quizá mezclado con rebeldía, una resolución que deja relucir el hecho de que la mujer quiere ser vista y escuchada, cambiando incluso los roles de género tradicionales.

Capítulo 1

Maria del Mar: La fuerza de la marea

Maria del Mar fue contactada en 2023, en ese momento accedió a una reunión donde habló acerca de su experiencia con la ligadura y cómo fue su proceso, desde las dudas que tenía inicialmente hasta en quienes confió para compartir esta información. En la actualidad, nos encontramos con una persona un tanto diferente, la cual nos ha contado a profundidad su experiencia y su nueva visión al respecto de su vida y del procedimiento.

Maria del Mar es una mujer alegre, abierta al diálogo, quien se presenta a la entrevista en compañía de su mascota, un perrito el cual es su adoración y compañía.

Es una mujer un poco tímida y reservada ante las cámaras, aunque cuando debe expresar su sentir lo hace de forma muy segura y elocuente.

Físicamente, es una mujer trigueña, con cabello alaciado, labios carnosos y expresión serena.

Empezamos con nuestra entrevista, nos encantamos con la idea de conocer su postura al respecto del tema seleccionado, por lo que indagamos sobre los momentos previos a su decisión, queríamos saber cómo había sido el camino que había recorrido para tomar la decisión de realizarse este procedimiento, Maria del Mar no tardó en dejarnos entrar en su historia. Sin rodeos, nos llevó hasta el punto en el que comenzó a planificar su vida en torno a los anticonceptivos. Todo había comenzado a sus 18 años, cuando empezó a tomar pastillas por recomendación médica. Sus ovarios poliquísticos la obligaban a seguir un tratamiento, y las píldoras eran la solución más común para calmar los síntomas. Pero había algo más: su sexualidad. En aquel entonces tenía pareja, y el uso de anticonceptivos también se convirtió en una forma de tomar el control sobre su cuerpo y sus decisiones.

Sin embargo, las pastillas no eran perfectas. Aunque cumplían su función, sus efectos secundarios le resultaban molestos. El acné y otros cambios en su organismo, que no quiso detallar, hicieron que buscara alternativas. Probó con la inyección mensual, pero la incomodidad de administrársela con esa frecuencia terminó por hastiarla. Su percepción de los anticonceptivos se tornó negativa: sentía que eran agentes extraños invadiendo su cuerpo, aunque su miedo a un embarazo no deseado era lo suficientemente fuerte como para seguir utilizándolos.

Fue entonces cuando escuchó por primera vez sobre la ligadura de trompas. La idea se instaló en su mente como una semilla imposible de arrancar. Su confesión nos llevó a preguntarnos si su negativa ante el dar a luz era definitiva, por lo que ella nos explicó que la maternidad nunca había figurado en sus planes, ni a corto ni a largo plazo.

Creció en un hogar donde un embarazo juvenil era visto como un desvío inaceptable del camino. Sus dos hermanas mayores habían quedado embarazadas siendo muy jóvenes, y aquella experiencia generó un clima de desaprobación dentro de su familia. En su casa, la educación estaba enfocada en la profesionalización, la independencia y la organización. Primero debías consolidarte como persona; solo después podías pensar en formar una familia.

A su alrededor, la realidad reafirmaba sus pensamientos. Muchas de sus compañeras del colegio se convirtieron en madres adolescentes, y al ingresar a la universidad terminó de convencerse de que ser madre no era un destino para ella. La estabilidad económica le parecía un requisito indispensable para criar un hijo, pero más allá de lo material, sentía que emocionalmente tampoco estaba preparada.

Su percepción de la maternidad, su deseo de cumplir sus metas y su propia lucha contra la depresión la llevaron a desechar cualquier pensamiento relacionado con tener una familia. Luego de explorar estas ideas, nos pareció pertinente conocer si en algún momento esta decisión fue influenciada por alguien más, su respuesta llegó envuelta en una ligera vacilación, como si nuestra pregunta escondiera un matiz que solo ella podía percibir. Sus palabras fluctuaron por un instante, pero al final quedó claro que jamás había buscado asesoría profesional ni acudido a terceros. Para ella, aquel asunto pertenecía al territorio de lo privado, algo que no debía compartir para evitar que influencias externas alteraran el rumbo de su decisión. Maria comprendía que las decisiones de la vida suelen estar influenciadas por amigos, familiares o compañeros. Pero este no fue su caso.

No pidió opiniones. No consultó a nadie. Investigó por su cuenta, procesó la información y tomó una determinación que sentía enteramente suya, como lo haría cualquier persona que decide tener un hijo. La diferencia era que, mientras la maternidad se celebra y se valida, su elección no siempre sería bien vista ni tomada en serio.

Sus razones eran claras y constantes. No veía hijos en su futuro. No creía tener la estabilidad emocional para criarlos. No quería traer al mundo a un ser indefenso sin la certeza de poder ofrecerle un equilibrio. Su vida giraba en torno a su desarrollo profesional, y un hijo no tenía cabida en sus planes.

Maria buscaba su propio crecimiento. Quería independencia, el control absoluto de su vida, la libertad de asumir las consecuencias de sus decisiones sin deberle explicaciones a nadie. Le gustaba planear cada paso, como le enseñaron sus

padres. Y si en algún momento llegaba a sentir el deseo de ser madre, tenía claro que la adopción sería su camino. "Ser madre no es cuestión de fertilidad", nos dijo. "Es cuestión de deseo, de convicción, de preparación." Tal vez, más que el instinto de tener un hijo propio, en su interior se gestaba el sueño de adoptar. De brindarle una oportunidad a un niño que ya estaba en el mundo, solo, esperando una familia.

Maria nos confesó que jamás se sintió tan satisfecha con una decisión como con esta. Tener poder sobre su propia vida la hacía sentirse plena y sin culpas. Incluso, con el peso de la maternidad fuera de la ecuación, se permitió explorar nuevas facetas de sí misma. Experimentó más con su feminidad, con su sexualidad. En su voz no había duda ni arrepentimiento. Solo la tranquilidad de alguien que ha elegido su propio camino y lo ha recorrido sin mirar atrás.

Nos confesó que siempre había sido así: cuando algo se asentaba con firmeza en su mente, se volvía inamovible. Esta vez no fue la excepción. Sin embargo, su búsqueda de información la llevó a explorar por su cuenta. Navegó entre páginas web, vio videos, escuchó a desconocidos debatir el tema en redes sociales. Desde nuestra perspectiva, los terceros sí estuvieron presentes, aunque de una manera sutil, sin intervenir directamente en su elección. No estaban ahí para guiarla ni para influenciar su determinación, sino para ofrecerle un mapa en caso de que alguien intentara cerrarle el camino, ya que una de sus preocupaciones era que le negaran este procedimiento por parte de sus servicios médicos, es por esto que decidió documentarse lo que más pudo con conceptos legales y mediante los testimonios de otras mujeres que ya habían pasado por esta situación, se armó de valor y decidió afirmar más su postura mientras que solicitaba una cita por su EPS.

Maria recuerda aquellos días con cierta bruma en la memoria. Ha pasado el tiempo y algunos detalles se han difuminado, pero sí tiene claro que todo fue sorprendentemente sencillo. Simplemente fue al hospital público y se dirigió al programa de planificación familiar. Allí, con sumo cuidado, explicó su deseo de someterse a la operación. Temía que rechazaran su petición, pero la reacción fue distinta a lo que esperaba.

El médico general la escuchó y, sin objeciones, le indicó los pasos a seguir. Nadie intentó persuadirla, nadie cuestionó su decisión. Solo le dieron instrucciones, aclarando que la ligadura de trompas era un procedimiento común entre jóvenes de 18 a 20 años. María tenía casi 21. El proceso transcurrió sin complicaciones. Le hicieron diversos exámenes y le dieron indicaciones médicas, advirtiéndole que debía evitar las relaciones sexuales para prevenir un embarazo ectópico.

Lo que más le sorprendió fue que en ningún momento la derivaron a un psicólogo. Su única demora fue la pandemia, que ralentizó todo, pero incluso así, sintió que el trámite se resolvió en un abrir y cerrar de ojos.

No fue sino hasta estar completamente segura que decidió hablar con su madre. Eligió con cautela a la única persona con quien sentía plena confianza, aquella que la había protegido desde la infancia, que la había visto crecer y que, al igual que ella, era mujer. Lo explicó con seriedad, con la certeza de alguien que nunca ha sido de pedir consejo por simple duda. No era su estilo vacilar entre opciones ni depender de la opinión ajena. Para ella, la mejor decisión era siempre la que se tomaba con convicción, con la seguridad de no poner en riesgo su vida. Ni siquiera los médicos representaron un obstáculo en su camino. Lejos de cuestionarla, la tranquilizaron. Le dijeron que su

decisión era completamente normal. Y eso, de algún modo, terminó de confirmar que iba por el rumbo correcto.

De todo su entorno, solo dos personas conocieron su decisión: su madre y, en última instancia, una de sus cuñadas, quien la acompañó al hospital el día de la cirugía. Su madre no tomó la noticia con facilidad. A sus ojos, María seguía siendo demasiado joven para tomar decisiones tan definitivas. Lo consideraba una locura, un paso demasiado drástico. Pero María sabía cómo hablarle, qué palabras usar, cómo presentarle su determinación para inclinar la balanza a su favor. Porque cuando alguien está completamente convencido de algo, hace lo posible por llevar a los demás a su terreno. Insistió hasta que su madre cedió. Cree que, en el fondo, su madre aceptó porque la vio responsable, con visión de futuro, más preocupada por su bienestar profesional que por la idea de una maternidad que nunca había

deseado.

Hasta el día de hoy, ningún otro miembro de su familia sabe de su decisión. No porque lo considere un secreto, sino porque simplemente no lo cree relevante. Su familia no es del tipo que se inmiscuye en la vida ajena ni intenta imponer caminos. Son personas que dejan que la vida siga su curso, mientras nada les afecte directamente.

Su respuesta fue clara. En su hogar, lo que siempre se ha valorado es el desarrollo individual en todas sus formas. Al final del día, eso es lo que cada persona aporta a la sociedad, a los amigos, a la familia y, por supuesto, a los hijos, si se decide tenerlos. Primero hay que fortalecerse a uno mismo, evolucionar, crecer, y luego, si llega el momento, integrar a alguien más a la ecuación.

Nunca hubo presión. Nadie le exigió casarse o tener descendencia. Desde pequeña, el mensaje que recibió fue otro: prepárate para que nadie pueda humillarte.

Otro aspecto que también quisimos conocer fue si en algún momento alguien había intentado persuadirla a que no se realizara el procedimiento. Maria nos sonrió antes de hablar, como si encontrara un matiz de ironía en su propia historia. Nos confesó que nadie jamás le había preguntado nada sobre su decisión, hasta que, en la sala de espera del hospital, una enfermera la abordó con un interrogatorio extenso, casi inquisitivo. Su tono sugería más que simple curiosidad; parecía convencida de que alguien debía haberla influenciado para tomar esa decisión. Su juventud, al parecer, la hacía incapaz de saber con certeza lo que quería. Pero María sí lo sabía. Su determinación era firme. Nada ni nadie la haría cambiar de opinión. Dicho esto, preguntamos directamente sobre el procedimiento, —¿En qué hospital te lo hiciste?

–En Comfenalco –respondió María con calma. Quisimos indagar más sobre el proceso. ¿Cuánto tiempo había pasado desde la primera consulta hasta el día de la cirugía? María se tomó unos segundos, como si intentara precisar una línea temporal borrosa por el paso de los años– Más de un año... sí, más de un año –dijo finalmente, con un suspiro que dejó en el aire la sensación de recuerdos dispersos.

Nos relató que debía presentarse en el hospital al mediodía. Su madre no pudo acompañarla, pues su padre estaba siendo operado en otra clínica y él desconocía lo que su hija iba a hacer. Se decidió, entonces, que su madre lo acompañaría a él, y que ella iría con su cuñada, ya que necesitaba a alguien a su lado en caso de que surgiera algún imprevisto. María cumplió con todos los procedimientos previos: presentó los exámenes, pasó a una sala donde otras personas esperaban la misma intervención.

