

Salud Mental y Aborto Provocado

Dr. Pablo Verdier M., Médico-Psiquiatra.

Escuela de Psicología, Pontificia Universidad Católica de Chile

Introducción

Es un hecho histórico incontestable: donde quiera que se haya querido despenalizar el aborto provocado, se han suscitado encendidos debates en la opinión pública. Son encendidos porque lo que está en juego son valores humanos fundamentales frente a los cuales nadie que se aproxime al tema queda indiferente. Este debate no es privativo del fuero público, sino que se da primero y sobre todo en el corazón de quienquiera se acerque al tema y tenga que tomar postura. Tal es el caso de las mujeres que han pasado por la experiencia del aborto provocado. Este artículo presentará lo que la ciencia y la clínica muestran sobre el debate interior en el que las mujeres que han abortado se debaten.

Psiquismo femenino

Algunas características de la psicología femenina permiten conjeturar que el aborto no pasa desapercibido al psiquismo femenino. Éstas son, de una parte: *la mujer difícilmente olvida*; de otra: *su vida afectiva gira en torno a las relaciones humanas*. En esta línea, el aborto provocado supone negarse al vínculo, es la negación del afecto al hijo, y ésto, como mostraremos, la mujer difícilmente lo olvida.

Presento a continuación una breve reseña de literatura especializada sobre el aborto provocado y sus relaciones con la salud mental, y a continuación mi propia experiencia clínica.

¿Qué dice la ciencia?

Hasta hace unas décadas atrás, las investigaciones científicas sobre las consecuencias psicológicas del aborto provocado eran susceptibles de lecturas dispares¹. Dificultades metodológicas en las investigaciones eran el mayor obstáculo para llegar a conclusiones inequívocas y siempre quedaba abierta la posibilidad de leer los resultados según la postura del investigador. Ante tales dificultades era fácil hacer un uso ideológico de la ciencia. Aun así, en general, coincidían en describir las secuelas psicológicas en la línea depresiva y de angustia. Literatura reciente lo confirma². En países de matriz cultural

¹ Rogers, J., Stoms, G., Phifer, J., Psychological Impact of Abortion: Methodological and Outcomes summary of Empirical Research between 1966 and 1988; Health Care for Women International, 1989; 10:347-376.

² Cogle, J., Reardon, D., Coleman, P., Depression associated with abortion and childbirth: a long-term analysis of the NLSY cohort; Med. Sci Monit. , 2003; 9 (4): CR157-164.

Gissler, M., Hemminki, E., Lonnqvist, J., Suicides after pregnancy in Finland, 1987-94: register linkage study; B.M.J., 1996; 313: 1431-1434 (7 December).

Cogle, J., Reardon, D., Coleman, P., Generalized anxiety following unintended pregnancies resolved through childbirth and abortion: a cohort study of the 1995 National Survey of Family Growth, Jour. of Anxiety Disorders, 19 (2005), 137-142.

Reardon, D., Ney, P., & col., Deaths associated with pregnancy outcome: a record linkage study of low income women, South. Med. J. Aug; 95(8): 834-41.

y religiosa diferente a la occidental, como el Japón³, se han observado las mismas consecuencias.

Asimismo, las investigaciones coinciden en mostrar que la pareja de la mujer que aborta, con significativa frecuencia presenta algún grado de patología mental⁴, que va desde patología neurótica hasta problemas de carácter.

Por otra parte, si bien no todas las mujeres son igualmente afectadas por el aborto⁵, un porcentaje significativo presenta trastornos psíquicos post-aborto, llegando un porcentaje menor de mujeres a necesitar internación psiquiátrica⁶. Desde esta perspectiva, el

aborto no es tratamiento para ninguna enfermedad psiquiátrica –como algunos han llegado a plantear–. Por otra parte, no hemos hallado investigaciones clínicas que concluyan que el aborto provocado, en el largo plazo, sea inocuo o beneficioso para la salud mental de la mujer.

Quienquiera defienda al aborto como un procedimiento médico, ha de probar su valor científicamente. Por el contrario, de modo creciente, en los últimos quince años las investigaciones sobre el tema se han liberado de prejuicios y posturas científicamente no validadas, para mostrar con estudios con peso estadístico, la magnitud del drama humano y de Salud Pública que se oculta tras una cortina de silencio.

