

EL SÍNDROME POST-ABORTO

Susan Stanford-Rue

Summary: THE POST-ABORTION SYNDROME. Abortion does not have to be considered as the right that feminists claim because it is an experience of affliction. It is a death that shocks women tremendously and must be surpassed. For a woman who has undergone through abortion in order to manage and recover, she must: a) admit the reality, accept that her child has died; b) understand what has really happened; c) work with all the emotions related to her pain; d) be forgiven by the the people who helped her and advised her to practice it, and, if she has faith, she must beg God forgiveness because it is the only way she can pardon herself.

Key words: abortion, pain, quality of life, suffering, women's rights.

Résumé: LE SYNDROME DE POST-AVORTEMENT. L'avortement ne doit pas être considéré comme un droit réclamé par les féministes, parce qu'il est une expérience d'affliction. C'est une mort qui laisse dans les femmes un traumatisme qu'elles sont obligées de surmonter. Pour que la femme qui a souffert un avortement puisse se récupérer, elle doit: a) accepter la réalité, accepter que son fils est mort; b) comprendre ce qu'elle a réellement fait; c) travailler toutes ses émotions relatives à sa douleur, d) obtenir le pardon de toutes les personnes qui l'ont aidée et l'ont conseillée de pratiquer l'avortement, et si elle est croyante elle devrait chercher le pardon de Dieu, parce que seulement de cette manière elle pourra se pardonner à elle même.

Mots-clés: avortement, douleur, droits de la femme, qualité de vie, souffrance.

Mi propósito aquí es formular algunas preguntas, lanzar un reto, si les parece, acerca de cuánto sufrimiento, si es que lo hay, observamos en las mujeres después de un aborto.

En los Estados Unidos de América se ha hablado mucho acerca de que el aborto se concedió a las mujeres para darles libertad de tomar decisiones acerca de su propio cuerpo (derechos reproductivos), como los llamamos, y ha sido introducido sin un verdadero examen médico y psicológico que aclare: ¿existen efectos secundarios, como se estudia para cualquier medicina?, ¿existen efectos posteriores, psicológicos?

¿Deberíamos ver el aborto como el derecho que las feministas reclaman, o deberíamos en realidad verlo como un caballo de Troya, que trae en su interior otras cosas, no sólo la liberación ante un embarazo no deseado? Muchas mujeres han sido aliviadas de un embarazo no deseado a través de un aborto, sólo para encontrarse sufriendo, a veces inmediatamente, o después de varios meses, consecuencias psicológicas muy graves, no previstas.

Aquéllos de nosotros que trabajamos en este campo tenemos la certeza de que hay muchas mujeres que no esperan encontrar estos efectos posteriores. Siento tristeza al decirles que en más de veinte años de práctica profesional he visto cientos y cientos de mujeres en mi oficina, muchas resumiendo sus sentimientos en las frases: «¿Por qué nadie me dijo?», «¿por qué nadie me dijo que me sentiría así?», «Todo lo que puedo hacer ahora es aprender a afrontar esto; mi bebé ha muerto, ya no puedo hacerlo regresar acá y no podré nunca nunca perdonar-

me a mí misma». No fueron una o dos personas quienes me dijeron eso. No fueron dos docenas de personas. He oído esto de cientos de mujeres. Cientos y cientos.

Por muchos años, el debate alrededor del derecho a la vida se ha enfocado en la voz no escuchada del niño pequeño; la vida indefensa de este niño. La Madre Teresa, a quien el mundo amaba, y quien recientemente nos dejó, se expresó muy firmemente, aun en el momento de recibir el Premio Nóbel de la Paz. En su discurso de aceptación dijo que estaba muy agradecida por el reconocimiento a su trabajo, por la paz entre todos los pueblos de India: hindúes, musulmanes, cristianos, aquéllos sin religión. Pero dijo: «Debo mencionarles el obstáculo más grande a la paz mundial: no es el Medio Oriente ni Sudáfrica ni Irlanda del Norte ni ninguno de los puntos candentes de violencia. El obstáculo más grande para la paz mundial es el aborto».