Miró a su alrededor y notó que la mayoría de las mujeres eran mayores; parecían haber tenido hijos y habían decidido no tener más. Entre los pocos hombres presentes, solo uno era joven.

Estaba menstruando aquel día, pero eso no representó ningún problema ni riesgo para la cirugía. Lo que sí la sorprendió fue el trato del personal: cálido, atento, lo que ayudó a que se sintiera relajada. Una doctora se acercó para explicarle el procedimiento con amabilidad, algo que María agradeció. También le mencionaron que la operación no dejaría cicatrices visibles en el ombligo, un detalle estético que le pareció un gesto de consideración.

Fue en ese momento cuando la enfermera apareció de nuevo en su mente. María nos expresó que no sabía si esa enfermera había hecho lo mismo con otras pacientes ni si alguna vez había logrado cambiar la decisión de alguien.

Tal vez formaba parte del personal nuevo, o quizás simplemente actuaba bajo sus propias convicciones personales. Podíamos sacar muchas conclusiones, pero al final, ¿valía la pena enfocarse en la negatividad de su actuar? No todos podían entender la forma de pensar de María del Mar.

María recordó la sensación de que su tiempo en la sala de espera había sido más largo que la cirugía en sí. Después del procedimiento, la monitorearon durante algunas horas para asegurarse de que todo estuviera bien. Antes de irse, recibió instrucciones para su cuidado y una orden para su próxima cita de control. También le explicaron que, si en algún momento cambiaba de opinión, existía la posibilidad de recanalizarse. Finalmente, salió del hospital alrededor de las ocho de la noche.

Cuando le preguntamos a María por los días posteriores a la cirugía, nos contó que la pandemia, de alguna manera,

facilitó su recuperación. Las clases aún no habían comenzado, así que no tuvo que hacer ningún esfuerzo y pudo descansar como era debido. Los primeros días fueron incómodos. Respirar le resultaba doloroso, pero al tercer día todo comenzó a normalizarse. Entre risas, nos confesó que tiende a exagerar cuando se trata del dolor, incluso si es soportable. Por eso, al principio tomó más pastillas de las necesarias, pero en términos generales su recuperación fue tranquila, sin complicaciones.

Curiosas, le preguntamos por los medicamentos, si en algún momento sintió que no eran suficientes o si necesitaron recetarle algo más fuerte. Pero María negó de inmediato. Lo que le habían dado era suficiente, cumplía su propósito, y como ya había mencionado, el dolor, aunque molesto, era completamente tolerable.

Después de la cirugía, su vida cambió de una manera que iba más allá de lo físico.

No fue la operación en sí lo que marcó la diferencia, sino la manera en que su mentalidad se transformó. Había ingresado a la universidad con un aire nuevo, con ideas frescas y un deseo genuino de explorar su entorno. No de manera descontrolada ni precipitada, sino con la intención de vivir sin ataduras.

Mientras hablábamos, María del Mar nos llevó a un detalle que no había mencionado directamente antes: su relación amorosa de aquel entonces. Poco después de su cirugía, su pareja y ella se separaron. No hubo drama ni reproches. Aún hoy, habla de él con respeto y gratitud. Fue alguien que la apoyó mucho, incluso después de la ruptura. Nunca intentó disuadirla de su decisión, pero tampoco la dejó sola.

Según nos cuenta, sus caminos simplemente dejaron de coincidir. No fue su elección de operarse lo que marcó el final de la relación; había señales previas de que el desenlace era inevitable.

Y, sin embargo, no pudo evitar notar una ironía en todo aquello: poco después de su cirugía, su expareja comenzó una nueva relación y tuvo una hija. Una coincidencia más de la vida, tal vez. Pero María no ve en su operación la causa de su pérdida amorosa. Aquello habría sucedido de todas formas.

Luego de este suceso, empezó una nueva relación y, por primera vez, consideró lo que era estar con alguien sin pensar en un compromiso futuro. Con "liberal", nos explicó, no se refería a la promiscuidad, sino a la ruptura de ciertas creencias arraigadas sobre el matrimonio y la vida en pareja. Simplemente, quería descubrirse sin las imposiciones con las que había crecido.

Pero entonces, algo cambió. María no supo decirnos cuándo exactamente, solo que, de repente, sintió que algo dentro de ella se quebraba. Como si la vida, en un acto repentino, hubiera tirado de los frenos y la hubiera obligado a detenerse.

Lo que siguió fue una caída. Un bajón emocional del que no pudo escapar fácilmente. Se vio atrapada en una montaña rusa de sentimientos en la que, irónicamente, perdió el control que siempre había defendido con tanto orgullo.

Fue entonces cuando tocó fondo. Nos confió que vivió un episodio de depresión severa, donde los pensamientos suicidas comenzaron a aparecer con demasiada frecuencia. Fue en ese momento cuando recibió un diagnóstico que le cambiaría la vida: depresión crónica. Inevitablemente, se preguntó si la cirugía había tenido algo que ver con ese desbalance emocional.

Pero, lejos de ser una sentencia negativa, este descubrimiento la llevó a buscar ayuda. La terapia se convirtió en un pilar fundamental para ella, un recurso al que sigue recurriendo hasta el día de hoy. En medio de su proceso, se enfrentaba también a la presión de la universidad.

Estudiaba Biología y Lenguas Extranjeras, y la tesis de grado que debía presentar en esta última se convirtió en un desafío abrumador. Independientemente de la estabilidad emocional de un estudiante, ese momento siempre es estresante. Para María, lo fue aún más.

Sin embargo, entre el caos, algo inesperado ocurrió. Durante ese proceso, comenzó a conocer a Dios. Su acercamiento a la fe le dio una fortaleza que antes no había experimentado. No dejó de asistir a terapia, pero al mismo tiempo encontró en la espiritualidad una nueva forma de sostenerse. Con el tiempo, su percepción sobre la vida —y sobre sí misma— cambió por completo. Hoy se considera una persona fuerte, con ganas de vivir y de descubrir el propósito para el cual fue creada. Asegura que ahora permite que sea Dios quien tome las riendas de su vida, escuchando cada palabra y consejo que Él le susurra.

Cuando consideramos preguntarle si su experiencia había sido positiva o negativa, si había estado cómoda con el procedimiento y si, en términos personales, había sentido satisfacción con su decisión, María respondió con calma, sin titubeos —Me gustó la experiencia —dijo, con una serenidad que dejaba entrever la seguridad de sus palabras—. El trato del personal hizo que todo fuera muy llevadero. Fueron amables, atentos. En ese sentido, mi proceso fue excelente.

Sin embargo, después de un breve silencio, añadió algo más —Quizá hizo falta algo —dijo, pensativa —. Alguna conversación, alguien más que hubiera estado empapado del tema. Cuando eres joven, eres muy receptivo a los impulsos que te da la vida.

Nos miró con una expresión que parecía debatirse entre la certeza y la nostalgia—Si aquella vez me hubieran enviado a psicología, tal vez las cosas habrían sido un poco diferentes. No porque estuviera insegura, sino porque creo que es un paso

fundamental en procedimientos como este, sobre todo cuando son irreversibles.

A medida que hablaba, su voz adquiría un matiz más reflexivo. Insistió en que las mujeres jóvenes, independientemente de lo seguras que se sientan de su decisión, deberían contar siempre con asesoría profesional. No para disuadirlas, sino para brindarles un espacio donde puedan expresar sus pensamientos sin presiones externas —Me hubiera encantado poder hablar con alguien en ese momento —admitió—. No porque dudara, sino porque a veces, simplemente, necesitas ser escuchada.

Trayendo la conversación un poco más al presente, María del Mar nos confesó que su manera de pensar ha cambiado profundamente. Ha decidido entregar su vida a Dios, pero no en el sentido de seguir las doctrinas rígidas de una iglesia, sino abrazando la verdadera palabra del Espíritu.

Antes, dice, intentaba tener el control absoluto de todo lo que la rodeaba, como si su voluntad pudiera moldear el curso de la vida sin tomar en cuenta que, al final, todos fuimos creados por nuestro Padre. Ahora, al mirar atrás, siente que ya no es la misma persona que aquella joven que entró al consultorio médico años atrás.

María continúa reflexionando. Piensa que muchas mujeres hoy en día buscan el empoderamiento, la independencia, convertirse en esa figura de "supermujeres" capaces de dominar cada aspecto de sus vidas. Lo dice con respeto, pero también con convicción: —Creemos que cada paso que damos es solo por nuestra cuenta... y no es así. Dios siempre está ahí, guiándonos, hablándonos, protegiéndonos. Somos sus hijas, después de todo.

Si en este momento, dice con firmeza, Dios considerara que ella sería una buena madre, aceptaría su voluntad con alegría. Ahora siente que en el futuro le gustaría serlo.

Sabe que la recanalización de las trompas de Falopio no siempre es efectiva y, además, es un procedimiento costoso. Pero eso no le preocupa. Nunca ha descartado la idea de adoptar. Está segura de que, para Dios, nada de eso sería un problema. Sin embargo, aclara que no pretende tomar las riendas de esa decisión por sí misma; más bien, deja que sea Él quien la guíe, aunque también asume plenamente la responsabilidad de las elecciones que ha tomado.

Continuando con la entrevista, le preguntamos: – Con el conocimiento que tienes ahora sobre el procedimiento y considerando la persona en la que te has convertido... ¿Habrías tomado la misma decisión?

María no titubeó ni un segundo –No. Su respuesta fue contundente. Hoy en día, su perspectiva sobre la sexualidad es completamente distinta. Explica que, más allá del procedimiento en sí, ahora entiende el cuerpo y la intimidad de

una manera diferente –En temas de higiene –añade–, ya una no puede estar dejando entrar a cualquiera.

Nos sorprende su franqueza, pero ella lo dice con total naturalidad. Nos cuenta que, incluso antes de conocer a Dios, su forma de ver las relaciones ya había cambiado. Después de su última relación informal, sintió un cierto desagrado que no quería volver a experimentar. Desde entonces, prefiere algo más estable, algo duradero.

–Tener sexo debe ser algo positivo para el cuerpo y la mente –afirma–. No se trata de arriesgarse. Yo puedo entregarme completamente a alguien... pero ¿y esa persona? ¿Se entregaría a mí de la misma manera? Nos lanza la pregunta al aire, sin esperar respuesta. En ese instante, tomó una decisión: permitiría que alguien la tocara solo si ese alguien estaba dispuesto a amarla, a admirarla, a caminar a su lado. Al reflexionar sobre ello, se dio cuenta de que su nuevo sentir no

era una imposición externa, sino algo que ya estaba alineado con lo que Dios enseña en su palabra.

—No tuve que cambiar nada —nos dice con una sonrisa—. Simplemente, todo encajó. Y así, concluye que ahora que ha aprendido a cuidar su sexualidad, no ve ninguna razón para haberse sometido al procedimiento. Sin embargo, no impone su visión a los demás. Nos dice que hay matrimonios felices con hijos donde la mujer sigue siendo fértil y, aun así, considera que deberían optar por la operación. Pero se detiene a sí misma y añade: —No soy nadie para decidir sobre la vida de otras mujeres. Solo es mi punto de vista. Asentimos. Entendemos su postura y lo que quiere decir.

Fue en este punto de la conversación cuando recordamos los viejos mitos que nuestras abuelas solían contarnos sobre la ligadura de trompas.

Con voz solemne, advertían que este procedimiento hacía que una mujer envejeciera más rápido, que engordara sin remedio o que perdiera por completo el deseo sexual. También decían que el período se volvería un caos, irregular y doloroso.

María del Mar, sin embargo, sonríe ante estas afirmaciones y las desestima con total seguridad —Son solo mentiras —nos dice con tranquilidad—. Yo nunca tuve ninguno de esos efectos. De hecho, me siento más viva, más joven y bonita que antes.

Y no lo dice en vano. Se le nota en la piel, en la mirada, en la energía con la que habla. Si algo la ha desgastado en estos años, asegura, no ha sido la cirugía, sino otros factores estresantes de la vida. Su menstruación, lejos de volverse irregular, es ahora más estable que nunca, algo que agradece profundamente. En cuanto a su cuerpo, lo entiende mejor que antes, y su deseo sigue intacto, sin cambios.