Los datos hasta aquí presentados han sido recientemente avalados por el meta-análisis más extenso nunca antes llevado a cabo, asociando de un modo estadísticamente significativo al aborto provocado con un aumento en el consumo de alcohol y drogas, un aumento en el comportamiento suicida, de depresión mayor y de cuadros de angustia.⁷

En relación a abortos múltiples, estudios muestran que las mujeres con abortos repetidos, presentan algún grado de desajuste mental previo⁸.

Reardon, D., Coleman, P., Cogle, J., Substance use associated with unintended pregnancy outcomes in the National Longitudinal Survey of Youth, *Am. J. Drug Alcohol Abuse*, 2004 May; 30(2): 369-83.

³ Hayasaka, Y., Toda, H., Japan's 22 Year Experience with a Liberal Abortion Law; *Marriage & Family Newsletter*, vol. 4, N° 5,6; may-june, 1973.

⁴ Ottonson, Jan-Otto, Legal Abortion in Sweden: Thirty Years' Experience; *J. Biosoc. Sci.*, 1971; 3, 173-192.

⁵ Donde sí hay mayor consenso entre los autores es en el hecho que las mujeres más vulnerables a padecer secuelas por un aborto provocado, son aquellas con patología mental previa. Este dato, por lo demás evidente clínicamente, ha sido reseñado oficialmente por la O.M.S.: "Las mujeres para quienes el aborto legal es considerado justificado por razones psiquiátricas, son quienes tienen el más alto riesgo de trastornos psiquiátricos posteriores al aborto", "No hay ninguna duda que la interrupción de un embarazo [léase: aborto] puede presentar una psiconeurosis o aún reacciones psicóticas, en individuos susceptibles" (Cfr. Technical Report Series, N° 461, 1970). (No hay investigaciones publicadas que desmientan esta observación).

⁶ Rasmussen, D., Holst, E., Postpartum and Postabortion Psychotic Reactions, *Family Planning Perspectives*, 13 (2), 88-91, Mar.-Apr. /1981.

Reardon, D., Cogle, J., Rue, V., Ney, Ph.; Psychiatric admissions of low-income women following abortion and childbirth; *CMAJ*, May 13, 2003; 168 (10), (Canadian Medical Assoc.).

⁷ Coleman, Priscilla, Abortion and mental health: quantitative synthesis and analysis of research published 1995–2009, *The British Journal of Psychiatry* (2011) 199: 180-186.

⁸ Tornbom, M., Moller, A., Repeat Abortion: a qualitative study, *J. Psychosom. Obstet and Gynaecol.* 1999 Mar; 20 (1): 21-30.

¿Qué dice la experiencia clínica?

La investigación científica cuantitativa siendo imprescindible e insustituible es insuficiente para apreciar el mundo interior de las mujeres que han abortado, y ello porque proporcionan datos y cifras anónimos y no relatos vivos acerca de lo sucedido. No se intuye en los números la verdadera trama psicológica y sufrimiento emocional que padecen estas mujeres.

A fin de ilustrar este sufrimiento psicológico, transcribo afirmaciones relevantes que muchas mujeres han manifestado en el curso de su psicoterapia. No se trata de meras frases sueltas, sino de significados profundos que calan el corazón y la vida de estas mujeres, mostrando cuán dramático es el cargar de por vida con la decisión de abortar.

a) **Un futuro desolador:** “Nada bueno puedo esperar para mi vida”, “No merezco nada bueno para mi vida”, “Ya todo está perdido”, “Yo ya fui”, “No me merezco progresar en la vida”.

b) **En relación a la culpa:** “Ante cualquier fracaso siento que Dios me está pasando la cuenta por lo que hice”, “Nunca me lo voy a perdonar”, “Soy lo peor”, “Soy una arrastrada”. Tras la sensación de culpa aparecen **conductas reparatorias**, como por ejemplo, no tomar analgésicos en el curso de menstruaciones dolorosas porque “merezco sufrir por lo que hice”, o solicitarle al ginecólogo la extracción del útero, aprovechando la ocasión de una intervención obstétrica porque “no me merezco ser mujer”, o dejar de comer golosinas porque “no me merezco disfrutar de la vida.”

c) **En relación a la imagen de sí y la autoestima:** “No me entiendo, cómo llegué a hacerlo”, “En qué estaba cuando decidí abortar”, “Si fui capaz de eso –abortar–, soy capaz de cualquier cosa”, “Me siento vacía”, “Después del aborto, me desconocí a mi misma, no era la persona que yo pensaba.”

