

CÍRCULOS DE REFLEXIÓN

RESULTADOS Y APRENDIZAJES

UNA NUEVA INTERVENCIÓN PARA REDUCIR
EL ESTIGMA A NIVEL INDIVIDUAL ENTRE MUJERES
QUE HAN EXPERIMENTADO UN ABORTO

Madeleine Belfrage
Olivia Ortiz Ramírez





RESUMEN EJECUTIVO

Los Círculos de Reflexión, creados en 2017, son de vanguardia en México. Reúnen la experiencia de dos organizaciones feministas: La Red por los Derechos Sexuales y Reproductivos en México (*ddeser*), con quince años de experiencia apoyando el acceso de las mujeres al aborto; y un exitoso programa de atención emocional individual post-aborto, Acompañamiento Después de un Aborto Seguro (ADAS). Los Círculos de Reflexión buscan crear espacios seguros para que las mujeres que han elegido el aborto se reúnan, compartan sus experiencias y reflexionen sobre lo que esta decisión ha significado en sus vidas.

A medida que el proyecto dio sus primeros pasos, se hizo vital documentar la experiencia, evaluar su impacto y compartir los resultados y lecciones aprendidas con una comunidad más amplia de profesionales y activistas que trabajan para reducir el estigma en torno al aborto. Llevamos a cabo una evaluación con métodos mixtos que incluyó entrevistas, grupos focales y un cuestionario previo y posterior a la intervención basado en la Escala de Estigma hacia el Aborto a Nivel Individual (ILAS, por sus siglas en inglés)¹. La evaluación fue posible gracias al apoyo de la Red Internacional para la Reducción de la Discriminación y el Estigma del Aborto (Inroads, en inglés). El objetivo de este informe es compartir nuestros hallazgos con la red Inroads y, más allá, para contribuir a la generación continua de evidencia sobre el tipo de intervenciones que pueden ayudar a reducir el estigma hacia el aborto a nivel individual.

Los resultados de nuestra evaluación son

1 Cockrill, K., et al. (2013). The stigma of having an abortion: Development of a scale and characteristics of women experiencing abortion stigma. *Perspectives on Sexual and Reproductive Health*, 45: 79-88.

sumamente positivos. Los Círculos ofrecieron a las mujeres un lugar para hablar sobre sus abortos en un ambiente positivo y alentador, a diferencia del contexto de sus vidas cotidianas donde el estigma generaba silencio y afectaba su bienestar. Para aquellas que nunca le habían contado a familiares u otras personas cercanas, los Círculos fueron transformadores, ya que pudieron romper el silencio y hablar de sus experiencias con mujeres que habían vivido situaciones similares. Verse reflejadas en otras mujeres creó un sentido de comunidad para las participantes. Esto se confirmó con los resultados de la Escala ILAS, que muestra que la intervención tuvo éxito en la reducción de la dimensión de "aislamiento" del estigma individual del aborto.

El Círculo ofreció a las mujeres información precisa sobre el aborto y el estigma asociado a éste que les permitió resignificar su experiencia y aumentar la confianza en su decisión. A pesar de contar con una muestra pequeña que hizo desafiante encontrar resultados estadísticamente significativos en otras dimensiones del estigma, las mismas mujeres pudieron identificar el impacto del Círculo en sus propias vidas. Muchas mujeres sintieron que su percepción sobre su experiencia personal de aborto se transformó, de ser una experiencia negativa a una que les enseñó sobre su propia resiliencia, metas y valores. También pudieron identificar resultados positivos en otras áreas, como mejorar sus relaciones personales y aumentar la confianza para hacer cambios en sus vidas.

Creemos que esta evaluación ofrece conocimientos valiosos sobre las formas en que podemos reducir el estigma en torno al aborto a nivel individual. Esperamos participar en el diálogo continuo sobre este tipo de trabajo, incluyendo el cómo podemos reconocer y trabajar mejor el aspecto emocional del aborto. Además de mejorar el apoyo integral



que ofrecemos a las mujeres, este proyecto fortalece nuestras posiciones de defensa de los derechos sexuales y reproductivos.

ANTECEDENTES

Desde que el aborto fue despenalizado en la Ciudad de México en 2007, las organizaciones feministas han orientado sus esfuerzos a garantizar que las mujeres que enfrentan un embarazo no deseado tengan la información y el apoyo necesarios para tomar de manera libre su decisión y acceder a servicios de aborto seguro. Más recientemente, dado que el aborto aún está legalmente restringido fuera de la Ciudad de México, varias organizaciones y grupos feministas de la sociedad civil en todo el país ofrecen información y acompañamiento a las mujeres que desean tener un aborto en casa.

El aborto en México se da con un "estira y afloja" en un complejo contexto social, religioso y cultural donde cada avance hacia los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres se topa con fuerzas conservadoras que buscan restringir sus decisiones.² En este contexto, el estigma que se manifiesta en diferentes niveles sociales (medios de comunicación, legal y de políticas, institucional, comunitario e individual) impacta la experiencia de aborto de las mujeres.³ A nivel de la comunidad, un fuerte mandato social, vinculado a la moral católica, idealiza la maternidad y controla la sexualidad femenina limitándola a fines reproductivos.⁴

2 Amuchástegui, A. (2013) Body and embodiment in the experience of abortion for Mexican women: the sexual body, the fertile body, and the body of abortion, *Gender, Sexuality and Feminism*, 1 (1): 1-17.

3 Hessini, L. (2014). A learning agenda for abortion stigma: Recommendations from the Bellagio Expert Group Meeting. *Women and Health* 54 (7): 617-621.

4 Amuchástegui, 2013; and Kumar, A., Hessini, L., & Mitchell, E. M. (2009). Conceptualizing abortion stigma. *Culture, Health & Sexuality*, 11: 625-639.

Como feministas, nuestra atención se ha centrado en el estigma que surge en este contexto y en cómo afecta las experiencias de aborto de las mujeres. Los Círculos de Reflexión son una intervención a nivel individual, que refuerzan el derecho a decidir de las mujeres y transforman sus percepciones sobre el aborto para evitar la internalización del estigma. Para muchas mujeres, la interrupción voluntaria del embarazo representa una oportunidad para reafirmar sus objetivos de vida y para ejercer la autonomía y el libre albedrío. Sin embargo, el estigma hacia el aborto, los mandatos de género y los diferentes contextos en los que ocurren embarazos no deseados pueden dar lugar a experiencias que afecten emocionalmente a las mujeres, influyan en su bienestar o a veces causen sentimientos de culpa después del aborto.⁵ Esto puede ocurrir a pesar de que las mujeres consideren que tomaron la decisión correcta.⁶ El temor al rechazo o la discriminación fomenta el silencio en torno a estas experiencias, agravando aún más el problema.⁷

La evidencia científica revela que mientras que las mujeres experimentan una gama compleja de emociones después del aborto, los procesos de reflexión les permiten reconocer la experiencia como transformadora a partir de identificar los aspectos que reafirmaron en su vida al rechazar el embarazo.⁸ En este contexto,

5 Guttmacher Institution Advisory Board (2011). *Abortion and mental health*, Disponible en línea: https://www.guttmacher.org/sites/default/files/article_files/advisory-abortion-mental-health.pdf; and Lafaurie, M. et al. (2005) *El aborto con medicamentos en América Latina. Las experiencias de las mujeres en México, Colombia, Ecuador y Perú*. Population Council, Gynuity Health Projects.