La curiosidad nos lleva a preguntarle: —¿Sientes que algo ha cambiado en tu cuerpo después de la ligadura? María se toma un momento antes de responder y, con sinceridad, admite que sí hubo un cambio, pero no en la forma en que muchos imaginarían. —Subí de peso —dice, encogiéndose de hombros—, pero no por la cirugía en sí.

Nos explica que este aumento se debió a alteraciones en su alimentación causadas por el estrés. Además, dejó de ir al gimnasio, lo que inevitablemente afectó sus hábitos y su rutina diaria. Antes solía ser más delgada, pero no atribuye este cambio a la ligadura, sino a circunstancias ajenas al procedimiento. Intrigadas, le pedimos que, desde su experiencia, nos hablara de los aspectos positivos y negativos de haberse sometido a la cirugía. María del Mar lo piensa unos segundos, y decide empezar por lo positivo.

Para ella, lo más importante fue sentir que tenía el control total sobre su cuerpo, su futuro y su vida. Nunca le gustó la idea de quedar embarazada sin haberlo decidido. Pero había un temor aún mayor que la perseguía: el de un embarazo producto de un abuso. —Ninguna mujer quiere pasar por eso —dice, con un tono más serio—. Y si eso llegara a ocurrir... la idea de un aborto me aterraba aún más. Hace una pausa, como si eligiera con cuidado sus palabras. —No es algo que una decida a la ligera. No es como si nos levantáramos un día y dijéramos casualmente: "Quiero un aborto".

Sacude la cabeza y agrega con firmeza: —Es una decisión extrema, cargada de dolor, y que deja muchísimos traumas. Sus palabras resuenan en el aire, dejando una sensación de reflexión en el ambiente. Nos queda claro que, para ella, la ligadura no fue solo un procedimiento médico, sino una elección que le permitió vivir con tranquilidad,

libre de miedos que la acechaban desde la juventud.

Sabe que, de no haber tomado esa medida, podría haber quedado embarazada sin desearlo, lo cual la hacía sentir que, de alguna manera, se estaba protegiendo de un futuro incierto. Para ella, la operación fue una forma de resguardarse a sí misma, de prevenir posibles consecuencias no planeadas.

Ahora, al mirar hacia atrás, María resalta que su perspectiva ha cambiado por completo. Hoy espera pacientemente hasta el matrimonio, y se ha enamorado de la idea de encontrar "a la persona correcta". El concepto de calidad ha cobrado un valor mucho más profundo en su vida, superando a la cantidad. Reconoce que, en su momento, no solo se cuidaba de relaciones inadecuadas, sino también de los riesgos más oscuros, como el miedo a ser abusada y, como consecuencia, quedar embarazada.

Este temor se volvió una sombra persistente en su mente, por lo que, en su interior, siente que no tiene nada que lamentar sobre su decisión. Nos pareció fascinante escuchar sus palabras, y la explicación de María del Mar dejó una sensación de satisfacción en el aire. No pudimos evitar pasar a la siguiente pregunta, guiadas por el deseo de entender aún más su historia. Queríamos saber si, en retrospectiva, hubiera sido aceptable para ella recibir acompañamiento psicológico al momento de solicitar la ligadura de trompas, considerando que en ese entonces se encontraba luchando con una depresión crónica. La pregunta pareció sorprenderla. Se tomó unos momentos antes de responder, reflexionando sobre su actitud en ese entonces. Con una sonrisa nostálgica, nos confesó que en aquella época era muy terca y cerrada.

. No hubiera permitido que ningún tipo de

intervención externa se interpusiera en su decisión, pues no estaba dispuesta a escuchar a nadie.

Para ella, las experiencias debían ser vividas en carne propia, solo así sería posible comprender el panorama completo y obtener una visión más clara.

Finalmente, María del Mar nos dice que no recomendaría el procedimiento a mujeres jóvenes. Cree que hay otras maneras de cuidarse, y no habla de anticonceptivos, sino de protegerse a nivel espiritual y personal. Con cierta seriedad en la voz, señala que, en la actualidad, la sexualidad se ha vuelto un tema trivializado, pero que, paradójicamente, sigue cargado de tabúes, lo que puede convertirlo en un arma de doble filo. Su madurez, reflejada en cada una de sus palabras, nos hace ver que es alguien cuya historia la ha llevado a una comprensión mucho más profunda de sí misma y del mundo que la rodea.

Y entonces, en un gesto que rompe un poco la solemnidad del momento, se ríe de sí misma y dice, con un brillo divertido en los ojos: —Al final, solo fui a terapia psicológica y leí la Biblia. Así fue como llegué hasta aquí—. Su risa es contagiosa, y nosotras también sonreímos. Porque, en el fondo, sabemos que su camino no ha sido tan simple como lo hace parecer.

Le agradecimos el habernos dejado entrar en su vivencia, valoramos la confianza que nos dio al respondernos con total honestidad, ella también mostró agradecimiento por haberle permitido que se expresara libremente y haber dado a conocer su nueva postura referente al tema, suponemos que le encantaría llegar a más jóvenes que tienen esta idea para que lo analizaran mucho mejor.

Capítulo 2

Saray: El Coraje de un Espíritu Inquebrantable

Abrimos la siguiente página, mostrándoles una nueva historia, una nueva crónica, una nueva narrativa en la que presentamos a Saray, una mujer con fortaleza en sus decisiones, llenas de valentía. Es importante saber su relato sin juzgar, simplemente entendiendo los grandes pasos que estas mujeres han dado para sí mismas, para su futuro, para su estabilidad y felicidad.

Saray es una mujer valiente, quien participa en el activismo social con un enfoque feminista, suele asistir a marchas y se preocupa por velar por los derechos de las mujeres.



Desde el primer momento, nos intrigó saber a qué edad había tomado la decisión de someterse al procedimiento. Saray, con un gesto pensativo, nos respondió que debió haber sido entre los 18 y 19 años. No lo recordaba con exactitud, pero sí tenía muy claro el motivo que la llevó a hacerlo. Nunca se sintió cómoda con los métodos anticonceptivos temporales, aquellos que muchas mujeres deben usar a lo largo de su vida sin mayores alternativas. Para ella, la carga siempre recaía en el mismo lado: las mujeres eran quienes asumían la mayor parte de la responsabilidad, quienes sufrían las consecuencias de la planificación, de la maternidad e incluso de la interrupción de un embarazo. La balanza nunca se inclinaba a su favor. Ese peso, esa sensación de saturación constante, la llevó a buscar una opción definitiva. La idea de ser madre no formaba parte de su horizonte, ni en ese entonces ni ahora.

Al enterarse de que el procedimiento era simple y accesible, su determinación se fortaleció. Sin embargo, admite que al principio enfrentó una dualidad natural, la incertidumbre que aparece cuando una decisión trasciende lo cotidiano. No era una simple elección entre blanco y negro, sino una decisión que marcaría su vida de manera irreversible.

Su mayor inquietud no era médica ni personal, sino familiar. Creció en un entorno tradicional, en una familia que hablaba con ilusión de nietos, de la importancia de la descendencia, del deber de extender el apellido y de la certeza de que, en la vejez, siempre habría alguien para cuidar de uno. Esas ideas la rodearon desde niña, formando parte de su educación y de las expectativas que otros tenían sobre su futuro. Pero con el tiempo, Saray empezó a ver las cosas de otro modo. Aquellas creencias que alguna vez parecían inquebrantables fueron perdiendo peso en su vida.

Comprendió que su camino era distinto, que la maternidad nunca había sido un anhelo para ella.

Saray se mostró amable y atenta desde el principio, respondiendo cada una de nuestras preguntas con paciencia y detalle. Nos contó que su decisión se fortaleció cuando, en su lugar de trabajo, llegaron funcionarios de Profamilia. En su charla informativa, explicaron los distintos servicios que ofrecían, y entre ellos mencionaron la ligadura de trompas. La exposición fue tan clara y detallada que, desde ese momento, comenzó a considerar seriamente la posibilidad de realizarse la cirugía.

Lo que más llamó su atención fue saber que este procedimiento podía ser cubierto por la EPS. La manera en que lo explicaban lo hacía parecer algo accesible y sencillo, lo que terminó de motivarla. Asentimos y le preguntamos por qué había optado por este método en particular, considerando que

existían muchas otras opciones para la anticoncepción. Saray entendió la pregunta y explicó que, hasta ese momento, había usado la píldora anticonceptiva sin experimentar efectos secundarios notables. Sin embargo, no le agradaba la idea de tener que planificar de forma indefinida, dependiendo de un método que, aunque no le causaba molestias, tampoco le resultaba cómodo. Además, algunas de sus amigas utilizaban otros métodos y le contaban experiencias desagradables, lo que reforzó su deseo de encontrar una solución definitiva.

Entonces, se preguntó por qué seguir conservando su fertilidad y exponiéndose a métodos que, aunque no lo percibiera, podrían estar afectando su cuerpo de alguna manera.

En cuanto tuvo esa claridad, su decisión se volvió firme: optó por la ligadura de trompas sin miedo ni dudas. De pronto, aquel futuro incierto dejó de intimidarla.

Saray reiteró que fue gracias a Profamilia que conoció este proceso, solo tenía que hacer una llamada, pedir una cita y, a partir de ahí, todo el trámite comenzaba. Así lo hizo, y en cuestión de semanas ya tenía una fecha programada. Le indicaron qué documentos debía llevar y le explicaron cada paso del procedimiento. Sin embargo, sí hubo una breve espera. Durante la consulta con la ginecóloga, le informaron que debía pasar al menos quince días antes de realizarse la prueba de embarazo, dado que había tenido intimidad recientemente. Era una medida de precaución, para asegurarse de que el resultado fuera negativo antes de proceder con la cirugía. Mientras le hacían los estudios, le explicaron en detalle lo que sucedería durante la operación, cuánto tiempo tomaría y cómo sería la recuperación. Al ser un procedimiento ambulatorio, debía seguir ciertas indicaciones para evitar complicaciones.

Saray nos contó que nunca encontró trabas ni invalidaciones a su deseo de operarse. Los médicos le explicaron que la ligadura de trompas podía no ser reversible y le detallaron las implicaciones físicas de la cirugía. Sin embargo, notó que nadie abordó el aspecto psicológico del procedimiento. No hubo recomendaciones para acudir a terapia o a trabajo social, ni un espacio para hablar de cómo esta decisión podía impactar emocionalmente su vida a largo plazo. Así, entre explicaciones médicas y trámites administrativos, Saray avanzó en su decisión con determinación. Había tomado el control de su futuro, sin miedo, sin dudas y con la certeza de que estaba haciendo lo mejor para sí misma.

Nos dio curiosidad saber a quiénes les había contado sobre su decisión. Saray, con naturalidad, nos respondió que solo se lo había dicho a una tía y a una prima.

Cuando preguntamos por sus padres, su expresión cambió levemente. Nos contó que su madre había fallecido años atrás y que, a su padre, aunque seguía con vida en ese momento, prefirió no mencionárselo.

Recordaba con claridad la reacción de su tía y su prima. Al principio, se sorprendieron—no era algo que se escuchara todos los días—, pero pronto su sorpresa dio paso a una actitud comprensiva. Le hicieron preguntas, querían asegurarse de que había pensado bien su decisión, de que realmente estaba convencida. Y cuando notaron que su postura se mantenía firme, simplemente aceptaron su elección sin más objeciones.

Saray hizo una breve pausa antes de añadir que nunca sintió que la presionaran para cambiar de opinión. Creía que sus preguntas no eran una forma de insistencia, sino más bien un intento de tranquilizar cualquier nerviosismo que pudiera sentir. Aun así, reflexionó en voz alta que,

aunque ella estaba completamente segura, no todas las mujeres lo están al cien por ciento al tomar una decisión como esta.

También nos habló sobre la actitud del personal médico que la atendió al inicio del proceso. No le sugirieron qué decir ni cómo actuar. No intentaron influir en su forma de pensar. Se limitaron a mantener un enfoque profesional, con límites claros entre paciente y médico. En ningún momento sintió apoyo emocional, pero tampoco encontró resistencia ni juicios. Para ellos, su cirugía parecía un trámite más, como si fuera una cita médica de rutina. Pero nosotros no pudimos evitar preguntarnos: ¿debería ser así? Tal vez no se trataba de un problema, pero tampoco era un procedimiento menor que pudiera pasarse por alto sin más.