Si, de hecho, como sociedad educada podemos permitirnos extirpar el comienzo de la vida como medio de manejar un embarazo indeseado o inoportuno; entonces, como ella dijo, hemos comenzado a perder nuestra conciencia.

El Dr. Nathanson hablará más tarde acerca del eclipse de la razón, y ahora yo hablaré acerca de la dignidad, la calidad de la vida. Hacia allá es a donde todos necesitamos mirar. Déjenme hacerles una pregunta. En sus propias vidas, cada uno de ustedes en este salón, ésta es una pregunta sólo para su propio corazón: ¿qué ha sido más duro para usted: un accidente físico o una enfermedad muy grave que tuvo que afrontar, o algún dolor emocional muy intenso?

Me atrevería a decir que la gran mayoría de la gente que está en este salón, tal vez todos nosotros, sabemos que el dolor más fuerte de nuestra vida, así permanezca en secreto, fue alguna pérdida emocional devastadora. Es mucho más duro, ¿no es verdad? Podemos afrontar ese hueso roto, podemos afrontar aun aquella cirugía; pero la pérdida de un ser querido, ya sea debido a rechazo, abandono o muerte, la pérdida de una relación puede ser absolutamente devastadora para nosotros. Así, aunque ustedes no hayan experimentado lo que estamos mencionando esta mañana, pueden comprenderlo si piensan en ese momento del cual les acabo de hablar. ¿Cómo fue ese momento para usted? ¿No le parecía, por momentos, que era imposible alejarse del dolor, que usted deseaba algo, una píldora, una droga, algo, un borrador para eliminar el dolor?

Tristemente, damas y caballeros, eso es lo que veo en muchas, muchas mujeres. Tengo el convencimiento, como mi marido, el Dr. Norman Vincent Rue, quien dirige el Instituto para la Pérdida del Embarazo conmigo, de que de 20% a 50% de las mujeres sufren algún trauma grave. Eso no quiere decir que el otro 50% no; yo veo que todas las mujeres sufren la pérdida, puesto que el aborto es una experiencia de aflicción. Es una muerte. Las mujeres no estarían luchando para superar este trauma si se tratara de la pérdida del dedo pequeño del pie.

No estarían sufriendo como lo vemos. Están sufriendo, algunas negándose a sí mismas que están sufriendo, porque para ellas ha sido algo grave.

Lo siguiente indica el absoluto vacío y soledad que escucho en muchas mujeres. Fue escrito por una mujer que sufre, que trata de manejar su tristeza.

*Si yo hubiera sabido entonces
lo que sé ahora,
tú nunca habrías muerto.*

*Yo te habría abrazado
y te habría alimentado
y te habría tenido a mi lado.
Te habría cantado canciones.*

*Habrías sido para mí
más hermoso que la plata,
más maravilloso que el oro;
pero esta canción es todo lo que jamás te daré,
bebé mío que nunca abrazaré.*

¿Qué podemos hacer con estas mujeres? ¿Las abandonamos? ¿Les decimos: «Qué pena, chica, es tu problema. Tú lo hiciste. Ahora Afróntalo»?

No creo que una persona que fue creada para ser compasiva, para ser amorosa, pueda dar esa respuesta. Me entristece decirles que varias mujeres que he visto han tenido múltiples abortos. No tengo demasiado tiempo esta mañana o, si no, compartiría una serie de estudios de casos con ustedes. Pero una mujer en particular a quien atendí, que había tenido como cuatro abortos, estaba viviendo una vida increíblemente rápida. Ella es una esquiadora profesional; esquiaba en dos continentes; vivía básicamente de drogas, practicando su deporte. Y la única manera como esta mujer finalmente comenzó a afrontar su pérdida y a manejar la necesidad de drogas en su vida para cubrir su dolor fue una pesadilla agresiva que vino acosándola durante muchos años. En su pesadilla, ella continuamente veía un árbol inmenso con muchas, muchas ramas, sin hojas en las ramas. Era un árbol en invierno. Pero del árbol, de muchas de sus ramas, colgaban pequeños fetos sin piernas y sin brazos. Sólo cuando la pesadilla llegó a ser demasiado aterradora y cuando las drogas que tomaba no podían acallarla, fue que ella comenzó a decir: «Necesito afrontar aquí lo que realmente he hecho».

