



MU
TAN
TE

¿POR QUÉ NOS SENTIMOS MAL AL ABORTAR?

Las razones más comunes según
la psicóloga y docente Ingrid Cruz*

#HABLEMOSDELABORTO

*Magíster en psicología jurídica y perito en psicología forense.

EN ALIANZA CON: **al**
hara
ca **GK** **EL ESPECTADOR** **PIE** **PÁGINA**

Ingrid Cruz ha acompañado a mujeres víctimas de diversas violencias —algunas en proceso de interrupción voluntaria del embarazo (IVE*)—. A partir de esa experiencia, ha construido herramientas para profesionales de la salud en este tema.

Le preguntamos por la afectación de la salud mental ante este proceso y de dónde viene el posible sufrimiento.

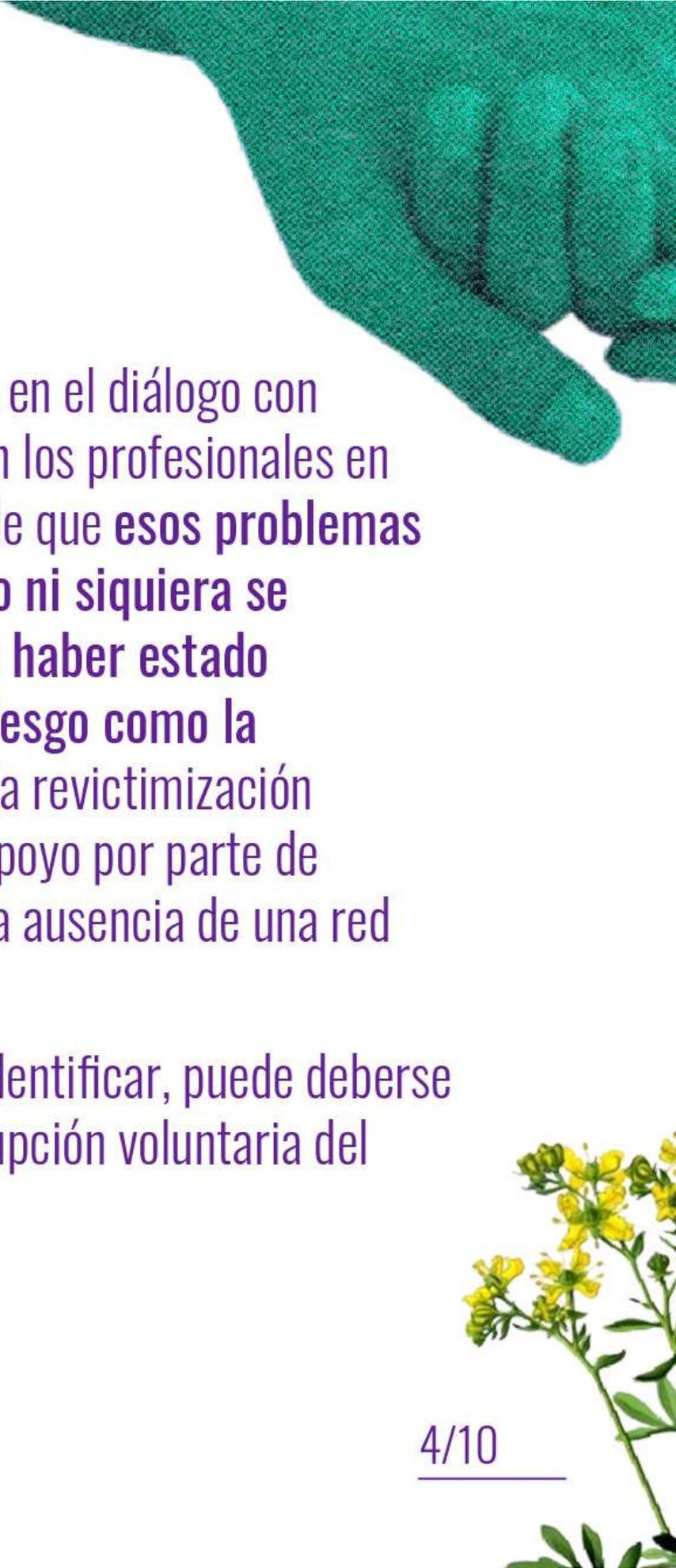
ESTO NOS RESPONDIÓ

*Ive: Interrupción voluntaria del embarazo



UNAS VECES TRISTEZA Y OTRAS VECES ALIVIO

“Me he encontrado con varias situaciones: en primer lugar, mujeres a las que la IVE y las circunstancias posteriores a ella les generan unas afectaciones a nivel emocional, no tanto trastornos mentales como depresión o ansiedad, sino lo que llamamos problemas mentales, por ejemplo **tristeza recurrente, llanto inexplicable o sentimientos de culpa**”.

A hand holding a small yellow flower. The hand is positioned at the top right of the page, with the index finger pointing towards the text. The flower is at the bottom right, with its stem and leaves extending upwards.

“Pero cuando uno ahonda en el diálogo con las mujeres y también con los profesionales en psicología, se da cuenta de que **esos problemas mentales disminuirían, o ni siquiera se hubieran iniciado, de no haber estado presentes factores de riesgo como la estigmatización social**, la revictimización institucional, la falta de apoyo por parte de la pareja, de la familia y la ausencia de una red de apoyo sólida.

En lo que hemos podido identificar, puede deberse más a ello que a la interrupción voluntaria del embarazo en sí misma”.



