

Aunque no es frecuente puede ocurrir muchas veces en adolescentes y mujeres que quieren tener un hijo/bebé. A continuación te dejamos el tema a tratar hoy. Si te gusta no te olvides de regalarnos un Me Gusta.

El [#embarazopsicológico](#), también llamado [#pseudociesis](#), es un problema emocional que ocurre cuando los síntomas de embarazo están presentes, pero no existe feto desarrollándose en el útero de la mujer, lo que puede ser confirmado en las pruebas de embarazo y en la ecografía.

Este problema afecta principalmente a mujeres que desean quedar embarazadas o en aquellas que tienen un gran temor de quedar embarazadas, como sucede durante la adolescencia, por ejemplo.

El tratamiento para el embarazo psicológico puede realizarse con el uso de medicamentos hormonales para regularizar la menstruación, pero también es fundamental el acompañamiento de un psicólogo o psiquiatra para eliminar las causas que llevan al desarrollo de este problema.

### Principales síntomas

Los síntomas de embarazo psicológico son los mismos de un embarazo normal, a pesar de que no hay ningún bebé formándose, por lo que estos síntomas son:

Mareos;

Somnolencia;

Antojos;

Ausencia de la menstruación;

Crecimiento de la barriga y de los senos;

Sensación de que el feto se está moviendo

Producción de leche materna.

Aún no se conoce por completo el porqué estos síntomas surgen en los casos de embarazo psicológico, sin embargo, es posible que los estímulos psicológicos produzcan un aumento en la producción de algunas hormonas del embarazo, lo cual resulta en síntomas iguales a los de un embarazo verdadero.

### Cómo se realiza el diagnóstico

El diagnóstico del embarazo psicológico se realiza a través de exámenes como la prueba de farmacia de embarazo y el examen de sangre Beta GCH, que darán como resultado negativo. También es posible realizar una ecografía el cual mostrará que no existe feto dentro del útero de la mujer.

Sin embargo, algunas veces los resultados de los exámenes no son suficientes para convencer a la mujer de que no existe un embarazo real, siendo necesario en esos casos acompañamiento psicológico para tratar el problema.

### Qué puede causar un embarazo psicológico

Aún no se conocen las causas específicas para el embarazo psicológico, sin embargo parece relacionarse con los siguientes factores:

Deseo intenso de quedar embarazada y dificultad para quedar embarazada;

Gran temor de quedar embarazada;

Depresión y baja autoestima;

Período post-histerectomía;

Deseo intenso de tener un compañero o de mantener al novio a su lado.

Además de esto, en algunos casos, la existencia de problemas conyugales también parece estar relacionado con el desarrollo de un embarazo psicológico, ya que la mujer puede creer que esta es la única solución para salvar la relación.

### Cómo se realiza el tratamiento

Las principales estrategias para lidiar con el embarazo psicológico incluyen:

#### 1. Terapia psicológica

En algunos casos los resultados negativos de los test de embarazo no son suficiente para convencer a la mujer que no se encuentra embarazada, siendo necesario iniciar sesiones de terapia con un psicólogo. En estas sesiones, el psicólogo además de descubrir la razón por detrás del embarazo psicológico, ayudará a la mujer a lidiar mejor con la situación ayudándola a sobrellevar el problema.

En algunos casos, la mujer puede incluso disgustarse profundamente, estrictecerse y desilusionarse con la ausencia del embarazo, lo cual puede conducir a tristeza constante y depresión, y en estos casos es necesario el acompañamiento con un psiquiatra.

#### 2. Controlar la ansiedad y deseo de quedar embarazada

La ansiedad es una de las razones que conduce en muchos casos al surgimiento de un embarazo psicológico y en la mayoría de ellos es causado por el deseo intenso de embarazarse o por la presión causada por la familia o sociedad.

Así, lo importante es mantener la ansiedad bajo control, pudiendo utilizar remedios naturales como té de maracuyá, valeriana, romero, manzanilla o gatera, las cuales son plantas medicinales con propiedades calmantes y relajantes.

Además, en los casos más graves puede incluso ser necesario realizar tratamiento médico con un psiquiatra, en el que se prescribirán medicamentos para controlar la ansiedad como Diazepam, Alprazolam o Lorazepam, por ejemplo.

### 3. Tratamiento de la infertilidad y menopausia precoz

Mujeres que padecen de infertilidad o que han llegado a la menopausia de forma precoz, pueden experimentar un embarazo psicológico en caso de que deseen y sientan que su tiempo para este periodo se agota. En estos casos la mejor solución es consultar a un ginecólogo cuando crea que no logra embarazarse, para lo cual puede recomendarse el mejor tratamiento, dependiendo del caso.

En la mayoría de los casos de infertilidad o de menopausia precoz, el tratamiento incluye la reposición de hormonas con terapia hormonal.

### 4. Resolver los problemas conyugales

Algunas veces, la presencia de problemas conyugales o los antecedentes de relaciones que terminaron en abandono o separación lleva a la producción de miedos constantes e inseguridad, los cuales pueden terminar causando un embarazo psicológico.

En estas situaciones es muy importante resolver todos los problemas conyugales e intentar no ver el pasado, por ejemplo. Además, el embarazo nunca debe ser visto como una forma de retener una relación, ya que este tipo de pensamiento producirá ansiedad, inseguridad y baja autoestima.

## **Embarazo psicológico: qué es, síntomas y tratamiento.**

Última actualización: Martes, 29 Diciembre 2020 18:44

Visto: 12576

---

Además, en los casos más graves puede ser necesario realizar exámenes para saber si existen problemas hormonales, pudiendo ser necesario iniciar terapia con hormonas que deben ser indicadas y orientadas por el ginecólogo. Cortesía: <https://www.tuasaude.com/es/>

[#embarazo](#) [#SaludUniversal](#) [#saludmentalyemocional](#)