6 Cockrill, K. & Nack, A. 2013. "I'm not that type of person": Managing the stigma of having an abortion. *Deviant Behavior*, 34 (12): 973-990; and Sorhaindo, A. M., et al. (2014). Qualitative evidence on abortion stigma from Mexico City and five states in Mexico, *Women & Health*, 54: 622-640.

7 Rostagnol, S. (2005). Autonomía y subordinación en el tránsito de las mujeres por el aborto clandestino, *Otras Miradas*, 5 (2). Disponible en línea: <http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/22841/2/articulo3.pdf>

8 Ortiz Ramírez, O. (2016a). ADAS: *Experiencia emocional de las mujeres que buscaron apoyo después de una interrupción legal del embarazo en el DF*. Disponible en línea: <http://conlaa.com/numero/43/>



nos hemos interesado en explorar formas exitosas en que las organizaciones feministas pueden ampliar el apoyo a las mujeres, más allá de facilitar el acceso, para transformar la experiencia del aborto y su estigma en México.

Comenzamos este trabajo reuniendo a mujeres activistas de la red *ddeser* para hablar sobre lo que su propia experiencia de aborto ha significado para ellas en su vida y en su trabajo como activistas. Esto llevó a la creación del cortometraje, 'Era yo, otra vez' en 2015.⁹ Descubrimos que incluso dentro de nuestros propios círculos, el silencio rodea las experiencias personales de aborto y esto reforzó el compromiso de fortalecer nuestro trabajo para reducir el estigma hacia el tema.



En 2017, creamos los Círculos de Reflexión para reunir a grupos más amplios de mujeres que han abortado para compartir y reflexionar sobre sus experiencias. Este informe documenta el camino recorrido hasta el momento y ofrece ideas sobre la manera en que, como profesionales, organizaciones de la sociedad civil y grupos feministas, podemos trabajar

para reducir el estigma a nivel individual entre las mujeres. Al compartir este informe abrimos un diálogo que alimenta el proceso.

Proyecto Círculos de Reflexión

El objetivo de los Círculos de Reflexión es crear espacios seguros para que mujeres que han tenido un aborto se encuentren, compartan sus historias, generen conexiones con otras mujeres y exploren juntas lo que esta decisión ha significado en sus vidas.

Los Círculos de Reflexión se diseñaron con tres objetivos específicos:

- 1) Generar un movimiento de apoyo hacia las mujeres que han tenido un aborto,
- 2) Reducir el silencio entre mujeres sobre sus experiencias de aborto,
- 3) Incrementar la confianza de las mujeres en su decisión.

El proyecto está diseñado como un programa de cuatro sesiones de discusión facilitada y dirigida a grupos de 8 a 10 mujeres que han tenido previamente un aborto.¹⁰ Combina elementos de los círculos de "concientización" del movimiento feminista de finales de los años sesenta, el trabajo de narración ética sobre el aborto de organizaciones como Sea Change¹¹ y Exhale¹², y actividades estructuradas basadas en la reflexión del programa ADAS¹³. Juntos, estos elementos crean una atmósfera ideal para la expresión y la reflexión utilizando preguntas guiadas. Cada sesión incluye actividades interactivas y creativas sobre varios temas relacionados con lo que sucedía en la

¹⁰ Cada sesión tiene una duración de más de cinco horas, incluyendo descansos y tiempos para quienes llegan tarde.

¹¹ AbiSamra, R., Herold, S., Cockrill, K. (2015). *More connected to each other: Results and insights from launching the Untold Stories Project, a new campaign of reproductive storytelling*. Disponible en línea: <https://www.stigmatoolkit.org/untold-stories-project>

¹² Exhale (2011). *A Storysharing guide for ethical advocates*. Disponible en línea: <https://exhaleprovoice.org/ethical-storysharing>

¹³ Ortiz Ramirez (2016a).

⁹ Disponible en línea: <https://www.youtube.com/watch?v=GemEK6jYIk>



vida de la mujer cuando ocurrió el embarazo: relaciones (pareja, familia y amigos), historia de vida, experiencia del procedimiento (a menudo en un contexto legalmente restringido fuera de la Ciudad de México), sentimientos de culpa o duelo, estigma, género y violencia, entre otros.

En 2017, el primer año del proyecto, *ddeser* llevó a cabo un piloto y cuatro Círculos de Reflexión en cuatro estados de México (Chiapas, Jalisco, Puebla y Tlaxcala). Cada Círculo tuvo dos facilitadoras voluntarias, todas ellas activistas de la red *ddeser* con amplia experiencia apoyando a mujeres para acceder al aborto legal y seguro. Las facilitadoras expresaron interés en aprender más sobre lo que sucede en las mujeres después del aborto como una continuación de su rol en el proceso de acompañamiento. En junio de 2017, las facilitadoras de los cuatro estados se reunieron y se capacitaron en la metodología de los Círculos de Reflexión. Regresaron a sus lugares de origen para crear Círculos: encontrar participantes, preparar materiales y espacios, y finalmente facilitar las cuatro sesiones semanales. El equipo coordinador del proyecto brindó apoyo constante a las facilitadoras mediante comunicación telefónica y escrita durante el proceso.

Las participantes de los Círculos de Reflexión fueron convocadas a través de anuncios pagados en Facebook, por organizaciones aliadas, distribución de volantes y presentaciones en universidades. Todos los Círculos fueron gratuitos. Las participantes tuvieron una entrevista con las facilitadoras antes de comenzar el Círculo con el fin de garantizar que la intervención fuera adecuada para cada mujer. Todas las participantes tenían más de 18 años de edad, la mayoría había tenido su aborto en los últimos dos años y todas consideraban haber tomado la decisión correcta de acuerdo con sus propios criterios.¹⁴

¹⁴ Los Círculos de Reflexión no fueron diseñados para mujeres

En total participaron 20 mujeres en los cuatro estados durante 2017.

Para garantizar que los Círculos de Reflexión cumplieran con sus objetivos, y para probar nuestras hipótesis sobre la efectividad de la intervención para mitigar el estigma hacia el aborto a nivel individual, llevamos a cabo métodos mixtos de evaluación. El siguiente informe comparte nuestros hallazgos y lecciones aprendidas luego del primer año del proyecto.

