

Carmen Gómez Lavín

CONSECUENCIAS PSÍQUICAS DEL ABORTO EN LA MUJER
“SÍNDROME POST-ABORTO”

En 1973 se publicó un artículo en el Journal de la Asociación Médica Nacional de EE.UU. que afirmaba “hay que alertar a los médicos sobre la necesidad de un seguimiento de todas las pacientes que abortan”.

Ya entonces se preveía que se podían presentar secuelas orgánicas o psicopatológicas por la IVE (interrupción voluntaria del embarazo).

Fue en el año 1973 cuando Norma Mc Corvey bajo el seudónimo de Jane Roe logró que el Tribunal Supremo de los Estados Unidos, legalizara el aborto, con la ayuda de jóvenes abogados.

Por siete votos contra dos, la máxima autoridad judicial se pronunció en 1973 a favor de legalizar los abortos sin ninguna clase de restricciones durante los tres primeros meses de gestación, basándose en el derecho constitucional a la privacidad.

Treinta años después, es ella misma, la feminista Norma Mc Corvey, quien se ha embarcado de nuevo en una batalla legal para revertir la histórica sentencia del Supremo.

Desde hace aproximadamente una década se ha convertido en una activista pro-vida y actúa como protagonista de una ofensiva ahora en contra del aborto. Su argumento es que las interrupciones voluntarias del embarazo suponen más daños físicos y psicológicos que beneficios para la mujer.

Su querrela presentada ante los tribunales federales de Dallas, ha sido avalada por 4.500 páginas en que evidencia estos daños y centenares de testimonios de mujeres que abortaron y ahora lo lamentan.

Como bien se sabe, uno de los problemas de mayor actualidad es, hoy, lo relativo al aborto, lo que suele llamarse **aborto provocado** o también **aborto intencionado y voluntario**. Complejísimo tema, que añade a su vertiente estrictamente médica, otras de carácter jurídico, moral, sociológico, religioso, demográfico, etc.

Pocos asuntos médicos tienen tan fuertes implicaciones sociológicas, políticas, culturales, morales etc. como el aborto.

En cuanto a lo **psicológico** que es lo que más interesa aquí, vamos a intentar describir algunos de sus efectos: así como también con las dificultades con las que nos encontramos para abordar este tema.

La verdad es que son innumerables las **dificultades** que se tienen para valorar adecuadamente los efectos psicopatológicos. Podemos citar algunas:

- 1) No es fácil la elaboración estadística de los resultados.
- 2) Porque apenas si existen valoraciones médicas sistemáticas de estas pacientes después del aborto.
- 3) Porque, generalmente, las mujeres que han abortado no suelen ser propicias a seguir relacionándose con el médico que le hizo el aborto, ni a querer hablar de ello. La decisión de abortar es un secreto que generalmente no se manifiesta ni se habla con otros, e incluso la propia pareja no lo comenta entre sí.

No obstante, después de años de subestima y de negar los efectos psicopatológicos del aborto, la sociedad científica, ante la evidencia de una variedad de trastornos, comienza a admitir la existencia de secuelas tras abortos voluntarios. E incluso, en declaraciones recientes de feministas, Paternidad Planificada – que como sabemos es el mayor proveedor de abortos de los EE.UU. – ha confirmado la incidencia del síndrome postraumático tras el aborto; y diversas organizaciones abortistas han confeccionado sus propios programas para responder a esta necesidad real y utilizan ejercicios “bioenergéticos” y de grupo, como los que emplea el movimiento de la Nueva Era. Ellas incluso, intentan demostrar que son las protestas de las Pro-Vida y en general de las que se oponen al aborto, las que crean este trauma.

A Paternidad Planificada no les preocupa en absoluto el daño psicológico que el trauma post-aborto está causando a las mujeres, sino el daño que causaría políticamente para el movimiento anti-vida, que el público llegara a conocer el alcance de estos hechos.

