

Corso di aggiornamento Maternity care

Torino. 28 aprile 2012

ABORTO PREGRESSO E NUOVA MATERNITÀ

Dott.ssa Cristina Cacace

Psicologa Psicoterapeuta

Ist. di Terapia Comportamentale e Interpersonale - ROMA

La donna, sin dal momento del concepimento, entra in uno stato di crisi e di fragilità psicologica, dovuto ad un profondo e strutturale cambiamento sia fisico che psicologico caratteristico della gravidanza. L'attaccamento al feto, un processo non consapevole che inizia a svilupparsi subito dopo il concepimento, appare fra tutti quello più determinante nell'insorgere di uno stato di ambivalenza nel caso di una gravidanza non voluta. L'ambivalenza risulta essere il fattore più importante per l'insorgenza di disturbi psicologici dopo l'aborto procurato. Infatti, anche se subito dopo l'intervento si riducono i livelli di ansia, successivamente l'IVG può essere vissuto o come una grave perdita, o come l'uccisione volontaria del proprio bambino, o al contrario il vissuto affettivo doloroso viene allontanato dalla consapevolezza, perché troppo angosciante, per poi emergere successivamente. In questo contesto l'aborto rappresenta uno <<stressor traumatico>> che non viene assimilato e integrato all'interno della personalità, e che quindi supera la soglia individuale di adattamento, favorendo la comparsa di una serie di disturbi mentali tipici del PTSD.

Aborto pregresso e nuova maternità

Dr. Ssa Cristina Cacace

Psicologa-psicoterapeuta

*“...è stato tanto tempo fa. Ma non è vero,
come dicono molti che si può seppellire il
passato. Il passato si aggrappa con i suoi
artigli al presente. Sono 26 anni che
sbircio in quel vicolo deserto.
Oggi me ne rendo conto”*

La gravidanza

Il cervello femminile inizia a trasformarsi

- due settimane dopo la fecondazione:
 - I livelli di progesterone aumentano.
 - I circuiti cerebrali si rilassano e la donna avverte una sensazione di sonnolenza e la necessità di nutrirsi e riposarsi più del solito.
 - Il SNC cambia le sue reazioni agli odori e agli alimenti
- Durante i primi 2-4 mesi il progesterone incrementa da 10 a 100 volte il suo normale livello avvolgendo il cervello con un effetto sedativo simile a quello delle benzodiazepine. Lo scopo è quello di proteggere il SNC dagli ormoni dello stress.

La gravidanza

- Cambiamenti psicologici:
 - Alla nascita fisica del bambino corrisponde la nascita psicologica della mamma che nella propria mente dà origine ad una nuova identità: ***il senso dell'essere madre***
 - Il frutto di questo lavoro psicologico è "***l'assetto materno***"
 - Questo processo è caratterizzato dal fatto che ogni donna sviluppa un assetto mentale fondamentalmente diverso da quello che aveva precedentemente ed entra in un campo esperienziale sconosciuto alle non-madri.
 - L'assetto materno spinge ai margini la vita mentale preesistente ed occupa con forza l'area centrale della vita interiore della donna imprimendole un carattere del tutto diverso

La gravidanza

- Sono tre le gravidanze che procedono contemporaneamente:
 1. il feto fisico che cresce nel ventre;
 2. l'assetto psichico che si orienta verso la maternità;
 3. il bambino immaginario che prende forma nella mente della madre.

La gravidanza

L'attaccamento madre-feto inizia subito dopo il concepimento, è un processo inconscio che si sviluppa indipendentemente dalla volontà della madre.

Il 44% delle donne esprime dubbi riguardo la decisione di abortire al momento della scoperta della gravidanza, ed il 30% continua ad avere dubbi al momento dell'aborto.

L'interruzione di gravidanza

L'aborto spontaneo è un evento che riguarda almeno il 15% delle gravidanze clinicamente riconosciute ed è un'esperienza spesso vissuta dalla donna in modo traumatico.