OBJETIVOS Y MÉTODOS DE EVALUACIÓN

Nuestra evaluación fue guiada por una serie de preguntas con respecto a procesos y resultados sobre la implementación de los Círculos y la medida en que logró los objetivos específicos. En términos del proceso, queríamos saber si el proyecto se desarrolló como fue planeado y si las personas involucradas pensaban que fue benéfico y apropiado en diferentes contextos locales. Para medir los resultados, preguntamos:

- 1) ¿La participación en los Círculos de Reflexión disminuyó el estigma internalizado de las mujeres?
- 2) ¿Cuáles son las experiencias expresadas por las mujeres sobre la intervención?
- 3) ¿Las experiencias de las mujeres se alinean con los objetivos de la intervención?

Para evaluar cómo implementamos los Círculos, pedimos a las facilitadoras que escribieran un breve reporte semanal señalando el contenido

con ciertos tipos de aborto (embarazo como resultado de violencia sexual, aborto espontáneo o embarazo con más de 12 semanas), mujeres en proceso de terminar un embarazo, que lamentan su decisión por motivos religiosos o morales, o que han experimentado depresión u otras complicaciones de salud mental sin atención médica. Las mujeres con estas experiencias fueron referidas a otros servicios que pudieran brindarles atención especializada.



y las reflexiones de las participantes de cada sesión. Este escrito también contenía información como un registro de la asistencia de las participantes o notas sobre cualquier complicación que surgiera. Al final del proyecto entrevistamos a todas las facilitadoras para conocer de primera mano su experiencia con los Círculos, comparar la implementación en los diferentes estados y evaluar los desafíos que enfrentaron.

Recopilamos información sobre los resultados del proyecto mediante diversos métodos. Para medir cualquier cambio en la experiencia individual de estigma de las mujeres utilizamos un cuestionario estructurado previo y posterior a los Círculos. El cuestionario recopiló información sociodemográfica de las participantes y el nivel de estigma internalizado que tenían, usando la Escala ILAS. La Escala ILAS es una escala validada de 20 ítems con base teórica, que incluye cuatro sub-escalas para medir diferentes dimensiones del estigma a nivel individual entre mujeres que han tenido un aborto y se puede usar para evaluar la eficacia de los programas que tienen como objetivo reducir el estigma.¹⁵ El cuestionario también incluyó dos preguntas adicionales para calcular la influencia de las creencias religiosas en la percepción de las mujeres con respecto al estigma, ya que se ha demostrado que son particularmente influyentes en las experiencias de las mujeres en México.¹⁶ Estos reactivos fueron: "Me siento marcada por haber tenido un aborto", y "Creo que Dios me va a castigar por haber tenido un aborto". Las mujeres respondieron a estas declaraciones utilizando una escala tipo Likert de 5 puntos, que mide el nivel de acuerdo o desacuerdo con cada reactivo.

Las participantes completaron el cuestionario antes de participar en la primera sesión

del Círculo y nuevamente un mes después de haber concluido. El cuestionario estaba disponible tanto en línea como en papel según las preferencias de cada participante. Los resultados fueron analizados posteriormente por una consultora externa utilizando el software Excel Analysis ToolPak. Las diferencias en los puntajes promedio en la Escala ILAS, antes y después de la intervención, se calcularon para cada una de las sub-escalas y la escala completa usando pruebas t pareadas.

Para obtener una mayor comprensión de los resultados del proyecto y entender las experiencias de las participantes sobre la intervención en sus propias palabras, entrevistamos a 12 de ellas y realizamos cuatro grupos focales (uno en cada estado). Los grupos focales nos dieron una idea de la dinámica grupal de cada Círculo, así como de las percepciones de las participantes sobre el proyecto y el contexto del estigma hacia el aborto en su estado. Las entrevistas nos ayudaron a asimilar las vivencias personales de las mujeres de la intervención, incluidos los cambios en la auto percepción de las experiencias de estigma después de haber participado en el Círculo. Además, la guía de la entrevista incluyó preguntas sobre el embarazo y el aborto de la participante para identificar si existían ciertos factores que pueden tener un impacto en las experiencias de estigma de las mujeres y, por lo tanto, en la intervención. Las entrevistas y los grupos focales se hicieron un mes después de la conclusión de cada Círculo. Las entrevistas duraron entre 60 y 90 minutos, y los grupos focales entre 60 y 120. Tanto las entrevistas como los grupos focales fueron realizados por la misma persona utilizando una guía, y luego se transcribieron y codificaron mediante un análisis temático. Utilizamos tres entrevistas realizadas después del piloto para probar la guía y establecer un marco de codificación flexible a partir de

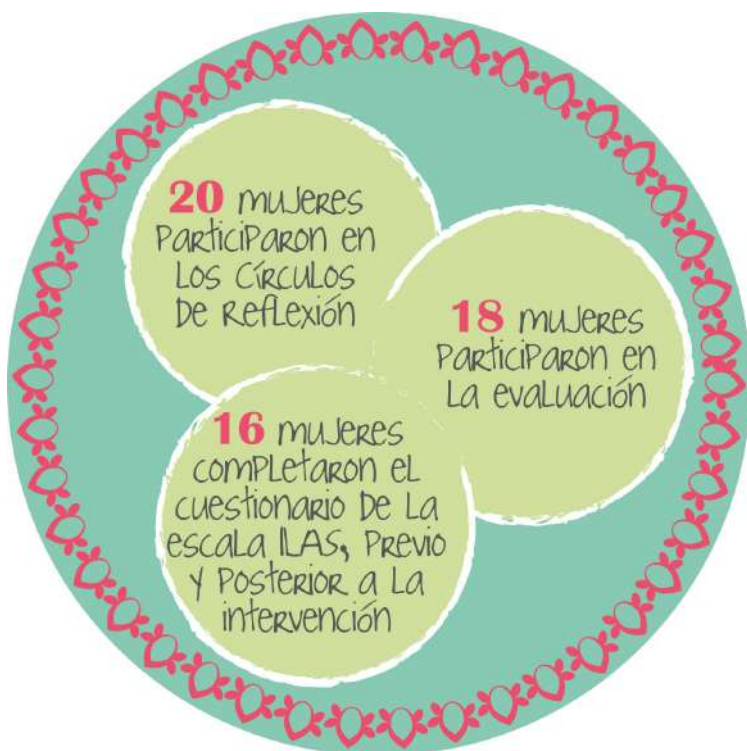
15 Cockrill, et al. (2013).

16 Sorhaindo, et al. (2014).



temas semejantes y diferentes relacionados con nuestros ejes temáticos. Este marco se usó para codificar las 12 entrevistas realizadas después de la implementación del proyecto, con nuevos temas agregados a medida que surgieron.