Una artista estaba tan devastada por su aborto, que tuvo que procesar su dolor a través de su arte. Hizo varios cuadros, pero uno de

ellos en especial es extremadamente vívido y gráfico, y es un ejemplo para mí de cuán atormentadas están estas mujeres. Es una imagen de sí misma y del bebé que estaba en su vientre, y al lado puso dos cosas largas que van a venir y a chupar al bebé hacia afuera. Se pueden ver dos como cuernos largos. Ella tenía otro cuadro en el que una gran águila o pájaro entraba y mataba a su niño. El mismo tipo de cosa: el niño, en un sitio protegido, y luego llega a ser atacado. Éste es un ejemplo de lo que vemos que algunas mujeres necesitan hacer.

Regreso a mi afirmación inicial: «Todo aborto es una experiencia dolorosa». Todas las mujeres necesitan llorar su dolor y su pérdida. Y nosotros queremos, con compasión y ayuda, como profesionales, propiciar eso a las mujeres que vienen a nosotros. Pero es importante para ellas afrontar la realidad de lo que han hecho. Ellas no se quitaron apenas un dedo pequeño del pie. Ellas se sienten tan terriblemente mal por lo que en realidad han perdido.

Quiero llevarlos a ver un poquito de lo que vemos en la mayoría de mujeres después de haber abortado. Inicialmente, buscan el aborto porque están en una crisis. Han tenido un amorío, el padre no desea el niño; cualesquiera que sean los factores, ellas sienten que éste no es un buen momento, y cualquiera que sea la racionalización que utilicen para convencerse de que esto es necesario. E, inicialmente, pueden sentir algún alivio. Hay un sentimiento de: «Esa crisis se acabó. Ya salimos de eso». Pero... hay un enorme «pero» en el aborto. Es como ir de mal en peor.

Es decir, una mujer en tales circunstancias piensa: «Bueno, simplemente no pensaré más en eso y voy a seguir adelante con mi vida. Me mantendré ocupada... muy, muy ocupada... Simplemente, seguiré corriendo, apurándome...».

Ella ha tenido una experiencia mucho más fuerte que una normal. Y se convierte para ella

en una experiencia abrumadora, porque no se queda bajo el control en que ella quiere que se quede por pertenecer al pasado de su vida.

Otro problema es que el aborto no es algo de lo que se hable públicamente. Si la gente se sintiera tan bien con el aborto, ¿por qué no les contarían a los demás que se hicieron uno? Pero esto siempre se guarda en secreto. La gente no se enorgullece de lo que acaba de hacer. Si fuera algo tan correcto, lo contarían como si se acabaran de hacer sacar una muela. Pero, de hecho, lo que sucede es que su vida entera se convierte en un secreto. Su primer acto es esconder el aborto, y luego vienen los secretos para cubrirlo. Y así ella empieza a sentir que querría mantenerlo alejado de sí, pero éste sigue reviviendo. Se los explico así: ella puede estar llevando a cabo las actividades habituales de su día y algo disparará un recuerdo del aborto. Es lo último que ella quisiera. Está tratando de sacarlo de su vida, pero se introduce de nuevo, o se impone de nuevo. De repente, está de nuevo en esa sala de abortos, y no puede sacudirse esa sensación. Y esto la molesta muchísimo. Se traumatiza mucho cuando no puede mantener el control sobre sus pensamientos. Esto implica sufrir en contra lo que desea, debido a que experimenta de nuevo la vivencia de un aborto en su vida. Tristemente, hay pocos sitios a donde pueda acudir. Generalmente lucha contra esto en privado, de nuevo sin decirle a nadie. También vemos que si ella tiene aún contacto con el padre, puede ser, él le dice una y otra vez: «¡Ya! ¡Olvídate de eso! ¿Todavía te molesta eso?». Y esto la hace sentir disminuida. La intimidación, no le hace justicia en lo que ella está atravesando y con lo que está luchando. Él menosprecia sus sentimientos y su trauma, lo que empeora el problema, porque ahora ella ya no puede hablar con el padre del niño.

