**SINDROME POST-ABORTIVA**

Il termine aborto indica “l’interruzione, spontanea o provocata, della gravidanza prima del 180° giorno”. Nell’aborto spontaneo l’interruzione della gravidanza dipende da cause naturali, mentre nell’aborto provocato o interruzione volontaria di gravidanza può dipendere da diverse cause artificiali.

In entrambe queste condizioni la donna potrebbe vivere una ripercussione a livello psicologico che le provoca sofferenza, anche se nel senso comune si crede che la donna che sceglie di abortire non provi dolore o senso di perdita. Le conseguenze a livello psicologico però sembrano essere diverse nell’aborto spontaneo e provocato, ma in entrambi i casi per indicare il malessere e la sofferenza che una donna vive dopo l’aborto si parla di “sindrome post-abortiva”.

La gravidanza è un momento nella vita della donna molto delicato perché porta ad un cambiamento sia sul piano fisico che psicologico molto forte. Generalmente è un evento che viene associato a sentimenti positivi ma quando essa non è desiderata potrebbe portare a vivere una condizione di disperazione, shock e forte ansia.

*Interruzione Volontaria di Gravidanza*

La gravidanza elicita vissuti emotivi positivi e negativi, e porta a sviluppare precocemente un legame con il futuro bambino anche quando non è desiderata. La scelta di interrompere una gravidanza è un evento doloroso e traumatico poiché spesso potrebbero convivere nella donna sentimenti ambivalenti verso il bambino. In questa situazione di estrema fragilità che la donna vive le influenze che riceve dall’esterno potrebbero incidere sulla decisione e anche sui successivi vissuti della donna.

La scelta di interrompere una gravidanza non è mai facile e spesso per la donna questo è un momento complesso e stressante, poiché la decisione di abortire o meno potrebbe scatenare conflitti interiori di carattere morale, personale e sociale.

A seguito di un’interruzione volontaria di gravidanza si potrebbe manifestare la sindrome post-abortiva, caratterizzata da sintomi depressivi, panico, disturbi del comportamento alimentare, incubi, disturbi del sonno, pensieri ricorrenti sull’aborto e sentimenti di angoscia, rabbia, colpa, rimpianto.

La sindrome post-abortiva è una condizione da non sottovalutare dal momento che può rientrare all’interno della categoria dei disturbi post traumatici da stress.

Un elemento molto importante da considerare è il vissuto d’ansia che la donna prova sia prima dell’aborto che dopo. Questa forte ansia potrebbe avere una ripercussione a livello delle interazioni sociali causando isolamento sociale, e portare a una diminuzione della stima di sé ma anche a malesseri fisici come cefalee, disturbi gastrici, alimentari e del sonno. In casi molto gravi questa forte ansia esperita potrebbe sfociare in tentativi di suicidio/idee suicidarie. Talvolta per gestire e/o alleviare questo vissuto d’ansia le donne potrebbero ricorrere anche all’uso di sostanze, esponendosi a ulteriori rischi per la loro salute fisica e psicologica.

Le donne che hanno abortito inoltre sono anche più a rischio di sviluppare depressione anche dopo diverso tempo dall’aborto.

La sindrome post-abortiva oltre ad avere un impatto immediato sulla vita della donna potrebbe portare anche a conseguenze a lungo termine, influenzando il rapporto con i futuri figli, e la possibilità di creare un buon legame materno.

Vivere un’interruzione volontaria di gravidanza non porta necessariamente a sviluppare la sindrome post-abortiva, ma in presenza di determinati fattori di rischio, legati all’ambiente di vita, le probabilità che questa insorga aumentano notevolmente. Alcuni di questi fattori di rischio sono: scarso supporto sociale e familiare, ricevere pressioni sulla decisone da prendere da parte di parenti e amici, cambiamenti negativi nella relazione con il partner, povertà, aver subito abusi fisici e psicologici durante l’infanzia, partner violento, conflitti legati alla presa di decisione, la giovane età della donna.

Talvolta una delle conseguenze immediate dell’aborto è una riduzione dell’ansia legata alla fine di una condizione fisica indesiderata.

*Aborto spontaneo*

Una gravidanza desiderata per la famiglia, e per la donna in particolare, è solitamente un evento gioioso e carico di felicità. Tra la donna e il bambino si instaura un legame molto forte e i genitori iniziano a immaginare il futuro bambino nelle loro vite, si creano delle aspettative sul suo aspetto e sul suo carattere, ma anche su di loro come genitori.

Un aborto spontaneo distrugge tutte queste aspettative e viene vissuto come un evento estremamente doloroso e traumatico, soprattutto da parte della donna. In seguito a un aborto spontaneo potrebbero emergere nella donna sintomi ansiosi, depressivi, tristezza, rabbia, pianto, ritiro sociale, pensieri ricorrenti sul bambino perso, disturbi del sonno e dell’alimentazione, forte senso si colpa, idee suicidarie, senso di inadeguatezza. Molto spesso le donne attribuiscono la perdita del bambino al loro corpo o al loro comportamento, ritenendosi responsabili della perdita. Gli effetti di un aborto spontaneo possono emergere anche dopo molto tempo, in particolare la donna che ha vissuto un aborto spontaneo ha un rischio maggiore di sviluppare una depressione post-partum dopo un'altra gravidanza.

Questa sintomatologia e il dolore della perdita solitamente tendono a migliorare dopo alcuni mesi.

In conclusione, possiamo dire che sia l’aborto spontaneo che l’interruzione volontaria di gravidanza sono due eventi estremamente traumatici nella vita della donna ma potrebbero essere accompagnati da risposte psicologiche e da un decorso dei sintomi diverso.

Subito dopo l’aborto:

* Volontario 🡪 diminuzione dell’ansia
* Spontaneo 🡪 più ansia, più gravità nei sintomi

Dopo 3-6 mesi dall’aborto:

* Volontario 🡪 più ansia
* Spontaneo 🡪 regressione dei sintomi.