LAS PARTICIPANTES



Participantes en el Círculo

De las 20 mujeres que participaron en los Círculos de Reflexión, 18 asistieron al menos a tres sesiones y participaron en la evaluación.¹⁷ Doce participaron en una entrevista individual, 14 en grupos focales y 16 completaron la encuesta previa y posterior.¹⁸ La edad promedio de las 18 mujeres que participaron en la evaluación fue de 24 años, con un rango de 19 a 32 años. Siete mujeres informaron tener

17 Dos mujeres abandonaron los Círculos. Una de ellas después de la primera sesión en Puebla y una después de la segunda sesión en Chiapas. Ambas mujeres explicaron a las facilitadoras que tenían compromisos personales que eran difíciles de cambiar sin tener que revelar que estaban asistiendo a un grupo sobre aborto.

18 Cuatro mujeres que solo completaron una parte del cuestionario fueron retiradas del análisis.

una pareja, dos estaban casadas o en unión libre, una estaba divorciada y seis dijeron estar solteras al momento de la evaluación. Todas las mujeres habían completado la escuela secundaria, y once de ellas habían terminado una licenciatura o posgrado. Poco más de la mitad estaban empleadas (55.5%). Once mujeres (61.1%) se auto identificaron como católicas, y cuatro (27.7%) afirmaron que no practicaban una religión, pero sí creían en Dios.

Once mujeres que participaron en la evaluación (66.6%) afirmaron haber tenido un aborto. Cuatro mujeres (27.7%) habían tenido dos abortos. La mayoría de las mujeres no tenía hijos (88.8%), solo dos mujeres informaron tener hijos. La mayor parte de las mujeres incluidas en la evaluación tuvieron su aborto más reciente mediante un procedimiento médico (66.6%) y seis tuvieron un procedimiento quirúrgico. La mayoría de las mujeres tuvo su aborto en un servicio privado (44.4%) o en el hogar (50.0%), y la mayoría lo realizó fuera de la Ciudad de México (83.3%). La mayor parte de las mujeres fueron acompañadas al procedimiento (72.2%), con mayor frecuencia por su pareja (46.1%), amistades cercanas (38.4%), pero también por familiares (15.3%).

FACILITADORAS

Además de las participantes, entrevistamos a las ocho facilitadoras de los cuatro Círculos en los estados de Chiapas, Jalisco, Puebla y Tlaxcala. Estas mujeres habían sido integrantes en la red *ddeser* por un período de entre dos y nueve años, tanto en activismo e incidencia sobre derechos sexuales y reproductivos, como en acompañamiento a mujeres para acceder al aborto. Su edad promedio era 28 años (con un rango entre 23 y 34) y provenían de diversas formaciones profesionales, entre ellas trabajo social, educación y psicología.



HALLAZGOS DE LA EVALUACIÓN

Implementando los Círculos de Reflexión: un análisis del proceso

Las facilitadoras implementaron con éxito los Círculos, completando el programa de cuatro semanas en los cuatro estados. Los factores que contribuyeron a este resultado incluyeron: seguir la metodología del Círculo y los materiales de apoyo según lo previsto, dedicar una cantidad significativa de tiempo y energía a la convocatoria de las participantes, preparar y “probar” los materiales antes de las sesiones, trabajar bien en equipo como facilitadoras del Círculo y contar con el apoyo requerido de otras voluntarias y del equipo coordinador del proyecto. Algunas facilitadoras enfrentaron retos en una o más de estas áreas y en dos estados los obstáculos fueron considerables. En estos estados, los problemas internos relacionados con la disponibilidad de voluntarias ejercieron una gran presión sobre los equipos. Esto confirmó y enfatizó la necesidad de contar con grupos consolidados de voluntarias comprometidas para garantizar una implementación fluida y que los Círculos sean una experiencia positiva no solo para las participantes, sino también para las facilitadoras y otras voluntarias.

En tres de los cuatro estados, las facilitadoras se enfrentaron a obstáculos considerables en la convocatoria de participantes para el Círculo. Solo en un estado se alcanzó el mínimo previsto de ocho participantes. Todas las facilitadoras estuvieron de acuerdo en que atraer a mujeres para hablar sobre un tema tan estigmatizado era una tarea difícil y resultó ser el mayor desafío en el proceso de implementación.

Además, dos grupos de voluntarias tuvieron problemas para encontrar tiempo suficiente para dedicarse a la promoción y al trabajo en red necesarios para llegar a un mayor número de mujeres. Las facilitadoras entrevistaron a todas las participantes potenciales¹⁹ y, aunque esto les tomó mucho tiempo, consideraron estas entrevistas valiosas y necesarias para una implementación exitosa. Todas las facilitadoras estuvieron de acuerdo en que, en un contexto donde "nadie habla sobre el aborto" y donde este tipo de iniciativa es novedosa, es importante dedicar tiempo y energía extra para alcanzar y establecer una buena relación con las participantes potenciales.



La evaluación también nos dio una idea de cómo reaccionaron las mujeres al lenguaje que utilizamos en los materiales promocionales. Para las feministas en México es más común usar la palabra “aborto”. Sin embargo, encontramos que ésta todavía carga un fuerte estigma para muchas mujeres. Dos de las participantes entrevistadas dijeron que esperaban que el Círculo fuera un lugar de sufrimiento, llanto y dolor y se sorprendieron gratamente cuando no lo fue:

19 Las facilitadoras realizaron 64 entrevistas en los cuatro estados.

«No, bueno, yo pensé realmente que iba a encontrar mujeres muy arrepentidas, porque a veces es bien fácil tomar la decisión y después lamentarte toda la vida, pensé en eso: que iba a encontrar mucha lágrima, pero no.» (Gerente, 32 años, Chiapas)

En un contexto en el que la palabra aborto tiene tales connotaciones negativas, acordamos que usar el término "interrupción del embarazo" podría ser más ventajoso y ayudar a atraer a mujeres que de otra manera podrían desanimarse a participar.

La mayoría de las participantes expresaron una sensación de empatía y confianza hacia sus facilitadoras. Este fue un factor importante en la creación de un espacio seguro para compartir abiertamente su experiencia. En uno de los cuatro estados, la red de activistas *ddeser* que organizó los Círculos tiene una fuerte presencia simbólica y física en una universidad local. Si bien esto ayudó en los esfuerzos de reclutamiento, parece que un contexto académico no fue lo ideal para crear un espacio neutral y les tomó más tiempo a las participantes establecer confianza.