Cuando le preguntamos por el día de la cirugía, Saray respondió con paciencia, como si repasara mentalmente cada momento.

Todo transcurrió con normalidad.
Desde el instante en que ingresó, el personal le explicó el procedimiento con un tono neutral y respetuoso. No hubo comentarios fuera de lugar, ni intentos de persuadirla de otra cosa.
Eso sí, la espera fue larga. Pasó alrededor de dos horas en la sala antes de ser llamada. Sin embargo, entendía que era un tiempo habitual en procedimientos médicos y no le pareció extraño.
Cuando finalmente entró a cirugía, el equipo médico continuó explicándole cada paso con detalle: qué debía hacer, qué iban a hacer ellos, qué podría llegar a sentir. Fue una comunicación meticulosa, pensada para darle tranquilidad.
Le advirtieron que, tras la intervención, podría experimentar algunos síntomas, ya sea por la cirugía en sí o por la anestesia. No era nada fuera de lo común. También le indicaron la sala donde debía permanecer en observación hasta que se sintiera lo suficientemente estable para

marcharse. No la dejarían ir sola; su acompañante debía estar presente en el momento del alta. Antes de salir, le dieron instrucciones precisas sobre su recuperación: qué cuidados debía tener, qué alimentos eran recomendables y cómo manejar cualquier molestia.

—¿Quién te acompañó ese día? —preguntamos.

Hasta ese momento, no había mencionado a nadie más. Entonces, con una pequeña sonrisa, nos habló sobre su pareja y nos contó que aún seguían juntos. Retomó su relato, detallando el momento en que le administraron la anestesia. Nos confesó que le provocó vómitos y mareos, lo que le dificultó conciliar el sueño durante la cirugía. Pero más allá de esa incomodidad, todo transcurrió según lo esperado.

Cuando se sintió mejor, llamaron a su acompañante y finalmente pudo marcharse. Una vez en casa, descansó. La recuperación fue tranquila.

No sintió la zona de la cirugía demasiado incómoda, el dolor era soportable y, para su sorpresa, podía caminar sin mayores dificultades. Así, poco a poco, su cuerpo sanó. Y con él, se disiparon todas sus preocupaciones, quedando con una sensación de paz y tranquilidad por hacer lo que consideraba acertado.

Pasados unos quince días, Saray comenzó a sentirse más recuperada. Poco a poco, retomó su rutina sin demasiado esfuerzo, aunque aún con ciertas precauciones. Asegura que, hasta el día de hoy, nunca ha experimentado ninguna molestia ni ha sentido algo extraño en la zona de la cirugía. Con el paso de los años, su cuerpo se ha mantenido estable, sin cambios inesperados ni secuelas.

Nos cuenta que fue muy cuidadosa con su recuperación. Siguió al pie de la letra todas las recomendaciones médicas,

evitando hacer esfuerzos y respetando los tiempos de reposo. Durante esos días, sintió una leve tensión en el estómago, lo que la obligó a moverse con calma, sin apresurarse. La empresa donde trabajaba le otorgó la incapacidad necesaria, lo que le permitió sanar sin preocupaciones. Y en todo ese proceso, su novio fue un pilar fundamental, brindándole apoyo y cuidados constantes.

Al hablar de su pareja, Saray nos confiesa que, a lo largo de todo este tiempo, él nunca ha cambiado su actitud hacia ella. Su relación sigue siendo la misma: estable, amorosa, sin alteraciones. Nos revela que su novio tampoco desea tener hijos, al menos por ahora. Aunque ella no puede evitar preguntarse si algún día él cambiará de opinión, él la tranquiliza asegurándole que, en este momento de sus vidas, la paternidad no es un deseo presente.

Le preguntamos si su decisión había afectado de alguna manera sus relaciones personales: familia, amigos, pareja o cualquier otra persona que supiera sobre su procedimiento. Su respuesta nos sorprendió por la felicidad con la que la expresó. No solo no enfrentó críticas o rechazo, sino que, al contrario, muchas mujeres a su alrededor la felicitaron por su valentía. Admiraban su determinación, y algunas incluso comenzaron a considerar la opción para sí mismas. Sin embargo, muchas de ellas aún sentían temor ante la posibilidad de arrepentirse en el futuro. Aun así, Saray se convirtió en una especie de inspiración para ellas.

Cuando le pedimos que desmintiera algún mito o creencia errónea sobre la ligadura de trompas, fue clara y contundente. No subió de peso, no dejó de menstruar, no envejeció más rápido, no perdió el deseo sexual y su salud sigue en excelentes condiciones.

Desde la primera consulta, la doctora le explicó con precisión qué cosas eran ciertas y cuáles no, disipando cualquier temor o desinformación. Hasta el día de hoy, después de tres o cuatro años, puede afirmar con certeza que nunca ha experimentado ninguno de los efectos negativos que algunas personas suelen asociar con este procedimiento.

Incluso, nos confiesa que su energía sexual aumentó. Para ella, la sensación de libertad que vino con la certeza de no poder quedar embarazada fue algo transformador. Ya no existían "días fértiles" ni preocupaciones constantes. Su cuerpo, su vida y su sexualidad estaban ahora completamente bajo su control.

Curiosamente, aunque la cirugía no trajo cambios físicos notorios, sí despertó en ella una nueva sensibilidad hacia la maternidad. No porque deseara ser madre, sino porque, de alguna manera, comenzó a observar con más atención a las

mujeres embarazadas y a los niños a su alrededor. Ahora, cuando ve una madre con su hijo, se detiene a mirar la escena con cierto interés, con una ternura que antes no experimentaba. No es que haya cambiado de opinión sobre su decisión, pero sí ha aprendido a apreciar la maternidad de una manera distinta, con más empatía.

Cuando le preguntamos si sintió algún otro cambio tras la cirugía, negó lo segundo, pero se detuvo a reflexionar sobre lo primero. No hubo transformaciones visibles, pero sí un cambio en su percepción sobre su propio cuerpo. Antes, la menstruación era para ella una molestia, un castigo, algo negativo que debía soportar. Ahora, la ve como parte de su naturaleza, como un signo de salud, algo que su cuerpo hace porque así debe ser. Con el tiempo, ha aprendido a abrazar su feminidad desde un lugar más sereno y reconciliador.

Los mayores cambios, nos dice, no ocurrieron en su físico, sino en su forma de verse a sí misma. Su relación con su cuerpo, su sexualidad y su libertad han tomado un nuevo significado. Para ella, la sexualidad ahora es un espacio sin miedos ni restricciones, algo que puede vivir con plenitud, sin el peso de preocupaciones innecesarias.

Ya casi al final de nuestra entrevista quisimos conocer la decisión de Saray, de si volvería a elegir la experiencia del procedimiento o si lo evitaría a toda costa. Saray no lo dudó, más segura que en cualquier otra de sus respuestas solo nos dijo –sí, lo volvería a hacer.

Sonreímos, nos pareció gracioso la seguridad que con la que nos respondió, y la respuesta tan corta. Quisimos saber entonces, si algo hubiese cambiado de haber recibido alguna guía profesional, si hubiese hablado con un psicólogo en ese momento, ¿Habría tomado la decisión que prefirió?

Saray duda de esto, pues, quizá sí puedo haber cambiado, continuó, como quizá pudo haber generado algún temor en ella, puesto que a lo mejor no lo hubieran tomado desde un ángulo profesional e imparcial. Pero sin ánimos de acusar a nadie, puede simplemente haber pasado algo tranquilo y ella haber cambiado de opinión o simplemente pudo haber postergado su operación, nos sigue repitiendo que su decisión no estuvo mal en ese momento, sin embargo, siente que no hubiera estado de más que la hubieran mandado al psicólogo. Esos apoyos profesionales la mayor parte del tiempo ayudan. Por lo que aconseja durante nuestra entrevista que quisiera que emplearan esto para futuras jóvenes que quieran practicarse esta operación, no porque tuvo mala experiencia, sino porque no todas tienen clara su decisión.

Al final, le pedimos que nos contara cómo se siente hoy, después de todo el proceso, después de todos estos años.

Su respuesta es inmediata y genuina: se siente feliz. No hay en ella rastro de dudas ni arrepentimiento. Todo ha sido tranquilo, sin conflictos internos, sin negatividad a su alrededor. Saray está en paz con la decisión que tomó y, al escucharla hablar con tanta seguridad, resulta imposible no creer que, en efecto, eligió el camino correcto para ella.

Capítulo 3

Andrea: Decisiones Firmes en un Mundo de Tradiciones

Es tiempo de una nueva narrativa y que por medio de esta podamos educarnos sobre temas que son ignorados, que tomamos como simples o chistosos, pero que realmente son relevantes, miremos más profundamente en el mar del conocimiento, aprendamos a nadar en él, incluso, sumerjámonos en esta siguiente crónica.

Andrea es una mujer muy seria, organizada y calculadora con sus asuntos personales, su forma de expresarse denota mesura y templanza. Actualmente se encuentra viviendo en Canadá con su pareja.



Andrea nos recibió con bastante amabilidad, nos hizo sentir cómodas y en mucha confianza, es bueno cuando nos dejan entrar a un territorio que quizás ellas hayan decidido tener guardado por temas personales o porque consideran que no serán respetadas sus decisiones pasadas o el viaje que ellas decidieron tener.

En este caso Andrea nos relata su vivencia...Al iniciar la entrevistase quedó en silencio por unos instantes, como si repasara mentalmente cada etapa de su vida antes de responder. Finalmente, nos contó que desde los 15 años había comenzado a pensar en la posibilidad de no tener hijos. Aunque, al pensarlo bien, creía que quizás esa idea había surgido en su mente incluso antes. Sus palabras nos sorprendieron, pues hasta ahora, era la persona más joven que nos hablaba con tanta certeza sobre esta decisión.

Andrea creció en una familia tradicional, con creencias católicas muy arraigadas. Todos en su entorno seguían el mismo camino: pareja, boda, estabilidad emocional y, por supuesto, hijos y nietos. Pero ella nunca sintió afinidad con esa visión de la vida. "Creer en Dios y en sus mandamientos es algo hermoso", nos dijo en un tono reflexivo. "Pero el tema de los hijos no es superficial, aunque la gente quiera hacerlo ver así".

Desde muy joven, comprendió que criar a un hijo no se limitaba a lo económico. Lo más difícil, lo que casi nadie mencionaba, era la responsabilidad emocional y psicológica que implicaba traer una nueva vida al mundo. Andrea había escuchado demasiadas historias turbias, demasiados relatos de niños que crecieron con traumas profundos. "Quizá yo no sería el origen del trauma de mi hijo", nos explicó, "pero eso no significa que esté a salvo. Hoy en día, los niños son blanco de tanta violencia, de tanto dolor...

No me parece justo traerlos a un mundo tan decadente".

Además, había algo más. Algo más profundo, más personal. "Si yo, estando conmigo misma, no encontraba motivación en la vida, si no podía sentir paz ni felicidad por mi cuenta... ¿cómo podría esperar que un niño llenara ese vacío? No es justo ponerle un peso tan grande a alguien que ni siquiera ha pedido nacer".

Desde esa época, Andrea había compartido sus pensamientos con sus padres, quienes reaccionaron con preocupación. Le aconsejaron que se tomara su tiempo, que esperara antes de tomar una decisión tan drástica. No le dijeron que no, pero sí le pidieron paciencia. Andrea aceptó, aunque no porque tuviera dudas, sino porque sabía que, de cualquier forma, a esa edad no era posible realizarse la cirugía

Las primeras personas en enterarse de su decisión fueron sus padres.

Su padre, un hombre que soñaba con una familia numerosa y esperaba con ansias convertirse en abuelo, no estuvo de acuerdo. Andrea era muy cercana a él, y aunque sintió su desilusión, nunca percibió que la estuviera rechazando. Simplemente, él expresó su deseo de tener nietos todas las veces que pudo. Su madre, por otro lado, tampoco aprobaba la decisión, pues la consideraba demasiado extrema. Sin embargo, jamás se interpuso. Como madre, su prioridad era apoyar y cuidar a su hija, sin importar si compartía o no su punto de vista.

