

Lo que más necesitan los padres de sus pastores después de un aborto espontáneo

La pérdida de un embarazo es más que una "temporada difícil". Es una muerte en la familia.

ADRIEL BOOKER

Estábamos los cuatro sentados en una cafetería abarrotada poniéndonos al día sobre la vida y el ministerio cuando el tema pasó a ser el aborto espontáneo y la pérdida del embarazo. Mi amigo, un pastor de muchos años con una feroz devoción a Jesús y a la cálida atención pastoral, empezó a relatar la historia de una pariente que perdió a su bebé antes de nacer. "Muchos de nosotros no sabíamos qué decir", confesó entre lágrimas, "y por eso no dijimos nada".

Mi amiga no está sola. A medida que la cultura cambia y las conversaciones públicas incluyen cada vez más temas que antes eran tabú, muchos ministros se preguntan cuál es la mejor manera de atender a las personas de sus congregaciones que buscan apoyo tras la pérdida de un embarazo. Muchos admiten sentirse mal equipados para hablar de este tema tan delicado, que históricamente se ha considerado más un asunto de mujeres que de familias.

Según la [Clínica Mayo](#), "entre el 10% y el 20% de los embarazos conocidos acaban en aborto espontáneo. Pero es probable que la cifra real sea mayor porque muchos abortos espontáneos se producen en las primeras etapas del embarazo". (Algunos estiman que el número es tan alto como [uno de cada cuatro](#).) Sobre la base de estas estadísticas, no hay duda de que esta tragedia ha afectado a la comunidad de su iglesia, ya sea en secreto o a plena vista.

También es probable que afecte a la salud de los matrimonios de su congregación.

Según un [estudio](#), las parejas que sufren un aborto espontáneo tienen un 22% más de probabilidades de romper que las que no lo sufren. Otro estudio encontró que, un año después del aborto espontáneo, el 32 por ciento de las mujeres se sentían más distantes de sus maridos interpersonalmente, mientras que el 39 por ciento se sentían más distantes sexualmente.

["Muchas de nosotras no sabíamos qué decir", nos confesó entre lágrimas, "y por eso no dijimos nada en absoluto".](#)

A pesar de lo duro que puede resultar un aborto espontáneo para un matrimonio, las investigaciones también respaldan la existencia de un vínculo directo entre la forma en que las parejas se conectan después de un aborto espontáneo y la cercanía resultante de la que disfrutaban, ya que el dolor compartido culmina en una mayor intimidad.

¿Cuál es la mejor manera de atender a las parejas (y no sólo a las mujeres) que han sufrido un aborto espontáneo y garantizarles el apoyo práctico y espiritual que necesitan para superar el duelo? He hablado con varias madres, padres y sus pastores para saber cómo les ayudó la atención pastoral después de experimentar la pérdida del embarazo. Sus respuestas pueden ayudarle a establecer un plan de acción.

1. Dedique tiempo a los padres en duelo lo antes posible.

El período inmediatamente posterior a la pérdida de un embarazo es crítico para las parejas, ya que marca la pauta de su proceso de duelo y curación. Una respuesta rápida y temprana revela que usted aprecia la magnitud de lo que estos padres están experimentando. "El día que nos enteramos del aborto, nuestro pastor vino a orar con nosotros antes de la intervención de mi mujer", me dijo un padre. "Somos conscientes de lo ocupado que está, así que significó mucho para nosotros que se tomara ese tiempo".

Por otro lado, una respuesta tardía es casi tan perjudicial como la ausencia de respuesta. Una mujer me dijo: "Una semana después de mi aborto, mi pastor llamó diciendo que quería visitarnos en el hospital. Me eché a llorar y le dije que hacía una semana que me habían dado el alta. Me sentía tan desatendida". El corazón de este pastor estaba en el lugar correcto, pero su tardanza creó la impresión involuntaria de que esto no era importante.

