
LA MUJER Y LOS EFECTOS
PSICOLÓGICOS Y SOCIALES
DEL ABORTO

MARTHA INFANZÓN

Quiero empezar con las palabras de una señora de 32 años de edad, que abortó cuando tenía 17 años: “Todo empezó el día que me di cuenta de que no me bajaba mi regla y se lo comenté a mi novio. Él me dijo que me hiciera un análisis, me llevó a hacérmelos y nos dimos cuenta que estaba embarazada. No recuerdo qué me dijo ese día, pero varios días después, me dijo que abortara. Yo le decía que no, que quería tener a mi bebé. Después, una de mis tías sospechó algo y me dijo que no fuera a defraudar a mi papá, que no le fuera a salir con un embarazo porque se moriría, a mí me dio mucho miedo y cuando mi novio me dijo que ya había conseguido al doctor, acepté y me practicaron el aborto, desde entonces mi vida cambió”. Después de un aborto la vida de una mujer no puede ser igual.

El aborto, objetivamente, sin meternos a definiciones de ningún tipo, es la muerte de un ser humano no nacido. No importa si tiene un día de concebido o siete meses. Abortar es matar a un ser humano, si el aborto es provocado.

Las causas que llevan a una mujer a abortar son muy variadas. En el Centro de Ayuda para la Mujer (CAM), donde se

da orientación a mujeres que quieren abortar, entre otras, se han identificado las siguientes causas:

De 3,267 mujeres atendidas en la República Mexicana en el año 2000:

985	30.15%	Adujeron razones personales.
874	26.75%	Adujeron razones sociales.
686	21.00%	Adujeron razones familiares.
481	14.72%	Adujeron razones económicas.
177	5.42%	Adujeron razones de salud.
64	1.96%	Adujeron razones de violación.

Muchas veces estas causas llevan a la mujer a sentirse angustiada, atrapada, presionada, con pánico y piensa en encontrar la salida a sus problemas a través de la puerta falsa del aborto, cayendo en un gran número de problemas.

La mujer que ha abortado sufre una serie de consecuencias físicas, psicológicas y sociales que vienen a trastornar toda su vida.

De lo que vamos a hablar el día de hoy es del Síndrome Posaborto. Durante muchos siglos ha habido abortos, pero las consecuencias de éstos han sido "tapadas" o derivadas a otros cuadros psicopatológicos. Sin embargo, el dolor que provoca en las mujeres ha llevado a un estudio más cuidadoso del aborto y a tratar de definirlo más específicamente.

Sabemos que el ser humano no sólo está compuesto de cuerpo, sino también de psique y espíritu. Y el aborto afecta no sólo al cuerpo sino también a la psique y al espíritu. El Síndrome Posaborto es el resultado del daño, del sufrimiento que se causa a la psique y al espíritu.

Algunos psiquiatras o psicólogos reducían el síndrome al proceso del duelo por la pérdida de una persona, y una persona muy allegada como es el hijo. Sin embargo, no sólo se presentan las etapas del duelo, sino que hay otros síntomas que se entrelazan con el proceso del duelo.

Se llama así, Síndrome Posaborto (SPA), porque es un conjunto de signos y síntomas que se presentan después del aborto.

Los síntomas que se mencionarán son señalados por diversos autores (Nelson, 1989, 1990; Vandegear, 1990; Verdier, 1990 y 1992) y por lo que he observado en mi experiencia personal, en el trato de pacientes con Síndrome Posaborto. Después del aborto, se manifiestan los siguientes síntomas:

- Estado de shock que se experimenta cuando se cambia de un estado de embarazo a un estado de no embarazo.
- Inmediatamente aparecen los mecanismos de defensa.
 - a) *Negación*. La mujer niega la experiencia. Niega lo que se le dijo, niega sus sentimientos hacia el bebé, hacia el padre del bebé. Dice sentirse muy bien con lo que hizo, sentirse tranquila.
 - b) *Represión*. Reprime, para no tener que enfrentar la realidad de que ha terminado con la vida de su bebé. Dice no sentir nada desagradable. Muchas veces sólo puede identificar el síndrome porque asiste a terapia. Muy frecuentemente la mujer se siente mal, pero no lo asocia con el aborto, hasta que el profesional se lo hace ver.
 - c) *Racionalización*. Se busca justificar el aborto con las razones menos punibles para ella.
 - d) *Compensación*. Trata de quedar embarazada lo más pronto posible, como para sentir que no ha pasado nada. A este nuevo hijo trata de darle la mayor atención posible, y emplea una gran cantidad de energía tratando de ser “una buena madre”. Cualquier problema que presente este hijo, le creará una gran angustia, porque se pondrá en duda si es una buena madre o no.
 - e) *Formación reactiva*. La mujer decide que el aborto es la mejor opción y trata de convencer a otras mujeres de que se realicen abortos.
- Trastornos del sueño. Padecen insomnio o hipersomnia. A las mujeres que han abortado se les dificulta dormir durante la noche, y durante el día tienen mucho sueño.
- Tienen pesadillas sobre niños perdidos, muertos o despedazados. Sueñan niños que les dicen “mamá”.