Uno de los estudios recientes, de agosto del 2000, realizado por un equipo de investigadores dirigidos por la Dra. Brenda Mayor y publicado en la revista Archives of General Psychiatry, señala un total de 500.000 mujeres con SPA entre

los 40 millones que se practicaron el aborto en EE.UU. desde 1972. Aunque en este estudio se señalaba que es sólo un 1,4%, las que padecen este SPA, al ser esta cifra de abortos tan elevada, se llega a 500.000 mujeres las que padecen este desorden psiquiátrico, es por lo que mereció la pena estudiarlo. Fue la Dra. Ham Sderberg la que realizó dicho estudio, y ella misma señala que hubo muchas mujeres de la muestra elegida, que no quisieron participar, Señala textualmente: “Su razón de no participar era por el sentimiento de culpa y los remordimientos que les embargaban”.

Después de realizar entrevistas durante todo el año, la investigación de Sderberg encontró que aproximadamente el 60% de la muestra, 854 mujeres presentaban un problema emocional tras el aborto. Algunas en grado muy severo. (1)

Es obvio, que toda mujer que aborta queda profundamente afectada, aunque no quiera o no pueda reconocerlo. Suelen ser varios los mecanismos de defensa que utilizan: represión, negación, desplazamiento etc. Aunque en la práctica puede decirse que reacciona de dos maneras... con **arrepentimiento** o con **negación**. Muchas mujeres que defienden o promueven el aborto en realidad lo hacen para tratar de justificar su propia decisión. Constituye para ellas un mecanismo de defensa.

El aborto provocado, como bien se sabe, es un drama humano para la mujer que aborta y para toda su familia. Podemos afirmar, desde nuestra experiencia, que nadie aborta por frivolidad sino que existen condicionantes más o menos graves que limitan del tal modo la libertad de la madre que le abocan al aborto como única salida.

SÍNDROME POST-ABORTO

Con el nombre de SPA se entiende en Medicina a las perturbaciones emocionales y psíquicas que se experimentan tras el Aborto.

El SPA es un cuadro que puede surgir inmediatamente después del Aborto o puede permanecer latente y manifestarse a lo largo del tiempo, como en diferido. Incluso aparecer con virulencia hasta décadas después de aquel aborto provocado.

(1) Major B. Gramzow RH. Abortion as stigma: J. Pers Soc Psychol 1999; 77:735-45

Todo aborto es un acontecimiento traumático para la mujer y como tal origina una serie de secuelas – psicopatológicas – que se han agrupado en el denominado **síndrome post-aborto (SPA)** (2)

Ahora bien, se puede adelantar que estas crisis estarán muy en relación; 1) con la personalidad previa; 2) con la motivación del embarazo; 3) con el significado consciente o inconsciente que para ella tenga el feto, y 4) con las circunstancias ambientales.

Pienso, en realidad, que es siempre un trauma. Por eso se considera que es un trastorno postraumático, aunque con ciertos síntomas específicos y diferenciados que es bueno conocer, para poder tratar adecuadamente a la persona y hacer más eficaz la intervención psicoterapéutica.

Pero una vez hecho este preámbulo, vamos a tratar de centrarnos más en el tema y enumerar algunas de las consecuencias psicopatológicas más frecuentes que acontecen en la mujer tras un aborto provocado.

Como se sabe, es un cuadro muy discutido, pero cada vez más aceptado por la comunidad científica dada la evidencia de secuelas que produce. Los autores que más han estudiado este SPA son: Speckhard Rue 1992; Ney Wickett 1993; Cassadei 1996, que describen una serie de síntomas señalando como más frecuentes: los **trastornos emocionales o afectivos**; los **cuadros depresivos** que se acompañan de un **sentimiento grande de culpa**. En esto todos los autores están de acuerdo. (3) y (4)

En lo que se refiere al **trastorno depresivo**, es muy significativa en este sentido **esta carta** que me escribía esta enferma: P. De 31 años soltera, 5 años después de provocarse el aborto, para que se vea lo penosa que puede llegar a ser la situación que se crea tras el aborto (se puede quitar a este escrito el tinte emocional que tiene, pero a través de ella se capta muy bien lo que pretendo señalar).