Tuttavia, le donne che hanno un aborto spontaneo, ***pur presentando inizialmente uno stress mentale superiore,*** rispetto alle donne che hanno interrotto volontariamente la gravidanza, vanno incontro ad un ***miglioramento più veloce dei disturbi psicologici iniziali,*** rispetto a quelle che hanno abortito volontariamente.

L'interruzione di gravidanza

La risposta psicologica, all'aborto spontaneo ed all'aborto volontario è **diversa**, ed è possibile attribuire questa differenza alle caratteristiche dei due tipi di aborto:

- ✿ **l'aborto procurato** (IVG) prevede la *responsabilità cosciente della madre*.

- ✿ **l'aborto spontaneo** è un evento *improvviso ed involontario*,

Conseguenze psichiche dell'aborto volontario: fattori di rischio

- La ***difficoltà a decidere*** se abortire o meno
- ***Sentimenti ambivalenti*** rispetto alla
decisione.

Cosa è un trauma?

- Le parole “trauma” e “psiche” derivano dal greco: *Trauma* significa ferita, lacerazione, danno; *Psichè* significa anima. Dunque **il trauma psicologico è una ferita dell'anima.**
- Le ferite dell'anima sono esperienze con un impatto emotivo così intenso e negativo che impediscono alle persone di continuare a vivere ed essere come prima.

La traumatizzazione in seguito ad IVG

- Gli *stressors* che possono rendere un evento traumatico sono quegli eventi che comportano:
 - una minaccia alla vita o all'integrità fisica;
 - gravi lesioni o danni fisici;
 - lesioni o danni intenzionali;
 - causare la morte.
- La traumaticità dell'aborto volontario sembrerebbe imputabile al fatto che la donna percepisce l'aborto come l'uccisione violenta del proprio bambino

La traumatizzazione in seguito ad IVG

- L'aborto volontario è un evento tragico, una risposta violenta e mortifera a difficili problemi sociali, individuali, relazionali e sessuali.
- Alla **morte fisica del bambino**, infatti, corrisponde la **morte di una parte psichica della madre**. Esso, come tutte le violenze portatrici di morte, è un evento traumatico, una ferita che cambia per sempre la persona negli aspetti più intimi e profondi dell'identità.

Adattamento al trauma

- Le reazioni che le donne sviluppano sono:
 - **Shock:** (24-72 ore dall'evento)
disorganizzazione mentale, confusione, perdita di concentrazione, ovattamento, incredulità (non si percepiscono le conseguenze e il significato dell'accaduto e si vive la percezione di sentirsi come in un sogno, ciò che sta accadendo è irreale, impalpabile. La persona può presentare tremori, freddo, pianto.

Adattamento al trauma

- **Impatto emotivo:** presa di consapevolezza dell'accaduto. È il momento in cui la donna diventa consapevole e sente che niente sarà più come prima. Ciò comporta incubi, isolamento, depressione, colpa, rabbia, ansia, flashback, pensieri intrusivi, abuso di alcol e droghe.
- **Coping** (capacità di affrontare/fronteggiare): è la fase in cui si cerca di trovare un nuovo equilibrio dopo l'accaduto e si cerca di rielaborare cognitivamente ed emotivamente l'evento

Adattamento al trauma

- **Accettazione/risoluzione:** avviene in base a i propri vissuti passati, le caratteristiche di personalità, supporto e confronto con le persone care.
- **Imparare a convivere:** i momenti critici sono quelli che ricorderanno non solo l'ivg ma anche quelli che ricorderanno la gravidanza.
 - La sofferenza riattivata non è più un'ondata di dolore che sovrasta le capacità di reazione.

Adattamento al trauma

- Cioè le percezioni e le emozioni disfunzionali vengono “**digerite**”: si può pensare, parlare e dare un significato a quello che è successo senza essere sopraffatti.
- Le normali reazioni al momento dell'evento (peritraumatiche) e post-traumatiche che insorgono per un periodo transitorio sono rientrate naturalmente e l'evento viene collocato in un **passato percepito come realmente finito**.

...verso il disturbo...