- Pueden padecer de una profunda depresión.
- Tristeza constante, llanto incontrolable.
- Intentos de suicidio.
- Angustia.
- Sentimientos de abandono, engaño, de soledad.
- Se sienten rechazadas por todos, incluso por Dios.
- Sienten que merecen el rechazo.
- Fuertes sentimientos de culpa y busca culpables.
- Baja su autoestima.
- Siente que todo el mundo sabe lo que ha hecho, que la juzgan, que la condenan.
- Surge el deseo de castigarse, saliendo con un novio que la maltrate o aislándose de la sociedad.
- Problemas con la figura masculina. Siente odio hacia el hombre, pues lo siente culpable de lo que le pasó, o de su actitud ante el aborto.
- Se le dificulta tener relaciones íntimas normales.
- Puede llegar a tener problemas con la autoridad.
- La mujer se siente mutilada. Se siente con un gran vacío.
- Fuerte confusión y desubicación.
- Bloqueo o disminución de diversas funciones del yo (como aprendizaje, memoria, atención, concentración, etc.).
- Falta de paz interior.
- Empieza a maltratar a otros niños, pueden ser sus propios hijos. O puede caer en la sobreprotección de sus hijos.
- Se vive con el fantasma del hijo, cualquier niño que vea le recordará al suyo, piensa “así estaría mi hijo, a esto estaría jugando”, etc.
- Odio, coraje y resentimiento hacia todos los que participaron de alguna manera en su aborto o no hicieron nada para impedirlo.
- Coraje contra quienes le hacen ver el “error de su aborto” o quien sólo le recuerde su aborto.
- Fobia o una gran agresión hacia cualquier médico general o ginecólogo.
- El aborto puede “destapar”, hacer surgir problemas que ya estaban latentes, ya sea trastornos de la personalidad, neurosis o psicosis.

- El Síndrome puede ocurrir con mujeres que no hayan tenido ningún diagnóstico psicopatológico o con las que sí lo han tenido.
- Hay mucho enojo y agresión cuando se les habla de que el aborto produce síntomas.
- Se puede caer en alguna adicción (drogas, alcohol, tabaco, comer compulsivamente, etc.).
- Hay alteraciones de la alimentación, se come demasiado o se pierde el apetito.
- En muchos casos las mujeres que han abortado dejan de trabajar o de estudiar, otras tienen cambios constantes de trabajos.
- Situaciones impactantes de cualquier tipo pueden traer a la memoria el aborto y manifestarse todo tipo de sentimientos, aunque antes hubieran estado reprimidos.
- El ver mujeres embarazadas, hospitales, clínicas, maternidades, las estaciones del tiempo, el mes, el día, la hora, la colonia, los medios de transporte que llegan al lugar del aborto, cualquiera de estos estímulos puede provocar la intensificación de los síntomas.
- Puede preocuparse por el embarazo de otras mujeres, ya sea presentando reacciones de hostilidad, de enojo, deseos de evitarla o una gran tristeza.
- Rehúsa ir a funerales, los velatorios la alteran profundamente.
- Aparecen síntomas físicos de origen psicológico: hipertensión, colitis, gastritis, migrañas, náuseas, fatiga, dolores torácicos, opresión en el pecho.
- Puede sentirse frustrada y caer en una fuerte apatía, en un sentimiento de abandono y siente que nadie cuida de ella.
- Esta situación se recrudece cuando la mujer se siente más cansada, exhausta o enferma.

Todos estos síntomas nos hablan del dolor tan grande que causa a una mujer el haber matado a su hijo. Como se mencionaba al principio, el ser humano no sólo está formado de cuerpo y de psique, sino también de espíritu, en el cual reside nuestra conciencia que es el órgano de sentido, como dice Viktor Frankl, autor de la Logoterapia.

En el espíritu está la sabiduría, nuestro verdadero yo y la presencia ignorada de Dios (Frankl 1991a). Es la conciencia la que grita que "ha matado a su hijo", a un "ser inocente" que dependía totalmente de ella para sobrevivir. Ese grito de la conciencia se manifiesta en el Síndrome Posaborto, con síntomas físicos y/o psicológicos.