Ambos le aconsejaron que esperara a tener pareja, que tal vez con el tiempo cambiaría de opinión. Andrea, aunque segura de lo que quería, les dio ese voto de paciencia. No lo hizo porque dudara, sino porque los respetaba y prefería hacer las cosas con calma. Fue en ese tiempo cuando conoció a su esposo . El destino, en un giro curioso, le presentó a alguien que ya había tomado una decisión similar:

él se había realizado la vasectomía dos años antes de conocerla. Para Andrea, aquello fue casi una señal, una confirmación de que estaba en el camino correcto. Si él ya había dado ese paso, ¿por qué ella no habría de hacerlo? Cuando le preguntamos por qué había decidido operarse si su esposo ya estaba esterilizado, su respuesta fue serena. No se trataba solo de la relación, sino de ella misma. Desde que lo conoció, había continuado usando el implante subdérmico. Nunca dejó de planificar, porque la idea de ser madre le era completamente ajena. Para ella, evitarlo por todos los medios era una prioridad. Aunque el método anticonceptivo que utilizaba nunca le causó molestias, llegó un punto en el que no quiso seguir dependiendo de agentes externos. Quería tener el control absoluto sobre su cuerpo y su destino. Por lo que, a sus 22 años, sintió que había esperado lo suficiente.

Seguía convencida de su decisión, así que solicitó su primera cita en la clínica para obtener la autorización necesaria. Sabía que el proceso no sería sencillo, pero estaba dispuesta a recorrerlo. Tomó las riendas de su vida y cerró, con determinación, cualquier posibilidad de que su destino fuera distinto al que ella misma había elegido.

Cuando tomó la decisión, simplemente agendó su cita médica. No recibió asesoría ni orientación previa, solo la validación necesaria para proceder con la cirugía. Sabía de casos en los que las pacientes eran derivadas a psicología antes de obtener la aprobación, pero ella no atravesó por ese filtro. Para Andrea, este paso, que podría ser relevante en algunos casos, parecía más un trámite innecesario en su situación.

Nos cuenta con detalle cómo fue su conversación con el médico que debía autorizar el procedimiento.

En lugar de limitarse a la parte clínica, él intentó persuadirla para que desistiera. Le advirtió que tal vez nunca encontraría un hombre que aceptara estar con ella si no podía tener hijos. Cuando Andrea le respondió que estaba casada, el doctor cambió su argumento: "¿Y si terminas con tu pareja y te enamoras de otra persona?". En ese momento, se sintió atacada, como si su decisión no tuviera validez. Sin embargo, al analizarlo con el tiempo, admite que tal vez su reacción fue más emocional que racional. Aun así, sigue creyendo que el comentario fue innecesario.

Pero aquel no fue el único intento de disuasión. Al reunirse con otro médico para la evaluación final, la conversación tomó un giro más personal. Él le habló desde su experiencia como padre, asegurándole que tener hijos era lo más hermoso de la vida. Le contó sobre su propia vivencia y le advirtió que podía arrepentirse.

Andrea recuerda que, en lugar de hacerla dudar de su decisión, aquella charla solo la hizo sentir invalidada.

"Un médico no debería imponer su visión personal en un proceso que debería ser estrictamente clínico", nos dice con determinación. Para ella, los hijos no son simplemente "algo bonito", una decoración o un ideal romántico, sino una responsabilidad enorme.

El doctor insistió en que los niños son un gran motor para salir adelante, pero fue en ese momento cuando Andrea sintió que debía poner límites. Le dejó en claro lo que quería y, finalmente, él aceptó su decisión. Aunque el proceso fue relativamente corto, lo sintió desgastante. No debería haber tenido que "convencer" a un profesional de la salud para que respetara su autonomía.

Cuando finalmente obtuvo la orden para la cirugía, comenzó el proceso habitual dentro del sistema de salud.

Fue remitida de una clínica a otra y, antes de la operación, tuvo que asistir a una consulta con el anestesiólogo.

. Allí evaluaron si era apta para el procedimiento y le realizaron una prueba de embarazo para descartar cualquier riesgo.

El día de la cirugía, Andrea llegó a la clínica acompañada de su madre, pues era la condición para que la apoyara en el proceso. Siguió el protocolo habitual: le entregaron la bata y la ubicaron en la sala de espera. Mientras aguardaba, varias enfermeras le explicaron lo que ocurriría paso a paso: cuánto demoraría la intervención, qué debía esperar en su recuperación y cuáles serían las primeras sensaciones tras la cirugía.

Fue en esa sala donde vivió una experiencia entre incómoda y graciosa, a su parecer. A su alrededor había varias mujeres esperando la misma cirugía, pero la mayoría de ellas ya tenían varios hijos.

En un intento de hacer más amena la espera, comenzaron a conversar sobre sus vidas y, naturalmente, el tema de la maternidad surgió. Una a una, fueron mencionando cuántos hijos tenían. Cuando llegó el turno de Andrea, todas se sorprendieron al saber que se iba a operar sin haber tenido ninguno.

De inmediato, trataron de hacerla cambiar de opinión. "Los hijos son lo mejor del mundo", decían con fervor. "Eres muy joven, deberías pensarlo mejor", le aconsejaban. "Dios nos hizo para tener hijos". Pero lo más irónico de la situación era que, momentos antes, esas mismas mujeres se habían quejado de lo agotadora que era la maternidad. Entre risas y suspiros, habían compartido historias sobre noches de insomnio, jornadas interminables y el cansancio acumulado de años. Y, sin embargo, ahora le decían a Andrea que debía pasar por lo mismo.

Ella no se molestó con estas mujeres, pero le pareció contradictorio que, después de describir su agotamiento y caos emocional, insistieran en que ella debía seguir el mismo camino. Más que enojo, sintió fastidio. ¿Por qué alguien que no quiere tener hijos sigue siendo tan cuestionado? Entre tantas frases repetidas a lo largo del proceso, hubo dos que se grabaron en su memoria: "Vas a quedar sola si no tienes hijos" y "ningún hombre va a querer estar contigo porque no podrás tenerlos". Para Andrea, aquella espera se hizo interminable. No solo porque estaba a punto de someterse a una cirugía, sino porque tuvo que escuchar una avalancha de opiniones que nunca pidió ni necesitaba. Si bien la situación tuvo un tinte cómico, también se tornó incómoda cuando su simple "no quiero tener hijos" no fue suficiente para que la dejaran en paz.

Finalmente, la cirugía transcurrió sin inconvenientes.

Su recuperación fue como la de cualquier otro procedimiento: reposo absoluto durante 15 días, medicación para el dolor y puntos que se caerían por sí solos, lo que evitó una visita adicional a la clínica. Los primeros días fueron incómodos, pero el dolor fue manejable. Solo descansó una semana antes de reincorporarse al trabajo, aunque con movimientos más pausados. Al tercer día, la molestia había disminuido considerablemente y, en general, la incomodidad solo duró la primera semana.

Ahora, Andrea recuerda todo el proceso con cierta distancia. No fue fácil, pero tampoco imposible. Lo que más le pesó no fue la cirugía en sí, sino la necesidad constante de justificar su elección. Aun así, sigue firme en su decisión. No se arrepiente, no duda. Y, sobre todo, no permite que las voces ajenas definan lo que ella sabe que es mejor para su vida.

Para Andrea, el proceso de someterse a la cirugía no estuvo exento de dificultades. Si bien el dolor físico fue un obstáculo esperable, lo que realmente la afectó fue la constante necesidad de callar su decisión, de evitar conversaciones incómodas y discursos repetitivos de quienes la juzgaban sin entender su punto de vista.

Con el tiempo, la madre de Andrea terminó por aceptar su decisión. Más aún, llegó a felicitarla por haber tomado la iniciativa de operarse antes de enfrentarse a la maternidad. "Tener hijos no es fácil", le dijo un día. "Aunque nadie lo mencione, siempre te cambian los planes, para bien o para mal".

Para Andrea, la vida siguió su curso sin mayores alteraciones. Aquellos a quienes les había contado la apoyaban, y sus amigas, lejos de cuestionarla, sintieron curiosidad. Al ver lo bien que se sentía con su decisión, algunas incluso comenzaron a considerar el tema con otros ojos.

Cuando le preguntamos sobre la recuperación, se quedó pensativa por un momento antes de responder. Nos habló del dolor, algo que no solo ella había experimentado. Sabía de otras mujeres que habían pasado por lo mismo, incluso conocía a alguien que había quedado con molestias permanentes tras la operación. Sin embargo, nunca sintió miedo. Aun con la incertidumbre de si le ocurriese algo similar, siguió adelante con la cirugía. Con una sonrisa divertida, nos confesó que, si pudiera, se la haría diez veces más. Su risa fue contagiosa, y nosotros la seguimos. Era asombroso ver a alguien tan segura de una decisión tan trascendental. Escucharla hablar con tanta tranquilidad nos transmitía una inesperada sensación de paz.

En cuanto a los cambios físicos, Andrea reconoció que sí hubo uno: un dolor persistente en la zona donde le realizaron la intervención. No era algo insoportable ni constante, pero a veces reaparecía

sin previo aviso y le duraba unos cinco minutos.

Como persona activa en los deportes, al principio esto le preocupó. Temía que aquella molestia le impidiera seguir con su rutina. Sin embargo, tras múltiples exámenes médicos, los resultados no mostraron ninguna anomalía. Con el tiempo, aceptó que aquel malestar era una consecuencia de la cirugía. Para su alivio, descubrió que, al ejercitarse, el dolor disminuía considerablemente.

Nos contó también sobre una conocida que había pasado por lo mismo, aunque con una técnica diferente: en su caso, la ligadura se realizó mediante un corte abdominal, similar al de una cesárea. Sin embargo, el resultado fue el mismo. Ella también experimentaba molestias en la misma zona, aunque de manera más intensa. Tanto así, que tuvo que someterse a otra cirugía para investigar la causa del dolor.

Andrea, por su parte, prefirió no optar por procedimientos adicionales. Para ella, era algo con lo que podía vivir.

Más allá de lo físico, sentía que su vida no había cambiado en ningún otro aspecto. Lo único que a veces la hacía dudar era si debía contarle a la gente sobre su operación. A pesar de los avances en la sociedad, el tema seguía siendo un tabú. No todo el mundo lo entendía ni lo aceptaba, y a menudo se encontraba en debates agotadores con quienes le llevaban la contraria. No cualquiera ofrecía un espacio seguro para hablar de ello, y eso le hacía cuestionarse si valía la pena compartirlo.

Antes de despedirnos, Andrea quiso dejar un mensaje para quienes estén considerando tomar el mismo camino. Para ella, informarse bien era fundamental. No solo a nivel médico, conociendo las contraindicaciones y los efectos secundarios, sino también desde el aspecto psicológico. Creía firmemente que la terapia debía ser parte del proceso.

No hablaba desde su experiencia personal, pues nunca sintió la necesidad de acudir a un especialista, pero sí como una advertencia para quienes pudieran necesitarlo.

"No hay que verlo como un atajo ni como una moda", nos dijo con seriedad. "Si esto es lo que realmente quieren, adelante, pero hay que estar seguras. Y si hay dudas, mejor esperar. Es una decisión que no se debe tomar a la ligera". "La cultura cambia", continuó. "Las normas morales también, pero no siempre para bien. Por eso es tan importante detenerse a pensar, asegurarse de que es una decisión propia y no algo influenciado por lo que vemos en los demás. No hay que seguir tendencias cuando se trata de nuestra vida".

Reconoció que, aunque ella hubiera pasado por terapia, su postura no habría cambiado. Sin embargo, no veía mal que alguien fuera enviada a un proceso de acompañamiento psicológico.

No había que verlo como algo negativo, pues, aunque en su caso no habría hecho diferencia, para otras personas podría marcar la línea entre una elección acertada y una tragedia.

Y con esa reflexión, Andrea nos dejó con la certeza de que, más allá del tabú, más allá de las opiniones ajenas, la verdadera clave era tomar decisiones desde la seguridad y la plena conciencia.