La satisfacción de las participantes con la intervención fue general en los diferentes estados. No encontramos pruebas para sugerir que la intervención fuera más adecuada para un contexto local en particular, o que los resultados fueran variables según el Círculo. Las percepciones de las participantes sobre la intervención en todos los estados fueron definitivamente positivas:

«A mí me parece un trabajo hermoso, fabuloso, por supuesto que me emociona y me alegra que existan los Círculos de Reflexión y todo esto, sería maravilloso que se volviera una metodología, en algún momento me gustaría participar también para coordinar, para hacer algo también por otras mujeres porque yo me siento agradecida con esta oportunidad que se me ha brindado, que yo no he encontrado en ningún otro lugar, entonces pues es maravilloso que haya espacios como estos.» (Profesora de secundaria, 30 años, Jalisco)

RESULTADOS DE LOS CÍRCULOS DE REFLEXIÓN

Midiendo el estigma

Con el fin de obtener más información sobre los resultados de los Círculos, utilizamos el cuestionario ILAS para determinar el impacto del estigma en las participantes y qué dimensiones específicas afectaba.

Las dimensiones medidas por la escala ILAS son: "preocupaciones sobre ser juzgadas" (worries about judgement), "aislamiento" (isolation), "juicio personal" (self-judgement) y "condena de la comunidad" (community condemnation). Cada dimensión está representada por una sub-escala. Éstas se evaluaron individualmente y luego se calcularon para analizar los puntajes en la escala completa.



Tabla 1. Puntajes promedios de las participantes en la escala de ILAS antes y después de la intervención.*

	Pre-intervención (N=16)	Post-intervención (N=16)	t	Sig.
	Media (DE)	Media (DE)		
Me preocupaba que la gente se enterara de mi aborto.	1.50 (1.09)	1.37 (0.88)		
Me preocupaba que mi aborto afectara mi relación con una persona querida.	1.50 (0.96)	1.31 (0.87)		
Me preocupaba decepcionar a alguna persona querida.	1.87 (1.02)	1.43 (1.03)		
Me preocupaba sentirme humillada.	1.06 (0.99)	1.12 (1.08)		
Me preocupaba que la gente contara chismes de mí.	1.25 (1.00)	0.87 (1.02)		
Me preocupaba que una persona querida me rechazara.	1.37 (1.02)	1.06 (0.92)		
Me preocupaba que la gente me juzgara.	1.56 (1.20)	1.06 (1.12)		
Sub-escala de preocupaciones sobre ser juzgadas (worries about judgment)	1.44 (0.79)	1.17 (0.79)	1.83	0.08
He hablado de mi aborto con personas con quienes tengo una relación cercana.	0.93 (0.77)	1.12 (0.88)		
Fui sincera con las personas con quienes tengo una relación cercana sobre mis sentimientos relacionados con mi aborto.	1.12 (0.95)	0.93 (0.85)		
Cuando aborté, sentí el apoyo de las personas con quienes tengo una relación cercana.	1.12 (1.02)	1.25 (0.85)		
Puedo hablar sobre mi aborto con las personas con quienes tengo una relación cercana.	1.31 (1.19)	0.68 (0.87)		
Estoy segura de que puedo compartir información sobre mi aborto con las personas con quienes tengo una relación cercana.	1.43 (1.20)	0.87 (1.02)		
Cuando aborté, me sentí apoyada por las personas con quienes tengo una relación cercana.	1.12 (1.02)	1.37 (1.36)		
Sub-escala de aislamiento (isolation)	1.17 (0.71)	1.04 (0.68)	4.18	<0.00**
Sentí que era una mala persona.	2.12 (1.45)	2.68 (1.19)		
Me sentí segura de haber tomado la decisión correcta.	1.62 (1.25)	1.56 (1.26)		
Sentí vergüenza por mi aborto.	1.50 (1.41)	1.68 (1.13)		
Me sentí egoísta.	2.18 (1.47)	2.00 (1.36)		
Me sentí culpable.	2.56 (1.54)	2.43 (1.36)		
Sub-escala de juicio personal (self-judgment)	2.00 (1.21)	2.02 (1.04)	0.14	0.88
El aborto es malo.	3.12 (1.02)	3.43 (0.89)		
El aborto es igual al homicidio.	3.12 (1.02)	3.12 (0.80)		
Sub-escala de condena de la comunidad (community condemnation)	3.12 (0.95)	3.28 (0.81)	0.61	0.54
Escala completa	1.67 (0.67)	1.59 (0.6)	0.91	0.37

*Un mayor puntaje en la escala de ILAS indica un mayor grado de estigma entorno al aborto.

**Resultados estadísticamente significativos ($p < 0.05$) utilizando la prueba de t pareada para diferencia de medias antes y después de la intervención.

Los puntajes más altos en las sub-escalas, y en la escala completa, representan un nivel más alto en el estigma del aborto a nivel individual.

El análisis encontró una diferencia estadísticamente significativa entre los puntajes promedios antes y después de la intervención en la sub-escala de "aislamiento", disminuyendo de 1.17 antes de la



intervención a 1.04 después de la intervención ($p < 0.001$), mostrando una disminución en el nivel de estigma individual relacionado con el aborto.

Ninguna de las otras sub-escalas mostró una diferencia estadísticamente significativa entre las puntuaciones medias previas y posteriores a la intervención. Sin embargo, aunque no fue significativo, el puntaje promedio de la sub-escala de “preocupaciones sobre el juicio” disminuyó de 1.44 a 1.17. Es posible que esta diferencia haya sido estadísticamente significativa en una muestra más grande. Además, aunque el puntaje total de la escala de ILAS disminuyó de un promedio de 1.67 antes de la intervención a 1.59 después de la intervención, esta diferencia no fue estadísticamente significativa.

Los resultados también consideraron dos reactivos adicionales sobre religión que se incluyeron en el cuestionario ILAS. En ambos casos, las mujeres tuvieron menos probabilidad de estar de acuerdo con la declaración después de haber participado en la intervención.

Tabla 2. Puntajes promedios de las participantes en las frases relacionadas con la religión y el aborto.*

	Pre-intervención	Post-intervención	t	Sig.
	(N=16)	(N=16)		
	Media (DE)	Media (DE)		
Me siento marcada por haber tenido un aborto.	1.85 (1.40)	1.37 (1.14)	2.23	0.04**
Creo que Dios me va a castigar por haber tenido un aborto.	1.31 (1.30)	0.93 (1.34)	1.00	0.33

*Un mayor puntaje en frases indica un mayor grado de estigma entorno al aborto.

**Resultados estadísticamente significativos ($p < 0.05$) utilizando la prueba de t pareada para diferencia de medias antes y después de la intervención.

Para la primera afirmación, "Me siento marcada por haber tenido un aborto", la diferencia fue estadísticamente significativa ($p = 0.04$), considerando el antes y después de la intervención, al disminuir de 1.85 a 1.37.

Estos hallazgos sugieren que después de participar en los Círculos de Reflexión, las mujeres sintieron un estigma menos internalizado con respecto a la dimensión de “aislamiento”. Este hallazgo es congruente con el objetivo de la intervención, que está diseñada para generar apoyo y un sentido de comunidad para quienes han tenido un aborto. Cabe mencionar que las mujeres reportaron sentirse marcadas por el aborto en menor medida después de participar en la intervención, lo cual es un resultado significativo en el contexto de México.