Este síndrome se presenta aun cuando la mujer esté plenamente convencida de que era la mejor opción; aun cuando nadie la haya obligado y libremente haya tomado la decisión. Esto lo puedo afirmar con base en mi experiencia al tratar con pacientes de Síndrome Posaborto, y que confirma lo señalado por Laura Nelson (1989) en su trabajo con mujeres que han abortado en los Estados Unidos.

Muchas veces se piensa que este síndrome se origina en la religión, pues hay un mandamiento que dice: "No matarás", pero esto no es así, puesto que este síndrome aparece también en mujeres que no practican ni tienen alguna religión en particular. Esto se ha observado en los trabajos de Nelson (1989), Woolsey (1990), Verdier (1992) y en mi propio trabajo con personas que han abortado, pues la mayoría no profesan alguna religión y sin embargo, el Síndrome aparece con toda intensidad.

Así, vemos que no sólo el niño abortado es víctima, la madre también se convierte en víctima de su propio aborto. Pero hay todavía una tercera víctima, que es el padre.

Muchos hombres que han sufrido el aborto de sus hijos, reportan sentimientos de depresión, frustración, vacío y culpabilidad. Todo esto causa tensión que deteriora la relación con su pareja. Puede llegar a tener problemas sexuales, que van desde la impotencia hasta la promiscuidad. La culpa, la ansiedad y el remordimiento son tan dolorosos que llega a terminar definitivamente con su pareja (Iglesias, 1992).

Actualmente en México se está tratando de dar una ayuda especializada, una terapia, donde se trabaje con el Síndrome Posaborto en particular. Esto es precisamente lo que se está llevando a cabo en el Centro de Ayuda para la Mujer.

A continuación vamos hablar de este proceso terapéutico. Siempre se debe partir de la acogida, la aceptación, el no juz-

gar, tratar de que la paciente empaticé con cualquier otra persona que acude a terapia, para después iniciar con los pasos siguientes:

- *Catarsis*. Donde se trata que la paciente saque todas las emociones que trae reprimidas o guardadas desde mucho tiempo atrás.
- *Descripción del hecho y reconocimiento de sentimientos*. Consiste en platicar sobre el aborto, cómo fue, qué hizo, qué sintió, en dónde fue, quién participó. Esto la va a obligar a desistir de la negación y de la represión.
- *Aceptar su responsabilidad*. Mientras ella siga pensando que otros fueron culpables y no acepte la parte de responsabilidad que le corresponda, no va a poder crecer como persona, va a seguir atorada con esto.
- *Fase del perdón*. Es importante que una vez que haya reconocido su responsabilidad, pida perdón, primero a su bebé, con algunos ejercicios de visualización o con cualquier otra técnica deberá enfrentar a su bebé, ponerle un nombre y pedirle perdón. Esto les da mucha paz.

Si creen en Dios, deberán pedirle perdón al Dios en quien ellas crean y deberán abandonarse a su misericordia.

Pedir perdón a todos los que siente que defraudó, si es que los hay. No tiene que ser de manera directa, pues muchas veces estas personas no están enteradas de que ella abortó.

Perdonar a todos los que participaron en su aborto, o no hicieron nada para impedirlo y, finalmente, perdonarse ella misma, lo cual es lo más difícil, es lo que más tardan en lograr. Mientras no logren esto será difícil pasar a la siguiente etapa.

- *Reparación*. No pueden recuperar a su hijo, pero sí pueden hacer algo para ayudar y contribuir de esta manera a reparar su falta. Con esto podrán lograr vivir en paz y volver a reconstruir su vida.

El aborto nunca es la solución de un problema. En la medida que se acepte el aborto se irán aceptando nuevas matan-

zas de inocentes, como son la eutanasia, el suicidio asistido, etcétera.

El ser humano es una unidad bio-psico-espiritual que vive y necesita de una sociedad, y lo que a él le pase afecta a toda su comunidad, sea lo que sea. ¿Qué clase de sociedad queremos?

Quiero terminar con un mensaje para las mujeres que están considerando abortar: piensen que para un embarazo inesperado hay otras alternativas, en cambio, el aborto, la muerte del hijo, es irreversible, no hay remedio y sí tremendas consecuencias. La violencia sólo engendra más violencia.

Y para la mujer que ya abortó, quiero recordarle un fragmento del libro de Jeremías (Jer 31, 15-17): “Así dice el Señor: Una voz se oye en Ramá, un lamento, amargo llanto. Es Raquel que llora a sus hijos y rehúsa consolarse por sus hijos, pues ya no existen. Así dice el Señor: Cese tu voz de gemir, tus ojos de llorar, porque hay compensación a tus penas. Hay aún esperanza para tu porvenir”.