(2) Gómez Lavín, C. y Zapata, R.: Categorización diagnóstica del síndrome post-aborto. Actas Esp. Psiquiatría 2005-(4): 265-272

(3) Ney PG Wickett AR. Mental Health and abortion: Psychiatr J Univ Ott 1989; 14:506-16

(4) Speckhard A. Mufel . J. Pren Perinat Psychol Health 2003; 18:3-37

<< “Quisiera que me ayudara y me hiciera superar esta triste situación. Así, no podré vivir mucho tiempo. Pienso en todo demasiado... y hasta que no pueda de alguna manera pagarlo, es un suplicio vivir. Bilbao (que fue el lugar en el que se practicó el aborto hace años) como Vd. sabe ha sido mi muerte en vida... mándeme a algún sitio aislado, encerrado, duro... He pensado ir al Gobierno a denunciar mi delito. ¿Sería solución?... Me meterían en la cárcel y así repararía un poco el daño hecho a esa criatura indefensa...

Por favor... aguánteme un poco, si no ¿Quién querrá aguantarme?... Hoy, al menos, puedo desahogarme escribiéndole o hablándole, si no tuviera esto sería el final”... Y sigue “ el otro día me confesé de nuevo en Pamplona y me pusieron 1000 Ptas. de limosna en penitencia. ¿Vd. cree que esto puede olvidar el pasado?.. Y sigue así toda la carta... >>

Se ve en este caso que hemos tenido la oportunidad de seguir muy de cerca durante bastantes años, la depresión y la angustia que puede quedar tras un aborto provocado. Esto no es nada nuevo lo describen varios autores.

.Además es muy patente el **sentimiento de culpa** que queda tras un aborto voluntario. Es este, probablemente, el síntoma sobre el que existe mayor experiencia y mayor acuerdo entre los científicos. Se despierta en ellas un sentimiento grande de culpabilidad. Lo que los psiquiatras llamamos “culpa psicológica”. Culpa ésta, distinta de esa otra culpa moral –aunque en este caso la incluya-.

Vemos, siguiendo con nuestra carta, como aquí refiere la enferma, que su pecado está perdonado por Dios, pero aún sigue en ella perdurando la culpa, y la sensación de vacío, que en mi experiencia profesional es difícil de borrar.

La culpa que aparece es, en principio una protesta humanista que surge de lo más íntimo de la naturaleza humana, que más que contribuir a la madurez personal puede dar paso a crisis de ansiedad, a fenómenos psicóticos de tipo persecutorio, a diversos síntomas psicósomáticos, a proyecciones paranoicas, narcisismo, etc.

En este sentido se manifiestan también distintos autores (1) (Cassadei 1996) Rue –Speckhard (1992) Ney (1997) (5)´

He podido constatar que este sentimiento de culpa en muchos casos es irreversible y permanece durante toda la vida de la mujer.

La Dra. Stanford, psiquiatra canadiense a la que tuve ocasión de conocer en Roma, habla muy detenidamente del síndrome post-aborto desde el punto de vista psicopatológico y señala cómo la mujer recorre distintos estadios:

1. **Desasosiego tristeza**: “No tiene el alma en paz, ni el espíritu en paz”.
2. **Reviven el momento traumatizante** del aborto de un modo muy profundo. (Recuerda la vestimenta de la enfermera, las paredes de la habitación donde el aborto sucedió, y se pregunta a menudo ¿Cómo sería mi niño ahora?).
3. **Depresión profunda** con un gran sentimiento de culpabilidad, perdiendo interés por las actividades que antes eran interesantes en su vida... y a veces no ve otra salida que el suicidio... “No como elección por la muerte en sí, sino como una elección para salir de la situación de dolor, de pena, como un modo de salir de allí”

Describe también la Dra. Stanford lo que ella llama la **depresión de aniversario**... la que se sitúa alrededor de la fecha del posible nacimiento o alrededor de la fecha del aborto.