“Ahora, también conozco mujeres en donde su experiencia constituyó —no sé si sea la palabra correcta— **un alivio, porque esa gestación no fue buscada, no fue planificada**; porque no contemplan dentro de su proyecto de vida la maternidad, y la interrupción voluntaria del embarazo fue una salida viable **para no afectarse a sí mismas, pero tampoco afectar a un niño o una niña que naciera en el marco del no deseo**”.



¿PUEDE HABER DUELO?

“El duelo es un proceso de adaptación emocional, psicológica, que surge tras una pérdida, entonces es muy esperable que después de la interrupción del embarazo pueda surgir por esta pérdida que, aunque fue una decisión de la mujer, implica el desprendimiento de la maternidad”.

¿PUEDE HABER IDEACIÓN SUICIDA?

“Puede aparecer, pero volvemos al primer punto: los pensamientos suicidas recurrentes pueden surgir tras la IVE, pero más aún ante la ausencia de factores protectores”.





LA ESTIGMATIZACIÓN Y EL MACHISMO

“No sabría decir si es mayor el número de mujeres con afectaciones mentales tras la IVE que las que no, pero apostaría un poco a que sí, pues aún a nivel social se criminaliza, se estigmatiza, y entonces las mujeres se ven abocadas, por ejemplo, a no poder contar en una reunión familiar que optaron por interrumpir el embarazo. Ah, pero sí pueden contar que están en embarazo”.





“En muchos casos, también el embarazo constituye recibir juicios de valor. Me disculpas las expresiones: *Es que abrió las patas tan chiquita. Es que debe ser como medio vagabunda. Es que estas jovencitas de ahora son muy avispadas.* Todo tipo de expresiones que hacen pensar: si una adolescente está embarazada es malo, pero si se interrumpe su embarazo también es malo”.



“Entonces, ¿será realmente que el punto de la diferencia es la gestación? ¿O el punto son las libertades de las mujeres? ¿En dónde está lo que incomoda tanto? ¿Realmente en que no se lleve a término una gestación, o lo que duele, incomoda y genera escozor es que las mujeres tengan la posibilidad de decidir?”.



**MU
TAN
TE**

**¿Cuáles crees que
son los sentimientos
que experimenta una
persona al abortar
y de dónde vienen?**

#HABLEMOSDELABORTO