- Oppure possono perdurare reazioni emotive, fisiche e psicologiche disturbanti.
 - Qualcosa si è letteralmente bloccato, rotto e **nulla sarà mai più come prima.**
 - Nonostante il tempo trascorso è come se l'evento fosse ancora lì pronto ad essere richiamato da qualsiasi stimolo che lo ricorda



PTSD

La traumatizzazione in seguito ad IVG

- Impossibilità di circoscrivere e delimitare l'esperienza dell'aborto nel passato
- L'IVG si ripropone ossessivamente nella vita successiva della donna, attraverso pensieri, sogni o flashback.

La traumatizzazione in seguito ad IVG

- Condiziona pesantemente una vasta gamma di funzioni psicologiche di base:
 - la regolazione dei sentimenti;
 - la capacità di pensare con chiarezza a ciò che è successo nel passato e a ciò che sta avvenendo al momento;
 - il modo in cui i sentimenti vengono espressi attraverso il corpo;
 - la visione di se stesse, degli altri e delle persone con cui si è in rapporti intimi.

Conseguenze psichiche dell'aborto volontario

Infatti, il 20% delle donne che abortisce prova un grave stress emotivo simile a quello delle madri che soffrono per la morte del proprio figlio, con la differenza che i sensi di colpa associati alla volontarietà dell'aborto possono ulteriormente complicare ed intralciare l'elaborazione del lutto.

Aborto e Disturbo Post Traumatico da Stress (PTSD)

- Dopo 5 anni:
 - 18% soffrono di PTSD
 - 46% elevata reazione da stress
- Dopo 12 anni:
 - 14.3 delle donne americane soffrono di PTSD

Aborto e PTSD

■ PTSD:

- **Intrusività:** incubi, immagini, sensazioni etc... riguardanti l'evento
- **Evitamento:** vengono evitati gli stimoli che ricordano l'evento traumatico perché provocherebbero un disagio che supera le capacità individuali di farvi fronte
- **Arousal:** irritabilità, disturbi del sonno, mancanza di concentrazione etc...
- In generale lo stress post-traumatico fa riferimento a reazioni continue e prolungate (di paura, vulnerabilità, o orrore) ad eventi passati da molto tempo
- Quindi il disagio del trauma **non riguarda cosa è accaduto ma il ricordo dell'esperienza traumatica**

Aborto PTSD

Il rischio di depressione nelle donne che abortiscono una gravidanza indesiderata è superiore rispetto alle donne che portano a termine la gravidanza.

Secondo uno studio recente le donne che abortiscono la loro prima gravidanza hanno il 65% di probabilità in più di ammalarsi di depressione, rispetto alle donne che la portano a termine.

Aborto e PTSD

- Umore triste
- Insonnia
- Difficoltà di concentrazione
- Disturbi sessuali
- Problemi relazionali con il partner
- Ideazione suicidaria
- Episodi di pianto improvviso ed incontrollato
- Perdita della stima di sé
- Perdita dell'appetito
- Perdita della motivazione

Aborto e PTSD

- Dal 30 al 50% delle donne va incontro a problemi di natura sessuale, di breve o lunga durata, che iniziano subito dopo l'IVG.
- Le donne che presentano aborti ripetuti manifestano una riduzione del desiderio e della soddisfazione sessuale ancora maggiore

I sintomi riscontrati sono

- Perdita del piacere nei rapporti sessuali
- Dolore
- Avversione verso il sesso o verso gli uomini in generale
- Sviluppo di un comportamento sessualmente promiscuo

Aborto e PTSD

Mentre la gravidanza è correlata con una fortissima diminuzione del rischio di **suicidio** nelle donne psicologicamente disturbate o profondamente depresse, l'IVG ne aumenta drammaticamente il rischio.

Studi recenti hanno dimostrato che una donna ha il **10%** di probabilità in più di tentare il suicidio se ha abortito negli ultimi sei mesi.

Aborto e PTSD

Diverse ricerche hanno messo in evidenza che un IVG pregresso è associato ad un ***incremento del 6.1% dell'abuso di sostanze, di cui l'89% inizia entro tre anni dall'aborto***.