Recientemente tuve unos clientes, una pareja casada. Habían sufrido dos abortos. Esto había devastado su matrimonio, francamente.

Y hace como tres meses, él le dijo: «Te doy seis meses, y más vale que superes esto». Buen tipo, ¿no? Yo le hubiera dicho: «Tienes seis horas para empacar tus maletas». Pero están luchando, tienen otros niños, y están tratando de mantener el matrimonio, de seguir unidos por los niños. Pero ella no quería ninguno de esos abortos y está terriblemente traumatizada por eso. Él la obligó a ello. Y ahora están en una posición terrible. Ella se siente menos mamá, no siente alegría en ser la madre de los niños que tiene. Me dice: «No puedo ni siquiera creer que hice lo que hice, soy tan maternal y tan amorosa». Así que está devastada.

En muchos casos, cuando la mujer empieza a revivir estas experiencias, estos recuerdos que la obligan a regresar, empieza a evitar cosas en su vida que pueden desencadenar esos recuerdos. Se aleja de amigas embarazadas, se aleja de los pisos de maternidad en los hospitales; si tiene suerte, se saltará un piso cuando tiene que visitar a alguien. Evitará los departamentos infantiles en los grandes almacenes. Evitará aun a amigas que tengan niños pequeños, porque no quiere estar cerca de nada que dispare en su mente el recuerdo de lo que hizo. Está tratando como loca de reprimirlo, de ponerlo bajo tierra y de mantenerlo ahí. Trata de usar el mecanismo de negación, el cual es un importante mecanismo de defensa, que todos necesitamos a veces; pero es la negación continuada lo que no es saludable. Pero ella lo toma como una tapa de desagüero y lo atornilla encima de esta experiencia. Dice: «Si sólo pudiera no pensar en eso, podría superarlo». De hecho lo que sí necesita hacer es llorar su pérdida, buscar el perdón; en otras palabras, necesita trabajar con la experiencia, no huir de ella. Mientras siga huyendo de la experiencia, esa culpa se instala, yo creo, dominando su vida interior, contaminando partes de su vida, afectándola, causando ese dolor emocional del que hablé, que sucede en la vida de cada uno y que algunos de nosotros hemos experimentado con mucha dificultad a veces.

Lo que comienza a pasar es que la negación se apodera de su interior: esta mujer comienza a perder interés en otras cosas que le causan alegría. No podemos poner simplemente una tapa encima de nuestros sentimientos. Somos muy sensibles, especialmente los suramericanos, apasionados, que amamos y somos alegres. Y no podemos poner una tapa encima de parte de nuestros sentimientos. Tan pronto como intentemos encerrarlos, vamos a encerrar también el gozo, la felicidad y la espontaneidad. Así, lo que se produce es esta pérdida de emoción. Ya una no se interesa en las cosas que le causaban alegría, ya fuera el trabajo u otros miembros de su familia. Y este tipo de enfermedad comienza a impregnar la mayor parte de lo que hace. Y se da una pérdida general de interés en las cosas que le ayudaban a seguir con su vida.

Tengo una cliente que tuvo un aborto, también una mujer casada que decidió que ya habían tenido suficientes niños. Esta mujer no fue obligada por su marido, sino que era una mujer que se enfermaba fuertemente en sus embarazos. Y a través, realmente, de una serie de errores, en los cuales ella nunca debió incurrir, como pensar en un aborto, mucho menos practicarse uno, terminó haciéndolo, y le ha tomado casi cuatro años de trabajo bastante dispendioso comprender que debe seguir con su vida. Voy a ver si alcanzo a tratar lo demás; iba a hablar acerca de su recuperación. Ha estado muy atrapada en la falta de perdón.