Experiencias de las mujeres en los Círculos

También nos interesó conocer más a fondo las experiencias expresadas por las mujeres sobre los Círculos, y saber si éstas eran consistentes con los objetivos generales de la intervención. Para hacer esto, realizamos entrevistas individuales y grupos focales.

Las participantes expresaron una variedad de motivaciones para asistir a los Círculos. Todas afirmaron haber tomado la decisión correcta, aunque la mayoría participó en los Círculos porque querían compartir con otras mujeres cómo se sentían acerca de su experiencia o procesar sus emociones.



Algunas tenían curiosidad sobre el tema, y muchas expresaron el deseo de conocer a otras mujeres que habían tenido un aborto. Dos participantes tuvieron dudas sobre si deberían sentirse culpables por su decisión y pensaron que el Círculo podría ayudarlas a aclarar esto.

Las participantes dijeron que su experiencia en el Círculo, en general, fue muy positiva. Todas expresaron sentirse seguras en los Círculos. Varias mujeres mencionaron estar nerviosas al principio, pero las facilitadoras y otras mujeres las tranquilizaron. La metodología del Círculo incluye un ritual de apertura y cierre en cada sesión, que muchas participantes señalaron como el elemento que creó esta sensación de espacio seguro:

*«Entrabas en esa armonía de todo, era algo armonioso y cada quien daba una palabra, cuando llegábamos y cuando salíamos terminando el Círculo, entonces a mí me agradó mucho, porque era del cómo llegábamos, con qué llegábamos y del cómo nos íbamos, como una terapia.»
(Estudiante, 19 años, Puebla)*

Muchas también mencionaron que escuchar a otras mujeres contar sus historias les dio la confianza para abrirse y hablar sobre su experiencia con otras que eran efectivamente "lejanas":

«...en el momento sientes pena y sientes que: “Ay, es que ¿cómo voy a contar esto?”, pero solita la situación se va dando y tú te abres y dices: “Bueno, creo que hay confianza aquí, hay confidencialidad” (...) mis compañeras también hablaban sobre el tema y yo creo que ellas también se sentían de esa misma manera, pero el hecho de hablarlo es lo que te motiva a decir: “Ah, pues es que yo también”». (Empleada, 19 años, Tlaxcala)

Las conexiones hechas con otras mujeres fueron un tema recurrente. Ellas se refieren a ser escuchadas, a conocer a otras con experiencias similares y a aprender de las demás como parte importante de su participación. Aprender a escuchar sin juzgar también fue mencionado varias veces como algo que habían practicado en el Círculo:

«...hubo el espacio para expresarme, hubo la oportunidad, también de ser escuchada y hubo la oportunidad de escuchar la experiencia de otras, a veces creemos que sólo a nosotros nos pasa algo, cuando no es así, cuando escuchas a otras mujeres y ves que ellas pasaron por situaciones similares o diferentes, dices tú: “Bueno, yo creo que también tengo que reflexionar lo que no me hace sentir bien, de qué manera lo acomodo en mi vida,” si quedaba algún estrago de culpa, bueno, creo que es mejor limpiarla.» (Ama de casa, 28 años, Chiapas)

Muchas mujeres expresaron sorpresa al escuchar tal diversidad en las experiencias de otras. Una pensaba que todos los abortos eran "fáciles" ya que ella tuvo acceso a una clínica privada y fue apoyada por su pareja. En su Círculo, otras hablaron de conflictos con sus familias y parejas, de complicaciones con los procedimientos médicos y de sentirse solas durante el proceso. Otra mujer creía que todos los abortos eran "traumáticos" ya que por información errónea tuvo complicaciones médicas cuando llevó a cabo un aborto con medicamentos en su casa. Estas mujeres, y

otras, expresaron gratitud por la oportunidad de aprender sobre las experiencias de las demás y disipar mitos y desinformación para comprender mejor el tema del aborto.

Percepciones de las mujeres sobre su aborto después de la intervención

A través de las entrevistas, también quisimos saber más sobre lo que las mujeres percibieron como resultado de los Círculos en sus propias vidas. Todas las entrevistadas expresaron una sensación de bienestar después de participar en el Círculo. Esto se verbalizó como:

“soltar una piedra”, “dejar las cosas atrás”, “acomodar esta experiencia en la vida”, “perdonarse a sí misma y a los demás”, “cerrar ciclos”, además de sentirse “más ligera”, “más libre”, “menos culpable”, “más segura”, “aliviada”, “energizada”, “tranquila” y “con ganas de comerme el mundo”.

La mayoría de las entrevistadas expresó haber sentido algún tipo de vergüenza o culpa por su aborto antes de haber participado en los Círculos, y al terminar no lo sintieron:

«(Fue difícil debido a) el hecho de pensar que estaba matando, el hecho de sentirme culpable, el hecho de sentirme como, mi mamá así me dice: “Es que (...) te tienes que hacer responsable de tus actos”, entonces yo dije: “¿Entonces no estoy siendo responsable?”, pero ahorita considero que sí, fui responsable.» (Estudiante, 21 años, Jalisco)

«Pues ya no me siento mala persona, que ya no me sentía mala persona, pero me dieron

bastantes herramientas como para darme cuenta [de] que no tiene por qué ser visto como algo malo... y al final, no asalto, no hago cosas malas, no tengo por qué sentirme una mala persona.» (Administradora de medios digitales, 27 años, Puebla)

Para la mitad de las mujeres que sentían culpa, sus sentimientos estaban relacionados con creencias religiosas. Una mujer tuvo que abortar debido a un embarazo ectópico y sintió que era un castigo por haber decidido tener un aborto años antes:

«Creía que Dios me estaba castigando, entonces cuando yo comencé a ver que la religión es algo que también influye en cómo una puede llegar a sentir el aborto, entonces dije: “No, creo que yo solita me hice daño al pensar eso”, es algo que no debía haber pensado, son episodios totalmente diferentes, son aislados, con varios años de diferencia y ahí es donde entendí: “Debo aprender a separarlos, no a compararlos”.» (Ama de casa, 28 años, Chiapas)

Algunas mujeres dijeron que después de participar en los Círculos sentían menos temor a ser juzgadas cuando hablaban sobre su experiencia de aborto con otras personas:



«Me siento mejor, me siento desahogada... antes tenía miedo [de] que sea juzgada o así, pero ahora pues no y si en algún momento alguien pudiera llegar a saberlo o yo pudiera tener la confianza con alguien... de poder decírselo, pues lo haría.» (Empleada, 19 años, Tlaxcala)

Muchas sintieron que el Círculo reafirmó y les dio más confianza en su decisión:

«Sentí la confianza de compartir con diferentes historias y que la tuya sea una más de esas... pero no en un sentido malo, sino que para que te impulse a sentirte hasta un cierto punto orgullosa y bien de la decisión que hayas tomado.» (Estudiante, 24 años, Tlaxcala)

