

Para cualquier mujer, aunque lo haga muy decidida, abortar es un suceso dramático

En las últimas semanas, a raíz de una propuesta en el Ayuntamiento de Madrid que impelía a informar a las mujeres sobre el síndrome postaborto, ha crecido un debate sobre las consecuencias de la interrupción de un embarazo. Un debate político que ha oscurecido la voz de quienes más pueden aportar en esta cuestión: los médicos, los psicólogos y las mujeres (y hombres) que lidian con los efectos psíquicos de un aborto.

Entrar en el debate sobre el síndrome postaborto es pisar un campo minado, porque el aborto polariza no solamente a la sociedad, sino también a la ciencia.

En la revisión de la literatura académica sobre las consecuencias del aborto hay estudios absolutamente divergentes: mientras unos muestran una mayor prevalencia de trastornos como depresión o ansiedad en mujeres que han sufrido un aborto, otros sostienen exactamente lo contrario: una mejoría en la salud mental de las mujeres que han interrumpido su embarazo. En uno y otro caso, es fácil encontrar sesgos ideológicos y trabajos de escasa calidad.

Hace ya más de diez años, en 2014, Justo Aznar, el entonces director del Instituto de Ciencias de la Vida de la Universidad Católica de Valencia, y Germán Cerdá, profesor de la misma universidad, publicaron una revisión de toda la literatura científica hasta el momento. El artículo concluía que, desde un punto de vista médico, un síndrome es un conjunto de signos y síntomas que configuran una enfermedad y, como no se puede evidenciar un conjunto específico de síntomas postaborto que constituyan una enfermedad, se descarta el síndrome. Al mismo tiempo, el artículo confirma los trastornos psicológicos secundarios que sufren muchas mujeres.

En ese sentido, las dos “partes” enfrentadas tienen razón. Los que dicen que no es científico hablar de síndrome postaborto y los que señalan que no se debería privar a la mujer de la información de los

síntomas secundarios que puede dejar en la psique un aborto.

Hablan los profesionales

Desde su experiencia y acompañamiento de mujeres que han abortado, la psicóloga Fuencisla Casanova piensa que sí es apropiado hablar de síndrome y ve muy positivo el debate: “Es una discusión necesaria porque es una realidad científica que está siendo ocultada y porque lo que está claro es que el aborto no es inocuo para la mujer. Hay un conjunto de síntomas muy negativos: miedos, fobias, pesadillas, psicosis que pueden aparecer al principio o más adelante, porque hay mujeres que durante muchos años viven un proceso de disociación y siguen actuando como si no hubiera pasado nada, hasta que algo desencadena la reacción”.

Negar las consecuencias físicas y psicológicas del aborto deja desprotegidas a las mujeres

Ondina Vélez, médico de familia y experta en salud sexual y reproductiva, piensa que el actual debate es más político que médico. “Creo que no tiene mucho sentido entrar en la discusión de si existe el síndrome postaborto o no, porque eso al final es un tema de lenguaje. Y porque además lo que sí existen son los síntomas físicos, psíquicos y psicosomáticos que atraviesan muchas mujeres después de un aborto, ya sea provocado o espontáneo. Más en el primer caso, porque hay todo un procesamiento de las razones que a uno le han llevado en un momento determinado a hacer algo. Al final, para cualquier mujer, aunque lo haga muy decidida, abortar es un suceso dramático”.

Por eso, para Vélez, las cifras de aborto y de abortos recurrentes (mujeres que han abortado tres, cuatro o más veces) deberían acometerse como un fracaso, algo de lo que una sociedad no puede enorgullecerse.

En lo que coinciden estas dos profesionales es que negar las consecuencias físicas y psicológicas del aborto deja desprotegidas a las mujeres.

“En cualquier intervención médica, hay una información previa y un seguimiento posterior, señala Vélez. No ocurre así con las mujeres que sufren un aborto. Si niegas que pueda haber síntomas después de un aborto, natural o inducido, las dejas solas, e incluso puedes estigmatizarlas. Los políticos se han metido en una batalla política por el lenguaje y lo que nadie se pregunta es qué habría que hacer para ayudar a las mujeres”

“A la mujer la dejan a los pies de los caballos, señala Casanova, es

necesario acompañarlas, apoyarlas y, por ejemplo, agilizar la adopción para que sea una opción viable”.

También señalan la necesidad de seguir investigando con rigor. En ese sentido, las dos destacan el reciente estudio realizado por el Charlotte Lozier Institute, en Canadá que ha seguido durante 17 años a un millón de mujeres y concluye que las tasas de hospitalización por problemas de salud mental en mujeres que habían abortado era el doble que en las que no; y que, entre aquellas, las tasas eran especialmente altas en los cinco años posteriores o si habían abortado con menos de 25 años.

Frente al debate político, el dolor personal

En cualquier caso, como en toda batalla política, las ideas -y los estudios- van por un lado y la realidad por otra. El debate terminológico es uno y la batalla de algunas mujeres, otro diferente.

Es el caso de Paula que, cuando tenía 20 años y estudiaba la carrera, se quedó embarazada. Después del desconcierto inicial, con la ecografía en sus manos y la premonición del ginecólogo -“parece niña”-, se ilusionó con la idea de ser madre. Pero la ilusión le duró pocos días. Su novio estaba aterrado. No quería ser padre, tenía planeado un Erasmus, deseaba seguir sus estudios y olvidarse cuanto antes del “problema”. Paula estaba firme: tendría a su hija con o sin él. Pero entonces intervinieron los adultos: sus padres y, sobre todo, los de su novio. Le pidieron volver a casa -estudiaba fuera de su ciudad- para hablarlo con calma. “Fueron dos días de llantos, de chantaje psicológico, de ‘no nos puedes hacer esto’ y de ‘tranquila que no te vamos a dejar sola’. Mi fortaleza iba resquebrajándose. Me habían alejado de mis amigas, que me apoyaron en todo momento, y ahora tenía delante a cinco personas repitiendo que les iba a arruinar la vida, que era una egoísta”.