d) **Una nostalgia profunda por lo que pudo haber sido y ya nunca será:** “Cómo hubiese sido [la guagua] si la hubiese tenido, hermosa como todas las guaguas”, “Ese niño tiene aproximadamente la edad del que yo hubiese tenido”, “Cuando abrazo a mi nieta, abrazo al hijo que nunca tuve”.

e) **Rencor y resentimiento contra el hombre:** “Los hombres me cagaron, ahora me los voy a cagar a ellos”, “Te crees Dios, el que decide sobre la vida y la muerte”, “Te sientes tan machito ahora, y cuando tuviste que serlo realmente, te corriste”, “Es tanta la rabia que le tengo a NN (su ex-pareja) que no puedo avanzar en la vida”, “Ver al padre de mi hijo abortado, es lo que más recuerdos me trae del aborto”. “Cuando me enojaba con él [la pareja] por cualquier estupidez, en el fondo me enojaba por el aborto.”

f) **Angustia y depresión:** “Con este dolor más vale matarme”, “Me duele vivir”, “Estoy acabada desde el día que acepté abortar”, “Ya no valgo nada”, “No le sirvo a nadie”, “Nada peor me puede suceder”.

g) **Conductas en relación a la búsqueda de alivio del dolor.** Alcohol, drogas, intentos de suicidio.

h) **¿Cómo fue la decisión de abortar?:** “Elegí al hijo como quien elige fruta en

la feria, ésta sí, ésta no”, “Hijos sin amor, ni loca”, “Siento que no me hice la libertad para evitarlo. Me reprocho no haber tenido la fuerza para decir “¡no, no voy a abortar!, mi hijo va a vivir”, “Me preocupaba cómo iba a cambiar mi vida con una guagua”, “No puedo hacerme cargo de una guagua en este momento de mi vida”, “Tengo problemas con mi pareja”, “Tenía que evitar ser madre soltera”, “Fue una decisión *contra el tiempo*, no me podía demorar mucho en pensarlo”.

Al abortar la mujer siente un alivio inicial, inmediato, pues ella ve así solucionado el atolladero en que estaba metida. Un embarazo no deseado, en circunstancias imprevistas, que somete a la mujer a tomar una decisión que no quería tomar, urgida por el tiempo, siempre es una situación difícil. El aborto se presenta entonces como una vía de solución.

i) Finalmente hay que destacar que evaluando retrospectivamente abortos provocados, hemos constatado **signos y síntomas de un Trastorno por Stress Post-Traumático**⁹. Dado que este trastorno no había sido abordado por otros terapeutas previos, pues la mujer lo había ocultado porque sabe que tal sintomatología dice relación al aborto que calla, no sorprende que su evolución clínica sea a la depresión o a cuadros diversos de angustia. En este sentido, y en coincidencia con otros colegas¹⁰, la experiencia me ha enseñado

que, ante un cuadro depresivo crónico e inexplicable, de inicio poco claro y de evolución tórpida, hay que plantearse un aborto como una de las causas posibles.

[A la luz de las afirmaciones transcritas se clarifican tantos padecimientos clínicos de las mujeres, y se hace imposible negar la incidencia del aborto en relación a la salud mental de las mujeres. Culpa, depresión, intentos de autoeliminación, pesadillas, ruptura de vínculos, disfunción sexual, angustia y ansiedad, embotamiento afectivo, reacciones de aniversario, temores ginecológicos, conductas reparatorias, alcohol. Todos estos síntomas y signos se pueden encontrar en mujeres que se realizaron un aborto].

Testimonios

A modo de complemento, transcribo algunas notas y cartas de pacientes que han abortado, donde se evidencia la herida profunda que permanece abierta en su intimidad.

a) “Hijo, hoy tengo treinta y dos años, siete años más de los que tenía cuando decidí que no conocieras la luz, que no tuvieras esperanzas ni ilusiones. Siete años que negué el poder mirar tus ojos y tenerte dormido entre mis brazos, de no querer peinar tu cabello ni calmar tu llanto. Hijo ¡¡perdóname!! Porque no supe lo que era negarte a ti la vida, con ello se extinguió también la mía. Quiero que sepas que aún cuando mi vientre se encuentre estéril y vacío, tú sigues y seguirás siendo mío. Sólo pido estar juntos un día, darte ese abrazo negado, y hoy el mas ansiado, mirar tus ojos y

⁹ Gómez Lavín, C., Zapata García, R., Diagnostic categorization of post-abortion syndrome, *Actas Esp. Psiquiatr.*, 2005 Jul-Aug; 33(4): 267-72.