2. Reconozca la importancia de la vida de su bebé.

Dado que el aborto espontáneo suele parecer abstracto a quienes no están directamente afectados, la pareja puede necesitar una validación adicional de que su pérdida es importante y de que su dolor es normal. Invitarles a hacer el duelo o a reconocer la vida de su bebé mediante un acto de recuerdo puede ser un poderoso regalo para una pareja dolida. Como me dijo un padre: "Un anciano de la iglesia nos trajo flores para el funeral después de nuestro aborto. Reconocer que no era sólo una "pérdida", sino una muerte, fue profundamente dignificante."

3. Atender tanto a la madre como al padre.

Las normas culturales en torno a la masculinidad pueden ser especialmente duras para los hombres después de un aborto espontáneo. Aunque el duelo afecta a ambos progenitores, es posible que los padres en particular necesiten sentir que se les permite explorar sus sentimientos o dar a conocer su dolor. He aquí un ejemplo de

cómo hacerlo bien, según una madre con la que hablé: "Nuestro pastor se llevó a mi esposo a un lado después de la iglesia, le preguntó cómo estaba sobrellevando la situación y le dijo que no hay dos personas que sufran de la misma manera, ni siquiera un esposo y su esposa. Mi esposo me dijo más tarde que eso fue lo más útil que alguien hizo por él después de nuestra pérdida."

4. Anímelos a ser sinceros sobre sus emociones.

Invite a los padres a ser sinceros sobre cómo les afecta su pérdida y concédales tiempo para compartirlo. Si lo considera oportuno, también puede ser un buen momento para mencionar su propio aborto. "Sentía que debía guardarme mis sentimientos para ser una cristiana 'fuerte'", dice una mujer. "Pero mi pastor me animó a ser sincera con mi dolor. Me contó que él y su esposa también habían abortado, lo que me ayudó a darme cuenta de que el aborto no era un reflejo de mi vida espiritual." Si usted no ha experimentado la pérdida del embarazo, es útil para conectar los padres en duelo con alguien más en la iglesia que lo hizo.

5. Exhórteles a ser sinceros sobre su matrimonio.

Hable con ellos sobre cómo un aborto espontáneo puede unir más a un matrimonio o aislarles el uno del otro al vivir el duelo de forma diferente. Esto puede parecerle obvio, pero a menudo las parejas se sorprenden de cómo el duelo afecta a su relación. "Exhalamos el aliento cuando nuestro pastor nos dijo que es normal que un matrimonio esté tenso después de una pérdida", dijo un padre. "El simple hecho de ser conscientes de esto nos impulsó a cuidar deliberadamente nuestra relación incluso cuando todavía estábamos de duelo."

Anime a las parejas a emplear una comunicación honesta y deliberada. Encárgueles descubrir cómo se siente la otra persona y ser proactivos con formas de honrar a su cónyuge en su proceso de duelo.

6. Acepte preguntas difíciles.

El aborto espontáneo puede ser el catalizador para que surjan profundas preguntas existenciales y teológicas. Aunque no es su responsabilidad desenredar esta confusión, usted puede ser un instrumento para asegurar a la pareja la presencia de Dios y su voluntad de responder a sus preguntas. Una madre con la que hablé describió a su pastor como un salvavidas cuando su aborto espontáneo le hizo cuestionar su fe. "Mi pastor nos envió un correo electrónico expresando sus condolencias, y también nos dijo que nuestro aborto podría suscitar algunas preguntas

importantes", explicó. "Nos instó a no avergonzarnos si eso ocurría, y se ofreció a sentarse con nosotros cuando estuviéramos preparados, asegurándonos que no nos juzgaría por nada de lo que planteáramos. No sabía entonces lo importante que sería esa invitación cuando mi fe empezó a desmoronarse."