A medida que ella descende en espiral, esta pérdida de interés, esta falta de deseo de vivir se convierte para ella, verdaderamente, en un alejamiento de sus amigos y aun de sus seres queridos. Ella comienza a aislarse como pasando a través de los movimientos de la vida sin ser capaz de procesar ese dolor que está instalado ahí. No sabe cómo hacerlo, trata de pensar que si sigue alejándose de él, se irá definitivamente. Tristemente, algunas mujeres que se que-

dan atrapadas en este aislamiento pueden tener pensamientos suicidas. Su depresión se vuelve demasiado profunda, y comenzamos a ver lo que llamamos *ideación suicida*. Ella comienza a pensar que no hay salida del dolor, salvo quitándose la vida.

Algunas mujeres, de hecho, tratarán de continuar viviendo; unas se automedican, otras se volverán sexualmente promiscuas, desvalorizándose a sí mismas. Algunas otras no querrán saber nada del sexo, nunca más, porque sienten que eso fue lo que las metió en esto. Así es que pueden ocasionarse serias disfunciones para las mujeres. Ahora bien, no estoy diciendo que todas las mujeres sufran hasta este grado. Estoy diciendo que la mayoría de las mujeres sufren en cierta medida. Todas las mujeres necesitan procesar su dolor. Y algunas mujeres sufren daño psicológico muy grave. Yo me concentro, más que todo, en los efectos psicológicos, pero hemos visto un aumento en algunos de los efectos médicos. Existe un estudio reciente, de Noruega, que indica que las mujeres que abortan su primer hijo tienen 30% más probabilidades de contraer cáncer del seno en el futuro.

Así es que existen algunas complicaciones muy serias de las que las mujeres no están al tanto. Lo que deseo es animarlos a hacer lo que nos corresponde como una sociedad compasiva. Creo que las mujeres quedan devastadas por el aborto. Lo he visto más veces de las que puedo contar. Creo que debemos ser honestos acerca de los efectos del aborto, no sólo para el niño sino también para la mujer. Pero también quiero decir que para algunos de nosotros, que conocemos mujeres que están sufriendo este dolor, puede haber esperanza. Y que una mujer así puede hallar recuperación, y perdón, y reconciliación, si se pone en las manos adecuadas y si se dirige hacia las personas preparadas para auxiliarla.

Pero es necesario que su recuperación pase por cuatro etapas: ella debe admitir lo que real-

mente pasó, es decir, romper la negación, afrontar la realidad de que su hijo murió y de que ella lo ha perdido. Dos: que haya una contrición, que haya remordimiento, que haya una comprensión de lo que realmente hizo. Tres: debe trabajar con todas las emociones relacionadas con la experiencia, su dolor, su tristeza: ya sea que lo haga por medio de una pintura, ya sea que lo haga en un poema, por medio de una carta, lo que sea que le ayude –con la asistencia de un buen terapeuta– a procesar su pérdida, su aflicción, y ello es largo. Y, finalmente, debe avanzar en el perdón. Y hay varios pasos: el perdón al padre, si se sintió coaccionada. El perdón a cualquier otra persona que la hubiera convencido y le hubiera dicho: «No es nada del otro mundo», y ella descubrió que sí era algo serio. Frecuentemente, el perdón de su Dios es la siguiente clave, si ella tiene una fe. Yo no conozco las estadísticas aquí. Pero similarmente a lo que vemos en Estados Unidos, cerca del 80% de las personas aún sí rinden culto en diferentes sitios, profesan su creencia en Dios. Y es importante que ellas tengan una reconciliación y que busquen el perdón de su Dios, porque sólo entonces pueden empezar a perdonarse a sí mismas. La frase: «El Autor de la Vida debe sanar la pérdida de la vida» es una parte crucial en su sanación.