Rue, V., Coleman, P., Rue, J., Induced abortion and traumatic stress: a preliminary comparison of American and Russian women, *Med. Sci. Monit*, 2004; 10(10): SR5-16.

¹⁰ Prof. Dr. Rubio, José L., Catedrático de Psicología Médica, Universidad de Valladolid:

“Aspectos Psicopatológicos del Aborto”, Marzo/1991. (Informe no publicado)

saber que me has perdonado”. (Dueña de casa).

b) “Sólo tengo ánimo para llorar, que ironía; es alguien que muere, alguien que no sabemos ni sabremos nunca cómo es. Es alguien que muere y lo único que se sabe de él es que nadie lo quiere, nadie quiere que exista, ni siquiera los que lo hemos creado, ¿Puede acaso el hombre ser tan cruel? ¿Cómo es el hombre capaz de crear algo con “*amor*”, para después destruirlo con indiferencia? Ya sé por qué lloro, no soy indiferente, no puedo serlo”. (Joven universitaria).

c) “Amiga, sé cómo te sientes. Aunque no fue fácil, todo parecía solucionarse cuando en medio de aquellas circunstancias creíste dar fin a tu problema. El no saber qué hacer, la confusión, el miedo, y hasta la influencia de otros te llevaron a hacerlo sin mucho pensar. Todo así parecía ser más fácil. Ahora la confusión pasó, ya no te ves envuelta en “circunstancias”. Sin embargo, no te sientes bien. Es como si la confusión se adueñara nuevamente de ti. Estás angustiada, no encuentras razón a tus miedos, hasta lloras y no sabes porqué. Todo es muy extraño. Te sientes sola, como si faltara un pedazo muy grande de ti. Estás mal contigo misma. Te sientes invadida por un sentimiento de culpa que parece no dejarte en paz. Sé que cuando piensas en aquel montón de circunstancias que no dejaron venir tu hijo al mundo, experimentas todos estos sentimientos. Ahora, necesitas ayuda, piénsalo”.
(Nota escrita por una joven universitaria que había abortado, a una amiga que recientemente abortó).

d) “¿Por qué lo hice? No lo sé. Creo haber sido mejor amante que mujer y

madre. A partir de este día tendré que cargar por siempre esta culpa, esta duda y este vacío que siento hoy. Todo lo que siempre quise, se perdió en mi vida. No quiero llorar más por ésto, ni quiero tampoco pensar en lo mejor que pudo haber sido mi vida. Sólo se hoy que lo que hice no lo puedo cambiar, pero sí arrepentirme y cargar con esta cruz por el resto de mi vida”. (Joven universitaria).

f) “Esta soledad me está dejando cada vez más fría, más vieja, más pobre, más débil. Creo que estoy pagando por el pecado que cometí hace un año atrás. Si yo he de pagar con infelicidad, deseo morir. Cuando creí que por fin había encontrado al amor, en realidad encontré el engaño, la traición, la aventura, y la estoy pagando. Creo que día a día estoy muriendo un poquito más. Parece que me están escurriendo por dentro. Nunca voy a olvidar la cara oculta del amor”. (Joven universitaria).

g) “Intento preguntarme cómo sería, y no me importa. Sería hermosa como toda guagua, y yo la maté, y hoy la necesito. Hoy lloro por una maternidad imposible pues ya todo está hecho. No puedo dar vuelta atrás y gritar ¡jino, mi hijo va a vivir!! , no puedo dar vuelta la vida y gritar que voy a ser madre soltera y mi hijo crecerá en mis brazos. Fue allí cuando quedé sola, ahí murió mi hijo y nació esta soledad profunda que no me abandona haga lo que haga. Fue allí donde se gestó la raíz amarga que siempre me acompaña. Hoy lloro mi cobardía. No viví bien a los 20, no vivo bien a los 39”. (Dueña de casa).

Reflexión final

Al reflexionar sobre lo expuesto, tres son las consideraciones posibles, no excluyentes entre sí:

- a) El aborto causa psicopatología.
- b) El aborto es signo de un padecimiento psíquico previo en la mujer, agravándolo.
- c) El aborto es signo de un vínculo de pareja conflictivo, o inestable, o inmaduro, o inexistente, y de un abandono afectivo de la mujer. En este sentido, las mujeres que han abortado sienten que viven su drama en una *soledad injusta*.