Una mujer que había sentido que su aborto no significó mucho, señaló que el Círculo la ayudó a valorarlo como una experiencia importante en su vida:

«Mi opinión sobre el aborto no ha cambiado, creo que realmente la decisión la tenemos nosotras porque es nuestro cuerpo, pero la opinión sobre mi aborto sí ha cambiado, creo que ya lo aprecio un poquito más, o sea, ya no es como: “Sólo me quité el diente o se me cayó el cabello”, sino como reconocer que el aborto fue un parteaguas para poder seguir con mis planes de vida.» (Actriz, 23 años, Chiapas)

Para dos mujeres, los Círculos ayudaron a confirmar que no se sentían culpables por su decisión, y que eso era válido:

«No, no está mal sentir culpa, pero descubrí que no sentía culpa, que el haber pensado en todos como que me eximía de esa culpa, desde mi perspectiva, porque decía yo: “No tomaste una decisión egoísta, pensaste en todos, OK, está bien, no hay culpa, perfecto, ¿todos siguen con su vida normal?, sí, OK, sigamos”.» (Gerente, 32 años, Chiapas)

Otras expresaron que pensaban que los abortos solo les ocurrían a ciertos tipos de mujeres. Los círculos les ayudaron a reconocer que diversas mujeres optan por el aborto por una variedad de razones:

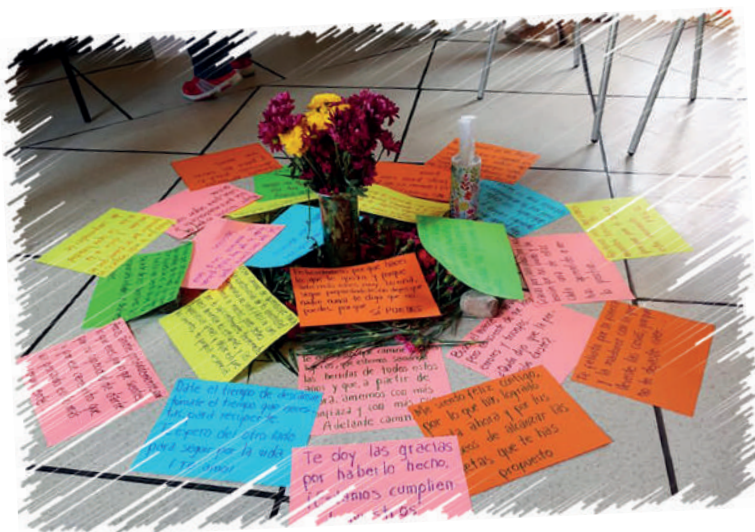
«Me sentía muy alejada, que [el aborto] solamente pasaba a las mujeres, a las niñas que no terminaban la primaria, la secundaria, de comunidades indígenas... [Ahora] pienso que nadie es ajeno, te puede pasar por cualquier cosa, no importa tu clase social ni de tu estatus socioeconómico, los estudios que tengas o sea no estamos ajenas, le puede pasar a cualquiera.» (Estudiante, 23 años, Puebla)



«No es como lo maneja la sociedad, sino depende del contexto en que lo viva cada persona, porque cada una de nosotras llevaba diferentes historias, entonces eso fue nuevo para mí, porque ...antes de mi experiencia siempre generalizaba, “todas las mujeres”, pero no es cierto, cada una lo vive de diferente manera.» (Estudiante, 19 años, Puebla)

La vida cambia después de los Círculos

Muchas mujeres expresaron que los Círculos no solo cambiaron la forma en que se sentían con respecto a su aborto, sino que también las llevaron a reflexionar sobre otras áreas de sus vidas en las que les gustaría hacer cambios. Para unas, esto implicó establecer límites en ciertas relaciones, como con sus familias y parejas. Para otras, significó tomar decisiones que habían tenido miedo de tomar antes. Una mujer decidió mudarse de ciudad para cumplir un sueño de toda la vida. Otra consultó a un médico sobre un problema de salud que le preocupaba pero que estaba evitando. Otra de ellas decidió terminar una relación no saludable. Estos resultados, aunque no eran el objetivo central de los Círculos, fueron increíblemente positivos y poderosos en sus vidas.



Las mujeres también expresaron un mayor nivel de autonomía. En muchas de sus historias fue recurrente la resiliencia al considerarse sus propias aliadas en situaciones difíciles o críticas. Esto contrastaba con las historias de victimización que caracterizaron muchas de las entrevistas realizadas durante la convocatoria. Una mujer habló sobre una pareja que trató de obligarla a continuar el embarazo:

«...yo recordé como que todas las cosas que pasé en un momento y me llené de impotencia porque dije: “¿Cómo es que a esa hora yo no hice eso y yo no hablé?”, o sea, me dejé en ese momento, entonces pues ahora digo que si vuelve a pasar, yo no me voy a dejar, no voy a dejar que me violenten, no voy a dejar que decidan sobre mí y es algo que tengo como que aquí muy presente...» (Estudiante, 20 años, Tlaxcala)

Muchas mujeres también hablaron acerca de cómo sus relaciones más significativas mejoraron desde que participaron en el Círculo. Las relaciones con las madres fueron un tema recurrente:

«Aprendí a ver a mi mamá como mujer, la veía como mamá y ahí aprendí a verla como mujer, mujer que siente, que se enoja, que necesita descansar; y yo antes la veía como: “Ah, mi mamá la súper poderosa, todo lo puede” y ahora ya me doy cuenta cuando está molesta, cuando está enojada, cuando está triste y quizá ella no me lo diga a mí, pero ya me doy cuenta...» (Psicoterapeuta, 20 años, Chiapas)

Otras también sintieron el deseo de contarles a sus seres queridos sobre su aborto después de haber compartido su experiencia en los Círculos.

«...a raíz del Círculo mi hermana mayor sabe ahora de mis dos interrupciones... Mi temor a compartírselo a mi hermana, era como muchas veces, de ya no me va a querer, de afectos y no bueno, me dijo cosas hermosas, así, hermosas, hermosas... [y ahora] ...quiero compartírselo a mi madre, quiero compartirle que he tomado decisiones que me han ayudado muchísimo, me han reconfortado y que han sido las mejores decisiones de mi vida.» (Profesora de secundaria, 30 años, Jalisco)

DISCUSIÓN

En general, consideramos que el primer año de los Círculos de Reflexión fue un éxito. Los Círculos crearon un espacio seguro para que las mujeres hablaran sobre sus abortos con otras mujeres y para reflexionar sobre lo que esta experiencia les ha significado. La evaluación nos ayudó a confirmar que el proyecto cumplía con una necesidad de las mujeres que no había sido satisfecha anteriormente. Pocas habían hablado sobre su aborto, excepto con un pequeño círculo de amistades o con sus parejas. En la mayoría de los casos, las familias de las mujeres, y particularmente sus madres, no sabían sobre su aborto. A través de los Círculos confirmamos que las mujeres a menudo usan el silencio para proteger su decisión en un ambiente que estigmatiza.²⁰ Sin embargo, como lo expresaron las participantes del Círculo, cuando el silencio se manifiesta como un tipo de autocensura social, tiene consecuencias emocionales negativas y puede causar aislamiento.²¹

20 Cockrill, K. and Biggs, A. (2017). Can stories reduce abortion stigma? Findings from a longitudinal cohort study, *Culture, Health & Sexuality*, 20 (3): 335-350.