Nos despedimos, sintiendo que cada palabra que nos dijo hizo que cobráramos nuevas ideas y opiniones, y claro, esperando, que no quede solo entre nosotras, sino que vaya a cada mujer independiente de sus deseos maternales o no.

Capítulo 4

Laura: Radicalmente Auténtica

En la actualidad el deseo de control sobre el propio cuerpo aún se enfrenta a miradas inquisitivas, las mujeres que eligen hacerse la ligadura de trompas desafían un estigma profundamente arraigado.

La burocracia médica se convierte en un laberinto de dudas y preguntas, validando sus decisiones solo si cumplen con ciertos "requisitos". Pero, ¿por qué se cuestiona su deseo? A menudo, son vistas como inmaduras o egoístas, cuando en realidad, buscan autonomía.

Estas crónicas revelan un viaje hacia la liberación personal, donde el verdadero desafío radica en romper las cadenas de una sociedad que aún no acepta que una mujer puede decidir su futuro sin justificaciones. A continuación, en la siguiente entrevista conoceremos a Laura, quien nos narrará la perspectiva de su historia.

Laura es una mujer muy alegre y extrovertida, a quien le encanta viajar con frecuencia y asistir a conciertos. Se dedica a la docencia y le encanta trabajar con niños. En su expresión corporal, suele gesticular bastante al hablar y sus ojos se cierran cuando sonríe.



Laura tenía muy claras sus razones para someterse a la cirugía. Para ella, el mundo estaba en decadencia: la moralidad parecía disolverse, las leyes eran cada vez más irrespetadas, y las nuevas generaciones crecían sin identidad ni respeto por los demás. Sentía que no había seguridad en ninguna parte y que, aun si fuera la mejor madre, el entorno social podría influir en su hijo y llevarlo por caminos que ella no deseaba. No quería que su descendencia experimentara lo que era vivir en un mundo alocado e incierto.

A pesar de que su propia infancia había sido bonita y relativamente tranquila, Laura no tenía garantías de que sus hijos tuvieran la misma suerte. Los niños, pensaba, se habían convertido en blanco de violencia y de un lavado de cerebro que distorsionaba los valores inculcados por sus familias.

Sentía que la sociedad había perdido la claridad sobre lo que era bueno o malo, y que la ética cambiaba con una facilidad desconcertante. "Lo que hoy está mal, mañana está bien y viceversa", decía, "como un círculo vicioso. Si para un adulto ya es difícil comprender esto, imagínense para un niño...".

Pero su decisión no solo respondía a una cuestión social. Laura tenía muchas metas, muchos proyectos personales, y no estaba dispuesta a sacrificarlos por nada ni por nadie. Antes de pensar en formar una familia, quería realizarse como persona y asegurarse de que su vida siguiera el camino que ella había elegido. No quería dejar nada al azar ni caer en "accidentes". Su libertad era suya y solo la cedería si así lo decidía, pero este no era el caso. Por eso, optó por la opción más radical: la cirugía. .Su familia, aunque al principio le sugirió que lo pensara mejor, terminó por aceptar su elección sin oponerse.

Su padre, quien más anhelaba tener nietos, nunca fue un obstáculo en su camino. Laura entendía lo que implicaba la maternidad. Amaba estudiar y trabajar, y sabía que los hijos requerían tiempo, dedicación y atención. Recordaba cómo su madre había tenido que dejar sus propios sueños para poder criarla mientras su padre trabajaba. En su época, las parejas podían hacer ese tipo de acuerdos, pero ahora la situación económica era diferente. Ambos padres debían trabajar, y dejar a los niños con los abuelos o contratar niñeras, ya no era una opción viable. Para Laura, si decidía algo, debía asumir la responsabilidad total de su elección.

Cuando le preguntamos cuántos años tenía cuando tomó la decisión, respondió con cierta duda: "Creo que 23".

Era normal olvidar algunos detalles con el tiempo. Pero lo que nunca olvidó fue el motivo por el que descartó los anticonceptivos tradicionales:

los consideraba invasivos y dañinos para la salud. Sufría de migrañas, y los métodos hormonales solo empeoraban su calidad de vida. No quería depender de ellos para siempre, especialmente porque nunca había querido hijos. Para ella, la maternidad simplemente no formaba parte de su futuro. Así que, en lugar de seguir llenando su cuerpo de hormonas, decidió someterse a la ligadura de trompas. Sabía que para algunos sería una decisión radical, pero para ella era la única que tenía sentido.

Nos contó, con una sonrisa divertida, que todo empezó de manera casi casual. Una compañera de estudios estaba investigando sobre la ligadura de trompas a través de Profamilia, y al tener dudas sobre el proceso, acudió a Laura. Ella le explicó lo poco que sabía y, al final, su amiga le mencionó que había pedido una cita para un día en particular. Sin pensarlo demasiado, Laura decidió acudir a los días siguientes.

Para su sorpresa, le dieron la cita ese mismo día. Cuando comenzó el trámite, pensó en hacerlo a través de su EPS, pero el médico que la atendió le advirtió que el proceso por esa vía era complicado, lleno de trabas y requisitos exagerados. Le recomendó que fuera a Profamilia, donde respetaban la decisión de las mujeres sin juzgarlas. El doctor, al verla tan segura y madura en su determinación, le dio el consejo con total naturalidad.

Laura no recibió asesoría psicológica. Su proceso inició aquella conversación con su amiga y luego con su primera consulta médica. Aunque había comenzado el trámite junto con su compañera, por alguna razón esta última no pudo asistir a la primera cita, así que Laura continuó sola.

El proceso avanzó rápido. A diferencia de otras mujeres que habían pasado por la EPS y debían cumplir con requisitos más estrictos, a ella nunca la remitieron a psicología.

—¿En qué año te hiciste la cirugía? —le preguntamos. —En 2018 —respondió sin dudar. —¿Tuviste que asumir el costo de la operación? —No pagué nada. En ese momento tenía el seguro del SISBEN. Fui, me explicaron el proceso y de una vez me dieron la cita. Profamilia tiene convenios con algunas EPS, así que el servicio era gratuito.

Cuando le pedimos que nos contara más detalles sobre su experiencia, Laura describió cada paso con calma y precisión. Nos contó que en la clínica había mujeres jóvenes como ella que también habían optado por la ligadura porque no querían tener hijos. Pero también estaban aquellas que ya eran madres, que llegaron acompañadas de sus esposos e incluso con sus hijos. Laura nunca sintió juicios ni comentarios en contra de su decisión. Al contrario, todo el proceso fue respetuoso y sereno. Nos habló del personal médico, que la trató con amabilidad y profesionalismo.

Llegó al hospital a las cinco de la mañana, como le habían indicado, y el procedimiento se realizó por orden de llegada, aunque dieron prioridad a dos mujeres que tenían bebés.

El ambiente era tranquilo. Las pacientes se colocaban la bata, guardaban sus pertenencias y esperaban su turno. Mientras tanto, el personal se acercaba a explicarles nuevamente el procedimiento y el tiempo que duraría. Laura nos contó que el proceso se realizó a través del ombligo y que, tras la cirugía, las hicieron vestirse para evaluar su reacción a la anestesia. Debían beber jugo y comer unas galletas neutrales; si vomitaban, debían esperar más tiempo. Si no, podían irse. Ella fue la primera en despertar, la primera en comer sin inconvenientes y la primera en marcharse. Las enfermeras quedaron sorprendidas por la resistencia de su cuerpo.

Antes de salir, le explicaron detalladamente cómo debía cuidarse durante la recuperación. Le entregaron la información por escrito y se aseguraron de que todo estuviera claro. Laura valoró mucho la meticulosidad con la que se manejó el proceso y el respeto con el que fue tratada. Nadie intentó hacerla cambiar de parecer. En todo caso, los médicos solo reafirmaron lo que ella ya había investigado por su cuenta. Antes de decidirse, estudió el tema a fondo: leyó libros, artículos, vio videos y habló con su amiga. Analizó los pros y los contras con seriedad. Y cuando llegó el momento, no tuvo dudas.

Ahora, años después, sigue convencida de que tomó la mejor decisión para su vida. Y aunque algunos puedan considerarla radical, para ella no había otra opción. Era su cuerpo, su futuro, su elección. Laura recuerda su operación con una mezcla de asombro y resignación, ya que al ser el primer procedimiento quirúrgico al que se sometía,

en aquel momento, no comprendía del todo la importancia del reposo y, movida por la urgencia y el amor a su mascota, salió ese mismo día a la veterinaria. El esfuerzo le costó caro: un dolor intenso la golpeó y su estómago se inflamó. Poco después, los puntos comenzaron a infectarse. Una enfermera, tras examinarla, comentó que los puntos estaban enterrados y que había que retirarlos. Sin anestesia, el procedimiento resultó más doloroso que la misma cirugía. Laura lo soportó estoicamente, aunque reconoció que el sufrimiento había sido consecuencia de su propia negligencia. Había recibido instrucciones claras, pero no las siguió. Sus padres la reprendieron, y aunque intentó justificarse, comprendió que el descuido le había dejado una pequeña cicatriz que, con el tiempo, se fue desvaneciendo, pero que siempre le recordaría aquella lección.

El proceso de recuperación, que normalmente tomaba entre tres y cinco días,

se prolongó más de una semana a causa de la inflamación. Sin embargo, su convicción respecto a su decisión no flaqueó. A pesar de que algunas personas le auguraban dificultades para encontrar pareja por haber optado por la esterilización, Laura nunca se sintió afectada por esas opiniones. Sabía que quien estuviera con ella tendría que aceptarla tal como era.

Antes de someterse a la cirugía, Laura tenía una relación. Su pareja, al enterarse de su decisión, reaccionó con descontento. Sintiendo que su opinión no había sido tomada en cuenta, le lanzó un ultimátum: si se operaba, la relación terminaría. Laura, sin dudarlo, aceptó la separación. Pasadas unas semanas, su expareja la buscó. Con un tono más sereno, le admitió que respetaba su elección, aunque con el tiempo se hizo evidente que él no podía aceptar del todo la situación. Las presiones de su familia, especialmente de su madre y su

abuela, minaron la relación hasta llevarla a su fin.

Curiosamente, el impacto de su decisión en su círculo cercano fue variado. Mientras que sus padres la apoyaron sin reservas, sus amigas, más que juzgarla, sintieron curiosidad. Le hacían preguntas, la veían con admiración, y esa reacción la impulsó a compartir su historia en redes sociales. En Facebook, su testimonio atrajo a muchas mujeres interesadas en conocer más sobre el procedimiento, ayudando a que este tema fuera visto con una mirada más abierta.

Con el tiempo, Laura reflexionó sobre su decisión. Aunque en ese momento la esterilización se percibía como algo extremo, cree que hoy ya no es tan así. Ahora, su postura es más flexible: si en algún momento siente que ha alcanzado todas sus metas y desea ser madre, estaría dispuesta a considerar una reversión del procedimiento. Sin embargo, si la operación implicara un riesgo significativo,

preferiría no hacerlo. Para ella, lo fundamental es mantener su estabilidad emocional y física.

Pese a todo, Laura no cambiaría su decisión. Si volviera atrás, se operaría de nuevo, pero esta vez, con más cuidado en su recuperación. La experiencia le enseñó una valiosa lección sobre el autocuidado.

En cuanto a los mitos que rodean este procedimiento, desmiente todos aquellos que lo pintan como algo traumático. Afirma que la cirugía es simple, sin efectos secundarios hormonales o emocionales. Si algunas mujeres se deprimen después, considera que probablemente sea por la presión social y no por la operación en sí.

Cuando se le pregunta por cambios en su vida tras la intervención, Laura niega haber experimentado alguna transformación significativa, más allá de la cicatriz física. Su esencia, sus ideales y su determinación siguen intactos.

No se arrepiente en lo más mínimo de haber tomado esa decisión. Entre los aspectos positivos de su elección, destaca la posibilidad de enfocarse en sus sueños y proyectos sin distracciones. Sin embargo, también reconoce que, como en toda cirugía, hay riesgos y que cada cuerpo reacciona de manera distinta. Aun así, considera que los beneficios superan los posibles inconvenientes. Para ella, el mayor desafío ha sido lidiar con las críticas sociales, pero afirma con seguridad que nada ni nadie la hará dudar de la libertad que obtuvo con su decisión.