Paula terminó cediendo. Han pasado muchos años, pero cuando relata su paso por la clínica, recuerda, como si fuera ayer, todos los detalles. La sala, los objetos, las caras del resto de las chicas, las conversaciones de las enfermeras antes de sedarla... “Esa noche no pegué ojo: ni la siguiente, ni la siguiente... cuando cerraba los ojos empezaban las pesadillas. Niños llorando, bebés por todas partes, mujeres embarazadas contando lo felices que eran con sus hijos... así una noche y otra y otra... innumerables noches sin dormir, llorando, asustada, sintiéndome basura. Había matado a mi hijo, a mi propio hijo, todo lo que yo defendía, todos mis principios, mis valores, los había tirado por la borda. Me dijeron que no me iban a dejar sola, pero eso es exactamente lo que ocurrió. Nadie me entendía, todos se habían quitado su peso de encima y estaban felices pero, ¿y yo? Nadie

se preguntó cómo lo estaba pasando yo, su problema ya estaba solucionado, lo que viniera después no les importaba. Estaba sola”.

“Es delirante: cada vez que vas a realizarte una operación del tipo que sea te dan toda la información: los pros, los contras, lo que te puede pasar, los riesgos...” (María)

Después de mucha ayuda profesional y un proceso de sanación, María afronta el futuro con esperanza, pero no puede evitar resolverse cuando alguien niega las consecuencias del aborto. “Cada vez que oigo que no existe un síndrome postaborto me da bastante rabia, es como si me dieran un puñetazo, porque es algo que, para los que lo hemos vivido, es muy real. Y me enfada que se piense que esto es algo que tiene que ver con el partido al que votas o dejas de votar, cuando se trata de una vivencia”.

Una vivencia que, en palabras de María, deja una huella de por vida: “Lo pasamos muy mal durante todo ese proceso y no nos llegamos a curar del todo. Simplemente aprendemos a vivir con ello, pero siempre hay alguna cosa que nos lo recuerda. Y es cierto que, a lo mejor, el dolor lo aprendes a abrazar un poco y ya no es como los primeros días, porque lo has tratado como tratas una depresión o como tratas cualquier tipo de enfermedad. Pero es una enfermedad crónica... mejoras, pero no desaparece”.

María subraya el contraste de que se quiera negar una información que, en cualquier otra intervención, sí se da: “Es delirante: cada vez que vas a realizarte una operación del tipo que sea te dan toda la información: los pros, los contras, lo que te puede pasar, los riesgos... Pienso que -en el aborto- deberían también informarte de las consecuencias que conlleva, a nivel físico y psíquico”.

Los hombres también sufren

El debate del síndrome postaborto ha dejado fuera de la ecuación a los hombres, como si el tema no fuera con ellos. La realidad es que, aunque quizás es un dolor que da menos la cara, hay muchos hombres que sufren también las consecuencias del aborto.

José tiene 52 años y, en 1994, cuando estaba en los primeros cursos de carrera, su novia se quedó embarazada. “En esos momentos vivía en un país donde el aborto no era un problema y solo se penalizaba si el feto tenía varios meses. Éramos muy jóvenes y muy pobres, y veíamos imposible tener un hijo en esas circunstancias. Ambos estuvimos de acuerdo en que ella interrumpiera su embarazo de pocas semanas. No veíamos otra opción y, además, en lo personal, tampoco en ese momento le di mayor importancia: aunque era cristiano pentecostal, aquella

El debate sobre el “síndrome postaborto”: que hablen los protagonistas

Publicado: Viernes, 21 Noviembre 2025 08:23

Escrito por Ana Sánchez de la Nieta

iglesia no decía nada sobre el aborto en esas primeras semanas; no consideraba que se tratara de eliminar propiamente a una persona, sino solo unas células. El propio nombre del procedimiento, ‘regulación menstrual’, enmascaraba la realidad del aborto; la atenuaba. Cuando acabó todo, ella salió adolorida, desenchajada, y a mí me dio vergüenza”.

Aquello sucedió hace 30 años, pero sigue en su memoria. José terminó sus estudios, se echó una nueva novia con la que está felizmente casado y, con el tiempo, ganó conciencia de que no se trataba solo de “unas células”, sino de su hijo.

Y lo sigue “recordando”: le da una figura algo difusa en su mente, y se pregunta cómo sería. “Me acuerdo a diario; no se me ha olvidado la fecha del aborto, y durante todo este tiempo, he tenido un pensamiento dolorosamente recurrente: ‘Ahora tendría 10 años; ahora tendría 20, ahora tendría 31 años’. Sé que tengo un hijo en el cielo; que soy padre. Nunca, fuera de mi familia, había contado aquella experiencia, hasta hoy, pero como tengo fe y sé que Dios me ha perdonado, en ese sentido tengo paz. Yo he rehecho mi vida, pero cuando escucho hablar de que no existe el síndrome postaborto, que es algo acientífico, pienso que -al menos en mi caso- ha sido una realidad, y que no solo afecta a la mujer, sino también al hombre”.

Todos estos testimonios apuntan en la misma dirección: más allá del debate científico sobre si existe un síndrome o no, es importante no silenciar las experiencias -muchas veces dolorosas- de quienes han afrontado un aborto. Y dejar a un lado las ideologías para hacer políticas propositivas que ayuden a las mujeres embarazadas.

Ana Sánchez de la Nieta en acepresa.com