7. Ore por ellos y con ellos.

Cuando usted ore por una pareja después de un aborto espontáneo, hágalo de manera que demuestre tanto lamento como esperanza, mientras le pide a Dios que los atienda. Considere formas de hacer que su oración se sienta más tangible para los que están siendo ministrados. En lugar de enviar una tarjeta con el típico mensaje de "lo siento", escriba su oración para que la lean y oren tantas veces como sea necesario. La especificidad es la clave. "Aunque nuestro pastor estaba de viaje cuando tuvimos el aborto", dice una madre, "nos envió un correo electrónico para decirnos que estaba orando por nosotros. Apreciamos mucho que no se limitara a decir que oraba por nosotros, sino que compartiera específicamente lo que estaba orando por nosotros."

8. Proporcióneles un recurso práctico.

Invite a los padres al grupo de apoyo de duelo de su iglesia, póngalos en contacto con otros padres con experiencias similares, diríjalos a una comunidad de apoyo en línea, proporcióneles el enlace a un ministerio de pérdida del embarazo, regáleles un libro cristiano sobre el aborto espontáneo o remítalos a su centro local de recursos para el embarazo. Prepare su oficina con estos números de teléfono, enlaces o materiales impresos con antelación para que inmediatamente después de la pérdida pueda dedicar su tiempo a la oración, la presencia y el asesoramiento en lugar de a la investigación.

9. Reúna a otros para un apoyo tangible.

Mientras usted anima a la pareja a encontrar consuelo en Jesús, asegúrese de que también puedan experimentar el consuelo de su cuerpo. Su apoyo es importante, pero los padres en duelo necesitan saber que sus amigos y la familia de la iglesia se preocupan por ellos, no sólo las personas del equipo. "El día de mi aborto, llamé a mi pastor y oró conmigo por teléfono", cuenta una madre. "Esa noche, una pareja de la iglesia se presentó en el hospital. Significó tanto para nosotros que nuestro pastor les enviara".

Puede ayudar pensar en esta situación en términos de dar a luz y experimentar la muerte simultáneamente. La mayoría de las mismas cosas que servirían a una madre o familia posparto, combinadas con las cosas que usted haría por una familia en duelo, les ministrarán profundamente. (Si desea una hoja de sugerencias para enviar a los feligreses, puede encontrarla aquí).

10. Remítalos a un profesional si es necesario.

Un estudio reciente demostró que el 40 por ciento de las mujeres pueden experimentar síntomas de TEPT después de un aborto involuntario, por lo que es imperativo que tomemos el duelo en serio y derivemos a las parejas a terapia profesional cuando sea necesario.

11. Recordar su pérdida a medida que pasa el tiempo.

Comprometerse con el bienestar de los padres en duelo puede ser tan sencillo como anotar en el calendario un recordatorio para ponerse en contacto con ellos la semana anterior a la fecha prevista del parto, llamarles de improviso para preguntarles cómo se están recuperando o pensar en cómo facilitarles servicios especiales.

El Día de la Madre, en particular, puede ser difícil para quienes han sufrido la pérdida de un embarazo. He aquí un par de maneras de abordar bien esa festividad: "En el Día de la Madre, mi iglesia proyectó un breve vídeo sobre la salud materna en el mundo en desarrollo e hizo una donación para kits de parto limpio", dijo una madre. "Fue un bonito homenaje a las madres, a la vez que se tenía en cuenta la complejidad de la vida de los feligreses".

La semana anterior al Día de la Madre, un pastor con el que hablé envía un libro útil y una tarjeta escrita a mano a todas las mujeres de su iglesia que sabe que han sufrido abortos ese año. "Es importante celebrar a las madres", dijo, "pero queremos que las que están sufriendo sepan que también las vemos".

Nota: Algunos de los detalles de las personas y situaciones descritas en este artículo han sido modificados para garantizar la privacidad de las personas implicadas.

Adriel Booker es escritora, conferenciante y defensora de los derechos humanos afincada en Sidney (Australia). Es autora de [La Gracia como Scarlett: Duelo con Esperanza después del Aborto Espontáneo y la Pérdida](#) (Baker, 2018).

2020 Christianity Today - una organización sin ánimo de lucro 501(c)(3).

Traducido por: Elizabeth Guevara Cabrera.