Y, finalmente, lo que hago, para facilitar el cierre, es llevarla a un viaje de recuperación. Y el propósito de ese viaje de sanación (aunque no tengo tiempo hoy de llevarlos en un viaje de éstos, pero es una experiencia increíblemente reconciliadora) es que la oiga definir cuál es su fe, no importa cuál es mi fe, sino dónde está la fe de ella. Qué tan importante es para ella y cómo la ve ella, y cómo ve a Dios. Y entonces, una vez que ella ha pedido ser perdonada, comenzamos a ver a su hijo en los brazos de Dios en el Cielo. Y esto le trae una paz increíble, porque ya no está insistentemente concentrada, como muchas mujeres que se estancan en la terrible experiencia, en la clínica, donde ella, de

hecho, pudo haber visto –se sorprenderían de saber cuántas mujeres ven las consecuencias– lo que queda al terminar. Y eso queda impreso en sus cerebros por el resto de sus vidas. Ellas me cuentan exactamente lo que han visto. Otras mujeres han visto los restos de un aborto en su casa, en el sanitario. Tuve una paciente que me contó eso después de veinte años, sin que hubiera contado nunca una palabra a nadie. Ella había guardado el secreto, que estaba matándola desde dentro. Esa persona está hoy en un buen lugar. Pero ellas deben empezar a dejar ese recuerdo y pasar al futuro, a ver que algún día para ellas habrá una reunión en el Espíritu. Pero les traerá paz ver a su hijo abrazado y amado en el seno de Dios.

Y, en ese viaje, lo que hacemos es pedirle que vea en su mente, a través de una visión guiada, cómo ella abraza, como si hubiera podido hacerlo, recibéndolo de los brazos de Dios, a su hijo; que vea cómo lo mece un rato y que le hable a su hijo del amor que siente. Esos instantes son un verdadero don para mí, tener la oportunidad de vivir esos momentos con mujeres, porque son palabras de amor: «Hijo, yo te amo, perdóname por lo que pasó, siento mucho lo que hice. Tú eres tan precioso para mí». Es la oportunidad para que la mujer establezca esencialmente un lazo maternal espiritual, aunque nunca más podrá tenerlo en el aspecto físico. Ella ha tenido la oportunidad de expresar su amor, en lugar de verse como un ser humano terrible que hizo algo terrible. Es ahí donde ella permanecía estancada.

Así que déjenme terminar con un poema que una mujer escribió después de uno de esos viajes. Esto lo escribió una mujer sanada que ha-

bía experimentado un trauma muy severo durante cerca de cuatro años:

*Ya lo sabía antes de decirlo,
como frecuentemente sucede con las mujeres,
que había una vida dentro de mí,
aunque oré para que no fuera cierto.
De un momento a otro, yo ya no estaba sola.
El miedo se instaló dentro de mí permanentemente.
Atacaba mis pensamientos por medio de estados de ánimo
oscuros, sombríos...
«¿Cómo pudo esto haberme pasado a mí?»
«¡No quiero este bebé!»
«¡No hay otro camino!»
«¡Deshazte de él!»
Eran palabras que yo escuchaba.
El precio por pagar parecía insignificante.
La blancura del techo, las luces fuertes y el aire cortante,
frío,
están vívidos en mis recuerdos.
Nunca creí que me importaría.*

*Pasaron los años, sólo con pensamientos pasajeros.
Pudo haber habido un vacío;
y ni una sola vez se me ocurrió pensar
que eso había sido un asesinato,
y que era un pecado.
Nunca me pareció así
hasta que, en una horrible noche,
una pesadilla irrumpió en mi sueño.
Yo grité y lloré de angustia.
Podía ver al Señor a mi lado, cerca a esa mesa en ese sitio.
Vi sus ojos, y luego oí su voz, y lágrimas se escurrían por
sus mejillas.
Con una voz quebrada me dijo:
«Hija mía, dime: ¿por qué?
Yo trabajé con amor para hacer ese niño.
¿Por qué tuviste tú que dejarlo morir?»
Desde ese encuentro con mi Señor,
Él ha curado todas mis heridas
y ha perdonado mis pecados.
Pero nunca estaré completamente sana
hasta que dejen de ocurrir abortos. ■*