Le donne utilizzano alcool e droghe in seguito ad *eventi particolarmente stressanti* e circoscritti.

Aborto e PTSD

- Le sostanze stupefacenti vengono utilizzate per alleviare i problemi psicologici ed i sentimenti dolorosi successivi all'IVG
- L'uso di sostanze viene messo in atto per tenere lontani dalla consapevolezza le emozioni ed i sentimenti dolorosi repressi al momento dell'IVG.

Aborto e nuova maternità

Una *successiva gravidanza tende a slatentizzare il disagio mentale* delle donne che hanno abortito.

L'IVG si associa ad una maggiore probabilità di depressione nel corso di una gravidanza successiva.

I comportamenti che ne conseguono rappresentano una condizione rischiosa sia per la donna che per la gravidanza

Aborto e nuova maternità

- Se la gravidanza è espressione di un conflitto psicologico negato a livello cosciente ed agito attraverso essa dopo un IVG è possibile che ci sia una nuova gravidanza ed un secondo IVG

Aborto e nuova maternità

- Comportamenti che distanziano la donna dai bambini, dalle gravidanze e dall'aborto
 - spegnere la TV oppure cambiare canale durante la pubblicità sui neonati o quando arriva una notizia sull'IVG; evitare battesimi, compleanni ed altri eventi e luoghi dove si troveranno dei bambini, etc...
- Reazioni "da anniversario". L'anniversario del concepimento, dell'aborto e della presunta nascita del bambino possono essere giorni (settimane, mesi) difficilissimi, con molto pianto, con l'arrivo di depressione, incidenti, malattie, etc.

Aborto e nuova maternità

- **Disfunzioni sessuali o promiscuità** di cui la seconda può essere collegata ad un desiderio inconscio di concepire nuovamente, oppure può essere una forma di autopunizione
- **Matrimonio contratto con il partner** con cui hanno vissuto un aborto provocato, spesso nella ricerca di salvare il rapporto dopo di esso

Aborto e nuova maternità

- Amarezza verso gli uomini e **difficoltà di avere fiducia negli uomini** in futuro, oppure un' abitudine di scegliere gli uomini sbagliati, un'altra forma, questa, di autopunizione.
- **Sovracompensazione nella carriera o vita professionale.**
 - In particolare se l'aborto è stato scelto per finire l'università o per raggiungere certe mete professionali.

Aborto e nuova maternità

- Spesso il trauma può sprofondare nell'inconscio senza mai rivelarsi nella vita di una donna. Ma non è un evento così innocuo e senza implicazioni. Si paga un prezzo psicologico:
 - alienazione,
 - allontanarsi dal calore umano,
 - indurimento dell'istinto materno

Aborto e nuova maternità

- Elevati livelli di ansietà durante le gravidanze successive:
 - paura della possibilità di vivere un'altra perdita di gravidanza, ad esempio, un aborto spontaneo, una nascita morta, una gravidanza ectopica, oppure l'infertilità.

Aborto e nuova maternità

- **Gravidanza "di sostituzione"** la quale si verifica spesso dopo solo un anno dall'aborto, oppure un anno dalla supposta data di nascita del bambino abortito
- **Gravidanze "fantasma"** ossia, l'illusione di essere incinta, incluso visite dal medico, nei centri di aiuto alla vita, e al pronto soccorso

Aborto e nuova maternità

- **Abuso di bambini** Se non hanno elaborato un lutto per il bambino o i bambini abortiti, alcune donne possono non avere i mezzi adeguati per affrontare l'ambivalenza e le difficoltà che possono arrivare con un futuro bambino.

Aborto e nuova maternità

- Alcune donne immaginano il bambino abortito quasi come il bambino "perfetto", e sentono una grande disillusione con la realtà del bambino vivo che è unico e può portare con sé i propri limiti e problemi.
- Abuso emozionale (distanziarsi emotivamente)
- Abuso verbale
- Abuso fisico (disciplina più dura del normale, mediante l'uso di violenza fisica talvolta con perdita del controllo).