Al final de la entrevista, le preguntamos si cree que una asesoría psicológica podría haber cambiado su resolución. Laura reflexiona y responde que, aunque la terapia es importante en muchos aspectos de la vida, algunos profesionales de la salud mental pueden intentar imponer sus propios valores en lugar de ayudar a sus pacientes a encontrar su propio camino.

En su caso, habría apreciado un acompañamiento, no para modificar su decisión, sino para reforzarla y ayudarla a afrontar mejor las reacciones externas.

Laura, como mujer que ha vivido esta experiencia, destaca la importancia de una guía emocional en procesos tan significativos como este. Sabe que, más allá de la operación, lo que realmente pesa es la validación de la propia voz y el desafío de mantenerse firme ante una sociedad que a menudo busca imponer su voluntad. Pero ella, con su historia, demuestra que es posible elegir el propio destino y mantenerse fiel a lo que se desea en la vida.

Capítulo 5

Marcela: Un ave soñadora

En las diversas crónicas que presentamos, mostramos perfiles distintos, pero con ideas similares, presentamos mujeres llenas de sueños, con espíritus libres que danzan al ritmo de su propia melodía. Sin embargo, con un corazón lleno de la constantemente inquietud que, como un susurro del viento, las seguía día tras día: la preocupación sobre su futuro reproductivo.

Estas mujeres han aprendido, y con ello están enseñando, sobre el estigma que rodea a esta decisión. Estas narrativas tienen como propósito el de mostrar los juicios por parte de aquellos que no comprenden por qué eligieron renunciar a la posibilidad de ser madres. Es como si nuestras decisiones sobre nuestro cuerpo fueran constantemente puestas a prueba.

Todas ellas han imaginado un futuro en el que la maternidad no formaría parte de su horizonte. A lo largo de su vida, han sido testigos de las historias de mujeres a su alrededor,

relatos de alegrías y desafíos que a veces se entrelazaban en un mismo hilo.

Marce es una mujer muy inteligente, carismática y un tanto tímida con personas nuevas. Trabaja en un call center internacional y posee una gran pasión por los idiomas.



Marce, con un aire pensativo, nos comparte la razón principal de su decisión. Para ella, el mundo en el que vivimos es un caos, y traer un hijo a estas condiciones le parece una responsabilidad demasiado grande. También menciona el aspecto físico, algo que ha meditado mucho. No desea atravesar por el sufrimiento del parto ni por las molestias de los nueve meses de embarazo. Además, siente que no tiene la motivación de criar a otro ser, pues ya lidia con sus propios problemas.

Disfruta de su tiempo a solas, de la libertad de hacer lo que quiere sin restricciones. Un hijo, sabe bien, no le permitiría ese mismo nivel de independencia. Ha tenido experiencias con niños, especialmente con sus sobrinos, a quienes ha cuidado en algunas ocasiones. Aunque esto le ha permitido vislumbrar lo que implicaría la maternidad, reafirmó que ese camino no es para ella.

No se consideraba perfecta, nadie lo es, pero tenía claro que no deseaba ser madre. No quería los cambios físicos ni el dolor de un parto, ya fuera natural o por cesárea. Cuando tomó la decisión, tenía 22 años, pero ya desde los 18 había estado convencida de ello.

A pesar de su seguridad, sus padres se opusieron cuando mencionó la posibilidad de someterse a la cirugía. Le pidieron que esperara y planificara con métodos temporales. Para calmarlos, Marce accedió, aunque en su interior sabía que su postura no cambiaría con el tiempo. Esperó tres años y decidió colocarse el implante, el cual solo le trajo complicaciones físicas.

Es por esto por lo que inicialmente decidió planificar con el implante subdérmico, pero este método terminó afectando su peso, y considera que los anticonceptivos hormonales, sin importar cuáles sean, siempre dejan secuelas.

En el peor de los casos, pueden causar enfermedades difíciles de tratar. Sabía que la T de cobre era una alternativa sin hormonas, pero tampoco estaba exenta de fallos. Podía moverse con un mal golpe o una caída, y muchas mujeres han quedado embarazadas porque el dispositivo no estaba correctamente posicionado. Ante estos riesgos, Marce decidió optar por la ligadura de trompas.

Durante este proceso, una doctora le habló de la ligadura de trompas como una opción viable para mujeres que estaban seguras de no querer hijos. Le aconsejó que se escuchara a sí misma y que no cediera ante la presión familiar. "Los nietos son un deseo de los abuelos, pero nadie más los va a cuidar ni a criar", le dijo. Marce lo tenía claro. Los niños requieren un compromiso emocional demasiado grande como para delegarlo a otros. La doctora le dio una orden médica para realizarse el procedimiento en Profamilia,

pero el proceso fue frustrante. Nunca logró obtener una cita, lo que la obligó a recurrir a la EPS. Finalmente, en 2022, pudo operarse en la Clínica de Occidente.

Marce no tuvo asesoría psicológica durante el proceso. Los médicos solo le hicieron preguntas para confirmar su determinación, pero sin insistencia. Le explicaron todos los riesgos de la cirugía sin dramatizar, simplemente para que comprendiera el panorama completo.

En la clínica, la atención fue amable. Nadie la juzgó ni intentó disuadirla. Le entregaron un consentimiento informado y le explicaron el procedimiento en detalle. Luego, esperó alrededor de dos horas en una sala junto con otras mujeres; algunas estaban en su misma situación, mientras que otras ya eran madres y no querían más hijos. Cuando finalmente entró al quirófano, todo fluyó con naturalidad. La anestesia le sentó bien y se durmió casi de inmediato.

Al despertar, la supervisaron para asegurarse de que estaba bien antes de dejarla ir.
Aunque sintió dolor después de la cirugía, no fue nada insoportable. Le dieron dos semanas de incapacidad para recuperarse, y su madre la ayudó durante el proceso.
Los primeros días fueron incómodos; sentía su abdomen apretado, pero el dolor disminuyó tras una semana. Curiosamente, no recuerda que le hayan recetado medicamentos específicos. Su madre fue su mayor apoyo durante la recuperación. Con el tiempo, su familia, que en un principio se mostró escéptica, terminó aceptando su decisión. Ahora incluso hacen bromas sobre sus gatos, a quienes consideran los "nietos" de Marce.
Cuando le preguntamos si se arrepiente de algo, su respuesta es contundente: no. Si pudiera volver atrás, tomaría la misma decisión. Considera que este procedimiento no debería verse como algo negativo, ya que no daña a nadie.

De hecho, piensa que nadie debería juzgar a una mujer que elige esta opción sobre la maternidad o los métodos convencionales de planificación.

También desmiente algunos mitos sobre la cirugía. Asegura que su peso se estabilizó después de dejar el implante hormonal y que su apetito sexual sigue igual. Incluso su menstruación mejoró, pues los anticonceptivos hormonales la habían afectado mucho. No ha experimentado ningún malestar ni cambios físicos o emocionales negativos.

Para Marce, la mayor tranquilidad es saber que ya no tiene riesgo de embarazo y que no depende de métodos anticonceptivos que afecten su salud. Se siente alineada con su decisión y cómoda con su cuerpo. Eso sí, reconoce que su perspectiva sobre las relaciones amorosas ha cambiado. Ahora sabe que, si quiere una pareja, debe ser alguien que tampoco desee tener hijos o que esté dispuesto a adoptar.

Sobre los aspectos positivos y negativos de la cirugía, Marce destaca la libertad de vivir sin preocuparse por embarazos no planificados y el hecho de que puede enfocarse en sus metas sin depender de anticonceptivos convencionales. Como punto en contra, menciona que encontrar pareja puede ser más difícil, ya que muchos hombres desean tener hijos. Sin embargo, también hay hombres que han optado por la vasectomía sin haber sido padres, lo que la hace pensar que no es un obstáculo insalvable.

Finalmente, reflexiona sobre la importancia de la asesoría psicológica. Aunque en su caso no hubiera cambiado su decisión, cree que puede ser útil para otras mujeres que aún tienen dudas. Le habría gustado contar con una guía profesional, no para hacerla cambiar de opinión, sino para reafirmar su determinación y ayudarla a lidiar con los posibles desafíos externos.

Hoy, Marce se siente libre, tranquila y segura de la elección que tomó. Para ella, la maternidad no era una opción, y haber optado por este procedimiento le permitió vivir su vida como realmente desea. Mientras la sociedad esperaba de ella que cumpliera con el guion asignado, que su historia se tejiera con los mismos hilos de siempre, ella decidió que la maternidad era un paisaje ajeno, un camino lleno de espinas que no deseaba correr. Ella nos dio a entender que defendió sus convicciones, incluso con las presiones de terceros.

Epílogo

En estas historias presentamos a un grupo de mujeres valientes que tienen como propósito en nuestro proyecto el de convertirse en las voces de todas aquellas que han decidido silenciar sus opiniones sobre este tema y han decidido no contar su propio relato, su propia anécdota o su propio cuento.

Aunque estas narrativas tienen una esencia única, aquel aspecto que las vuelve algo similar es el deseo por tener autonomía en su vida, por tomar los caminos que más quieran sin ser juzgadas, ni minimizadas o insultadas. Ser madre no es el único objetivo para una mujer, ser madre no lo es todo, no es la meta final para cada una de nosotras. Ser tratadas como personas sí, es lo que más se desea, y sobre todo ser seres libres de esas

ataduras sociales bien nombradas “ideologías morales”.

Estas mujeres simplemente quieren ser valoradas y que sus convicciones sean vistas desde un ángulo comprensivo, porque buscan que su futuro tenga diversos colores, diversos matices, quieren ser ellas quienes dibujen con sus propias manos.

También nos topamos en estas crónicas con dudas y certezas, con miedos y seguridades.

Hallamos personas que en el día a día llevan un peso igual al resto; nos topamos con un inicio y un fin, desde que hablan con una amiga íntima sobre su decisión, hasta el momento final en la sala de espera de un consultorio, que, lo que para ellas es algo propio, no se dan cuenta que en realidad son pasos grandes en la historia de lo que es ser “mujer”.

Abren su propio libro a contarnos sobre su experiencia y su proceso para darnos a conocer sobre su viaje psicológico, el viaje hacia su empoderamiento, y que, allí mismo se desligan de la incertidumbre sobre la maternidad, pero creando otras nuevas posibilidades, otros sueños, quizás otras fallas, otros miedos, pero aún así sin dejar de desear más de lo que son o de lo que pueden anhelar. Nos hacen considerar que siempre hay más allá de lo que nos dicen, que nunca nos quedemos con lo que nos dan, que hagamos más, busquemos más, exploremos más. Estas narrativas se vuelven más que simples textos, se vuelven poemas que nos invitan a reflexionar sobre nuestras propias decisiones y sobre la manera en la que vemos la vida.

No todo debe ser recto, somos seres vacilantes, y podemos trazar curvas o figuras, pero aun así no dejaría de ser una vida planeada.

Cada camino tiene una forma única y por eso es que aconsejamos no solo ver, sino también acompañar a estas autoras en su propia aventura. Quizá para la mayoría en la sociedad, la ligadura de las trompas de Falopio aún sea un acto de rebeldía, algo drástico, pero realmente es un acto de amor, amor por sí misma, por su cuerpo, por su mente, por su paz, por sus sueños, sus metas, por su libertad, y eso no significa que es una persona egoísta, significa que es responsable en lo que siente y lo que no quiere sentir. A veces el mismo mundo quiere encasillar al grupo femenino, pero cada una se vuelve un faro de luz, que invita a todas a seguirlas, pero también a conseguir su propio brillo. Muchas se vuelven ejemplo de valentía para otras, puesto que hay demasiada información negativa sobre este procedimiento o hay muy poca información en general.

