

# La salud reproductiva y el plan de vida

*Eulalio López García y Manuel Pérez Bailón*

## **Primero... la pareja**

El cuándo, cómo y con quién formar una familia es, sin duda alguna, de las decisiones más importantes que hay que tomar a lo largo de la vida. Para ello hay que considerar que nuestra pareja será la persona con la que viviremos toda la vida o, al menos, el tiempo que queramos y cuidemos esa relación. Porque aunque es cierto que no estamos seguros que viviremos con él o ella toda la vida, también es cierto que no decidimos vivir con alguien para separarnos al año siguiente. Estamos seguros que esa decisión, por su importancia, representa la primera parte de la salud familiar, porque es el(la) con quien compartiremos, a partir de ese momento, muchos de nuestros planes, deseos, sueños; trataremos de gustar a nuestra pareja, de tolerarla, de comunicarnos con ella... disfrutaremos nuestra sexualidad e intentaremos, por sobre todas las cosas, vivir una vida plena que incremente nuestra calidad de vida y creceremos juntos, apoyándonos mutuamente y, buscando el mayor desarrollo humano, tanto personal como de pareja.

## **Después... los hijos.**

Una vez que en la pareja se haya establecido una real comunicación, basada en sentimientos nobles y valores perdurables y bien entendidos como el amor, el respeto, la sensibilidad y el cariño, entre otros no menos importantes y, se haya madurado en la relación, la misma naturaleza, aunada al desarrollo familiar y a ese sentimiento de sensibilidad humana nos dirá que es la etapa de los hijos.

No pretendemos aquí hallar la respuesta al por qué tener hijos; creemos que es mucho más complejo de lo que podamos plantear. Pero si queremos tratar de responder al cuándo.

El cuándo tener hijos es igualmente complejo. Requiere de, al menos dos aspectos: el que tiene que ver con el sentimiento, con el nivel afectivo y con

las sensaciones internas de la pareja y; por otro lado, el que tiene que ver con el cerebro, con la parte racional y con nuestro plan de vida personal, de pareja y familiar.

Sobre este segundo aspecto es del que queremos anotar su importancia y tratar de responder la pregunta.

Es sin duda una decisión difícil en ese nivel, porque se requiere de una decisión conjunta; es una decisión de pareja y, ésta debe ser bien estudiada, bien analizada, bien percibida para no errar y cometer errores. ¡No se puede cometer errores en el cuándo tener a los hijos!

Creemos que la decisión del primer hijo debe ser bien planeada, porque ésta implica una serie de acciones que tendrán efecto sobre los padres por el resto de su vida. El primer hijo deberá llegar cuando la relación de la pareja sea estable, deberá llegar cuando se haya valorado la importancia y los cambios que éste traerá a la relación, debe llegar cuando tengamos la suficiente madurez para aceptarlo y saber que es nuestra responsabilidad hasta, por lo menos, los primeros años de su vida.

El primer hijo deberá llegar cuando los padres hayamos establecido las condiciones ideales para su llegada y sepamos, a ciencia cierta, lo que queremos para él o, mejor dicho, lo que estamos dispuestos a hacer por él.

Deberíamos de tener ya claro dónde será su desarrollo y cómo será ese. Debemos planear sus primeros años. Debemos aprender cómo lo cuidaremos, cómo le brindaremos todas las atenciones que él requiere, debemos ayudarlo a caminar por el camino más apropiado para los tres y, sobre todo, debemos estar seguros que cuando él llegue tenemos ya dibujado en el futuro inmediato su permanencia en este mundo. Suena complejo... y lo es. Sin embargo, es una responsabilidad que adquirimos cuando decidimos tener un hijo.

Esto anterior es la parte racional que muchas veces olvidamos o supeditamos a la parte emocional. Pensamos que con sólo valorar la parte emocional, el problema está resuelto pero, no es así. Se requiere una combinación de corazón y cerebro... una combinación de amor y futuro.

Y luego... otra vez los hijos

Por último, queremos resaltar la importancia de esa salud reproductiva, pues es bien cierto que ésta tiene que ver con los elementos mencionados líneas arriba, como también es cierto que el plan de vida nos ayudará en esa tarea y nos preparará para el segundo, tercer hijo...

Finalizaremos diciendo que efectivamente la llegada de los hijos enriquece nuestra parte afectiva, pero, también es cierto que, su llegada, cambia radicalmente nuestra vida personal y de pareja, por lo que es necesario considerar su llegada como uno más de los actos que nosotros podemos planear y controlar.

Y esto, en beneficio de los pequeños traviesos, porque más tarde tendremos que pensar en escuelas, formas de educación, caminos, idiomas, y todo lo que tiene que ver con la inserción de ellos en un mundo cada vez más difícil, globalizado e impersonal.