En mi práctica clínica – llevo más de 35 años dedicada a la asistencia psiquiátrica - los síntomas más frecuentes que he observado son:

1. **En primer lugar trastornos emocionales y afectivos. Síntomas depresivos y ansiosos.** Un cuadro de ansiedad, depresión, desasosiego (tristeza, lloros, angustia...), que en algunos casos graves se acompañan, incluso, de ideas de suicidio.
2. También suele haber **intensos sentimientos de culpa y remordimiento y deseos muy grandes de reparación.**

(5) Speckhard AC, Rue VM. J. Social Issues 1992;48:95-120

Viene a ser similar a una experiencia de duelo o un gran sentimiento de pérdida. Estos sentimientos suelen estar presentes incluso, en abortos debidos a causas naturales. (Toda mujer que aborta queda profundamente afectada).

3. Suelen ser muy frecuentes **los sueños recurrentes y pesadillas** relacionados con el Aborto: niños perdidos, niños mutilados o niños muertos... Los sueños y pesadillas, además de expresar la intensidad del conflicto, en muchas ocasiones son los que te pueden llevar a hacer tal diagnóstico.
4. Otro síntoma llamativo también tratado, es el empeoramiento del SPA en los **aniversarios** bien en el aniversario de la fecha en que tuvo lugar el aborto o en la que hubiera nacido el niño...
5. Y junto a ello no es raro encontrarse con una serie de:
Alteraciones conductuales:
 - Trastornos de la esfera sexual (frigidez etc.)
 - Trastornos de la conducta alimenta (crisis anoréxicas que alterna con episodios bulímicos).
 - Abuso de drogas o alcohol etc.

En el libro publicado por la Asociación Víctimas del Aborto (AVA) en 2005, se recogen varios testimonios, y en mi artículo señalo varios **casos** vistos en mi consulta en donde puede verse reflejados estos síntomas.

(Proyectar algunos resúmenes de historias)

En fin, toda una serie de síntomas que por supuesto van a estar modulados: 1) por influencias culturales. 2) por las características de su personalidad y 3) por la problemática previa de la persona..... (6)

Por eso, pienso que quizás uno de los argumentos más poderosos que puede haber en contra del aborto, es precisamente las consecuencias psicopatológicas. Porque como dice el Profesor Wilke “es más fácil sacar al niño del útero de su madre que sacárselo del pensamiento”.

(6) Cozzarelli C. J. Pers Soc Psicol.. 1993; 65:1224-36

En resumen el **Síndrome post-aborto (SPA)**, aunque tiene algunos criterios comunes con el **trastorno de estrés post-traumático** y otros cuadros psiquiátricos, posee unas **características específicas**.

Entre los síntomas frecuentes, como les digo, que aparecen en las pacientes con SPA, destacan por su importancia diagnóstica y terapéutica. 1) **Los reiterados y persistentes sueños y pesadillas relacionados con el aborto.** 2) **Los intensos sentimientos de culpa.** 3) **La necesidad de reparar.** 4) que, junto **con la depresión y/o ansiedad**, que son considerados síntomas claves del trastorno.

Todos estos síntomas son, a nuestro parecer, expresión de las especiales características del aborto como **acontecimiento traumático**, que sume a la mujer en un conflicto psicológico difícilmente asimilable.

Lo que ocurre, muchas veces, es que el SPA permanece enmascarado tras un cuadro depresivo o ansioso, aunque como señalo, el SPA tiene unas características propias y diferenciadas.

Es verdad que se necesita hacer con urgencia estudios epidemiológicos sólidos, pero de momento no los hay, y hemos de basarnos en casos concretos, que por otra parte son muy significativos y siguen siendo una aportación psiquiátrica válida.