No solo cerremos este capítulo, este proyecto con estas historias, no, abramos nuestra mente sobre que este procedimiento es más que un simple tratamiento médico, es un símbolo de autodeterminación y fortaleza, una lucha por el derecho a decidir como se quiere vivir, cada crónica es una lección para aprender sobre la verdadera libertad, sobre cómo redactar nuestro propio destino, sobre cómo se ve el verdadero amor propio y el verdadero empoderamiento.

El mundo es un océano lleno de experiencias, podemos aprender a nadar sobre ellas o evitarlas. Pero aconsejamos zambullirse, conocer estos testimonios de primera mano, celebrar estas decisiones junto con sus autoras, admirar la manera en la que ven la vida y no juzgar porque cada una de ellas es dueña de su cuerpo, su futuro, su historia.

En la vida siempre nos tocará tomar decisiones, desde cosas muy simples hasta muy complejas, a veces llegan como susurros, otras como gritos que aturden, pero todas ellas influyen en lo que somos o nos convertiremos, o, mejor dicho, en lo que queremos ser.

Invitamos a todo aquél que esté leyendo estas palabras a que es hora de cambiar la manera de pensar, la manera de actuar, se supone que hemos estado evolucionando, pero hay cosas en las que ser una sociedad conservadora nos ha detenido.

Y no decimos que está mal serlo, está mal juzgar todo aquello que no se entiende, pero no se busca un camino hacia el diálogo, hacia el entendimiento.

Es necesario que se reflexione sobre el contexto en la que se toman estas decisiones, el por qué se hacen y obvio, que miremos que se hace bajo incluso presiones sociales, expectativas familiares y de experiencias personales,

pero al fin y al cabo todo esto juega un papel fundamental en sus vidas y en este proyecto.

La maternidad viene siendo como algo glorificado, pero cuando ven niños abandonados,

¿A quiénes culpamos? ¿A la sociedad por la manera de ver las cosas o a la mujer que fue obligada a solo ser "madre" ?, ¿Por qué no se juzga sobre la baja educación sexual que hay en los diferentes países para que ya no existan más niños sufriendo en las calles o en entidades donde no son cuidados?

Hay mujeres que realmente no merecen ser madres, ¿Por qué la sociedad no busca limitar la natalidad a quienes realmente la merezcan y la deseen? ¿Por qué la decisión de las mujeres que quieren realizarse la ligadura de las trompas de Falopio está mal y es satanizada? ¿Por qué no lo ven como un acto de responsabilidad?

Ellas tienen claro que no tienen deseos de criar y que no le darían una suficiente estabilidad emocional a un bebé. ¿No es eso algo de admirar? Por lo que las crónicas que presentamos no son solo testimonios vacíos o básicos, son el reflejo de una sociedad que busca transformarse desde un ángulo responsable, acá no se busca libertinaje, sino el significado mismo y puro de "libertad y responsabilidad".

Invitamos con esto a que haya más diálogos, más atención al tema, de que se conozcan las verdaderas razones por las que las mujeres están decidiendo este camino, enfatizar, subrayar y señalar el deseo de autonomía. Que se dejen los estigmas y prejuicios que han acompañado a lo largo de la historia a esta práctica.

Las protagonistas de estas historias nos narraron muy detalladamente como se enfrentaron a cuestionamientos

sobre su femineidad y sobre su rol en la sociedad, no obstante, fueron estas presiones externas en donde hallaron más fortaleza para llevar a cabo en su elección, llámenlo "orgullo o terquedad", pero incluso con los años nunca se han arrepentido en la determinación que tuvieron en ese momento y que esas voces ajenas llenas de contrariedad fueron impulso para nunca rendirse y para demostrarles que estaban totalmente equivocados.

Intentamos con estas pocas hojas crear una sororidad, crear un pilar alrededor de este término, donde la mujer sea libre de poder compartir todo tipo de vivencias y experiencias, donde se les permita ser ellas mimas. Donde sientan que sus sentimientos son validados y sus decisiones respetadas.

Mientras más se tome en cuenta el generar diálogos más se abrirán las puertas hacia la comprensión sobre la salud reproductiva.

Hay que generar iniciativas educativas donde se informen sobre las opciones disponibles y se promuevan el acceso a servicios de salud aptas para poderse realizar el procedimiento. Queremos empoderar a las mujeres, sobre todo jóvenes, basados en conocimientos, para que tomen decisiones fundamentadas en información verídica, para que sus resultados no traigan consigo consecuencias negativas, sino más bien satisfactorias.

Las mujeres que no desean ser madres no buscan hacerle daño a la sociedad o a la población, ni a su familia. De hecho, es todo lo contrario, evitan hacerle daño a alguien que aún no ha nacido. Busca una solución, mas no buscan volverse un problema para nadie.

Con esto intentamos que se empiece a considerar que estas historias merecen ser contadas y que cada mujer merece una oportunidad para hablar, esta "conversación" es necesaria,

no para defender sus elecciones, sino para abrir espacios donde se escuchen las numerosas voces que residen dentro de la comunidad.

Y, aunque entendamos que pueden ser charlas difíciles por la cantidad de tabúes que hay sobre la salud reproductiva, hay que entender también que estas historias buscan contribuir a desmantelar estigmas y a normalizar el tema del control de la fertilidad y el deseo por no ser madre.

Como un grupo pequeño dentro de la sociedad estamos buscando crear un ambiente en donde se respete y se apoyen estas decisiones, dándoles una pequeña posibilidad de que cada mujer pueda elegir su propio destino sin miedo a la crítica

En conclusión, hacemos este análisis como un llamado a la apertura y a la empatía, este tema va a seguir creciendo, pero queremos que lo haga dentro de los rangos educativos, dentro de los rangos de información sana.

Queremos aportar un granito de arena a un futuro en donde la mujer tenga autonomía sobre su cuerpo y decisiones, que se pueda considerar que "ser mujer" es tener muchas opciones, además de que no te hace menos el no ser madre.

Y así concluye nuestro pequeño viaje o recorrido, pero siempre habrá nuevas historias creándose, sigamos conversando, comprendiendo, abramos caminos para que más voces sean escuchadas y más anécdotas sean leídas.

Este libro es más que páginas: es un tejido de historias valientes, donde cada testimonio ilumina el camino de otras mujeres. Tu reflexión es una extensión de esa fuerza, una oportunidad para visibilizar experiencias que merecen ser escuchadas. Anímate a compartir lo que este viaje significó para ti. Juntas, seguimos rompiendo silencios y creando comunidad.

A continuación encontrarás un espacio donde podrás plasmar tu opinión sobre las crónicas que se elaboraron en base a tu relato, además de tu percepción sobre los relatos y experiencias de las demás participantes.

Maria del Mar

Las felicito por ese trabajo que hicieron, no es fácil lograrlo y avanzaron bastante, espero que puedan cumplir con sus objetivos.

Andrea

Hablar sobre la ligadura de trompas debería ser algo normal. Sin embargo, en la actualidad sigue siendo un tema tabú que desborda opiniones negativas -sobre todo- por parte de las generaciones anteriores. Nunca he creído que sea malo debatir, cada cual tiene derecho a expresar sus opiniones desde el respeto. Es decir, siempre y cuando no se intente imponer creencias o juzgar a la otra persona por decisiones que solo le incumben a esta.

El cuerpo, la familia y el rol de la mujer siguen siendo temas que a veces es preferible no tocar para evitar pasar malos ratos. Aun así, cuando se me propuso participar en este proyecto, acepté porque me sentí en un espacio seguro donde podría hablar sobre la ligadura sin miedo a sentirme en el paredón.

Gracias a que fui partícipe del proyecto pude realizar una introspección más profunda acerca de mi ligadura de trompas (Desde el antes, durante y después). Así, fui más consciente de como cada etapa tuvo momentos buenos -acompañamiento, aceptación- y momentos malos -cuestionamientos, preguntas mordaces, predicciones tristes para mi vida- que hicieron de mi proceso algo que probablemente nunca voy a olvidar.

Dicha introspección, además, sirvió para corroborar que la decisión de la ligadura es algo importante y requiere tiempo, leer, informarse

y asesorarse -médica y psicológicamente- pero al final cada una debería poder decidir por sí misma y no por presión de otros.

Finalmente, creo que el libro es un buen intento por recoger relatos de distintas mujeres sobre sus experiencias con sus ligaduras de trompas sin pretender convencer a nadie de tomar dicha decisión. El material servirá para futuras investigaciones con el mismo interés y más importante aún, para que aquellas interesadas en realizarse la cirugía puedan encontrar preguntas guías que las lleven a cuestionar más cosas antes de tomar dicha decisión.

Saray

Me sentí muy a gusto con lo que cuestionan, exponen y perciben de las historias, sobre todo, de la mía que es la que conozco. Es muy lindo para mí, como con sus palabras intercaladas en la

narrativa, brindan apoyo y comprensión a lo que hemos atravesado cada una con la ligadura. Agradezco los detalles y todo lo que tuvieron presente. Más que aprendizaje, me llevo una reafirmación de que fui muy afortunada y privilegiada por poder acceder a este procedimiento por mi propio y llano deseo y haber vivido la experiencia de una manera tan amena y segura, apoyada fuerte y tiernamente, aunque fueran pocas las personas que lo supieron en su momento. Un apoyo incondicional. ¡La experiencia con ustedes también fue muy amena, la valoro mucho!

Laura

Para finalizar esta hermosa experiencia, quiero agradecerles a Amanda y Daniela por permitirnos contar y escuchar nuestra historia de un tema que aún sigue siendo muy polémico.

Esta experiencia me permitió reflexionar de manera más consciente sobre mi decisión, llegando a ver con mayor importancia la libertad de elegir sobre el propio cuerpo, sin presiones externas, y de cómo cada persona tiene derecho a definir su camino y sus deseos en cuanto a la familia y la maternidad.

Este ejercicio discursivo permitió resaltar la necesidad de una mayor comprensión y apoyo social hacia las mujeres que tomamos esta decisión, sin ser juzgadas por nuestra elección. Considero que es fundamental seguir promoviendo un espacio en el que todas las voces sean escuchadas, respetadas y entendidas, para que cada persona pueda tomar decisiones informadas que les permitan vivir de acuerdo con sus propios valores y convicciones.

De corazón, deseo que las experiencias que hemos contado aquí sirvan de ánimo para las mujeres que desean hacerlo.

Y, si no es mucho pedir, creo que sería útil que desde el programa de psicología de la universidad, se realicen charlas con invitadas para orientar a las mujeres que desean tomar esta decisión.

Marcela

Este libro me pareció algo hermoso y agradable de leer. Sentí que fui escuchada y comprendida. Además de que es bueno conocer que hay otras personas con ideologías similares a las mías que me hacen sentir que no estoy sola en esta sociedad en la que está más normalizada la maternidad que optar por no hacer parte de esto.
Igualmente, me pareció muy interesante conocer que hay historias con experiencias diferentes como es el caso de lo que se piensa sobre la entidad de Profamilia ya que, aunque mi experiencia con ellos no fue buena, es grato saber que para otras sí lo fue.

Me alegra bastante haber hecho parte de esta experiencia. Mi opinión personal es que elijas lo que elijas en tu vida en el tema de la maternidad ya sea ser madre o no serlo está completamente bien, sin embargo, es muy importante que se den a conocer y se normalicen todos los pros y contra que tiene la maternidad y es aún más importante que todas estemos conscientes de que esta debe ser nuestra elección. Por todo esto aprecio bastante formar parte de esta experiencia en la que compartimos un poco sobre lo que es elegir no ser madre.

De esto aprendí que cada persona tienes sus propias razones para tomar una decisión como esta y que de igual forma cada experiencia es diferente y especial a su manera. Adicionalmente conocí alguno de los mitos que había sobre esta cirugía por ejemplo no tenía conocimiento de que algunas personas creían que esto podía afectar en algo nuestra estabilidad emocional o física como

cambios hormonales o irregularidades en nuestra menstruación. En lo personal considero que mucho más daño hace los métodos anticonceptivos y de ellos sí se habla poco.
Me sirvió de mucho este espacio. Sentí que aportaba algo a quien le resulte de interés el tema sobre todo en cuanto a los mitos que hay alrededor de esta cirugía porque considero que la desinformación es algo que nos afecta de forma muy grave cuando se trata de un tema tan delicado y personal como lo es este.


Fin