No podemos olvidar, que la enseñanza tradicional de la Psiquiatría no se hizo por medio de estudios controlados, con muestras de varios cientos de sujetos, ni con desviaciones estándar estadísticamente significativas, Sigmund Freud, Eic Erikson, Víctor Frankl, Jane Piaget, Robert Cole... más que ofrecernos estadísticas, nos hablaron de personas singulares pero estudiadas con profundidad. Y es a partir de estos estudios detallados de casos, como llegamos a un conocimiento más profundo del hombre y de su patología.

En definitiva, se puede concluir que el SPA es un **trastorno postraumático (TEPT)**, aunque con ciertos síntomas específicos, muy relevantes, para la comprensión vivencial de la paciente y la intervención psicoterapéutica, y que sería muy útil dotar

Definitivamente al SPA dentro del trastorno post-traumático como entidad propia, mediante su inclusión en **las clasificaciones internacionales**. (7)

Así mismo, consideramos necesarios y urgentes estudios empíricos (aunque ya hay algunos) –libres de sesgos ideológicos- que muestren la verdadera incidencia y la prevalencia real del SPA en nuestra población, de forma, que se puedan proveer los recursos necesarios y, establecer los adecuados programas de prevención y cuidados de las mujeres afectadas y de sus familias.

SANACION DEL SPA EN LA MUJER

Con los datos de investigación disponibles hasta el momento, su tratamiento consiste:

- Intentar que saque a la superficie sus emociones negativas y todas sus ansiedades, hablando de ellas.

- Necesita ser escuchada. (No siempre es preciso que sea el médico, psicólogo o trabajador social). No requiere que tal persona tenga una determinada especialización, sino que tenga capacidad de saber escuchar: ¡Un sentimiento compartido ayuda más que cualquier argumento!. ¡La mejor manera de ayudar a una persona que sufre, es aceptar sus sentimientos, escuchar lo que nos quiere contar, y sobrellevar con ella el dolor!.

- ¡La gente herida y con problemas busca sanación que proviene no de respuestas intelectuales profundas, sino de la escucha compasiva por parte del otro que absorba su dolor!.

- ¡Evitar juzgar! Pero hacer que la mujer se enfrente conscientemente con el aborto y que admita su culpa.

- Tener paciencia, porque requiere un plazo considerable de tiempo llegar a la curación total.

(7) OMS. CIE 10: cdi-10 Madrid: Panamericana, 2000

- Si es necesario, **tratar los principales síntomas**: *antidepresivos* para la ideación suicida; *ansiolíticos* para la agitación, ansiedad, insomnio, *antipsicóticos* para los delirios etc.

- **Necesidad de experimentar el poder divino**. Sentirse perdonada por un Poder Superior, aunque no sea practicante.

- **Saber perdonar** a los que participaron en su desastre personal: esposo, pareja, madre, hermanos, amigos, compañeros de clase etc.

- Las que logran alcanzar este nivel, ver si están dispuestas a dar **testimonio público** de su historia. Jamás debemos pedírselo, porque al hacerlo ellas reviven una experiencia sumamente traumática. Son muy pocas mujeres capaces de hacerlo, pero son de un valor inestimable.

- Cada vez son más los **Centros** que prestan ayuda a estas heridas que produce el SPA.

De hecho, está siendo mayor el número de Instituciones cuyo objetivo es el tratamiento de personas con el SPA. Así **la Institución IRMA** (Institución para la recuperación de mujeres que han abortado) que son Centros donde se presta ayuda a las mujeres y hombres víctimas del aborto ó a casos de embarazos en crisis, están muy extendidas en EE.UU. donde ya hay más de 4.000 Centros de ayuda de este tipo y han empezado a funcionar varios en Alemania, Inglaterra, México, etc.

Cuando la gente consigue la sanación emocional, generalmente toma decisiones adecuadas y resuelve sus problemas.

Carmen Gómez Lavín

31-01-2007