21 Major, B. & Gramzow, R. (1999). Abortion as stigma: Cognitive and emotional implications of concealment, *Journal of Personality and Social Psychology* 77 (4): 735-745; and Rostagnol (2005).

Por lo tanto, romper el silencio resultó ser una experiencia transformadora para muchas participantes. Los Círculos les ofrecieron un espacio donde pudieron hablar sobre su aborto sin sentirse juzgadas, de una manera afirmativa y no re-victimizante. Muchas dijeron verse reflejadas en otras mujeres, y que estas conexiones eran poderosas para crear cercanía y reducir los sentimientos de estigmatización. Esto se confirmó en los resultados del cuestionario ILAS, que mostró que las mujeres sintieron menos "aislamiento" después de participar en los Círculos. Aquéllas que le habían contado a sus amistades cercanas o parejas sobre su aborto antes de participar sintieron que, aunque eso fue útil, no fue tan valioso como estar en un espacio donde pudieron reflexionar sobre el tema con otras que compartieron experiencias similares. Muchas mujeres también expresaron su deseo de contarles a otras personas cercanas sobre su aborto después de participar en el Círculo. De esta manera, el Círculo les dio la confianza en su decisión para tomar medidas que las llevaran a romper el silencio en sus propias vidas, más allá de la intervención. Si bien estos resultados están fuera de las limitaciones de nuestra evaluación, plantea preguntas para futuras investigaciones.

Entrevistamos a 12 mujeres que participaron en los Círculos de Reflexión



Antes de participar	Después de participar
8 habían hablado de su aborto con menos de cuatro personas	4 decidieron compartir su experiencia de aborto con su familia o actual pareja
9 nunca habían contado su experiencia a su familia	7 señalaron que en el futuro les gustaría contar su experiencia de aborto a una persona cercana a ellas



En línea con la literatura, aunque todas las mujeres sintieron que habían tomado la decisión correcta, muchas tuvieron una sensación de duda, culpa o malestar antes de participar en la intervención.²² Al final de los Círculos, la mayoría de las mujeres pudo identificar de dónde provenía este malestar. No era algo autogenerado, sino impuesto por la sociedad. Todas las mujeres expresaron que su opinión sobre el aborto, o la percepción de su propio aborto, había cambiado positivamente de alguna manera debido a los Círculos. Muchas también fortalecieron su sentido de autonomía. Podían identificar las razones por las que tomaron la decisión, reconocieron que estas razones eran personalmente relevantes y valiosas, y al hacerlo sintieron más confianza en su decisión. Esto nos ayudó a confirmar que la metodología de los Círculos de Reflexión y las actividades específicas incluidas en ella son herramientas útiles para la reflexión, que ofrecen a las mujeres la oportunidad de resignificar su experiencia y de aumentar la confianza en su decisión.

También aprendimos que los Círculos de Reflexión son una intervención que “conoce a las mujeres donde están”. Para algunas, particularmente aquellas cuyo aborto fue reciente, los Círculos ofrecieron un espacio para la catarsis donde se sintieron apoyadas por otras mujeres y pudieron hablar libremente sin ser juzgadas. Para quienes contaron con más tiempo para procesarlo, los Círculos ofrecieron la oportunidad de reflexionar sobre otros temas complementarios como el género, la autonomía y las relaciones personales. Las mujeres valoraron las lecciones sobre estos temas tanto como los aprendizajes sobre aborto. De manera similar, las mujeres que anteriormente sentían relativamente poco o ningún conflicto sobre su aborto, obtuvieron otros conocimientos relacionados con la realidad social del aborto en México mientras escuchaban a otras hablar de las dificultades para acceder a un servicio seguro o de tener que vivir la experiencia solas y en silencio.

22 Cockrill & Nack (2013); and Sorhaindo, et al. (2014).

Las mujeres con experiencias más "privilegiadas" expresaron su deseo de acercarse a otras y tomar medidas para cambiar esta realidad.

En los resultados de la escala ILAS, las percepciones de las mujeres acerca de la condena de la comunidad en realidad aumentaron, aunque esto no fue estadísticamente significativo. Después de reflexionar, creemos que esto pudo haber ocurrido por una serie de razones. En primer lugar, el objetivo de esta intervención no era cambiar las opiniones sobre el aborto a nivel de la comunidad, por lo que es poco probable que la intervención pueda tener un impacto positivo directo en esta dimensión del estigma.²³ Además, participar en actividades en la metodología del Círculo de Reflexión que muestran el estigma del aborto como un fenómeno global, así como hablar con otras mujeres sobre sus diversas experiencias, podría aumentar la conciencia sobre la magnitud del problema. Esto es aún más probable cuando las mujeres provienen de contextos donde hay silencio sobre el tema y donde se sienten socialmente obligadas a no hablar. Las mujeres a menudo quedan con la sensación de ser las únicas que experimentan el aborto o se sienten juzgadas por otros por haber tomado esa elección. En otras palabras, pierden de vista el hecho de que su problema privado es realmente público y social.²⁴ Los Círculos intentan cambiar esto, pero estamos dispuestas a seguir explorando cómo podemos asegurar que las mujeres continúen sintiéndose fortalecidas por este nuevo conocimiento y respaldadas para tomar acciones relacionadas con su proyecto de vida, en vez de sentirse más agobiadas, una crítica que ha sido planteada a otras metodologías de "concientización".²⁵

23 La escala ILAS (Cockrill, et al. 2013) mide la condena de la comunidad usando las siguientes dos afirmaciones: "¿Cuántas personas en su comunidad tenían las siguientes creencias (alrededor del momento de su aborto)? (1) El aborto siempre es incorrecto; (2) el aborto es lo mismo que el asesinato".

24 Rostagnol (2005).

25 Ver por ejemplo: Barber, A., et al. (2013). Consciousness-raising, Sisterhood & After: the Women's Liberation Oral History Project. Disponible en línea: <https://www.bl.uk/sisterhood/>



La evaluación ha reforzado nuestra convicción de que es primordial ofrecer espacios seguros para explorar el lado emocional del aborto, eliminar mitos y ofrecer información veraz sobre éste y el estigma como un enfoque integral para ayudar a las mujeres a acceder al aborto seguro. Consideramos que dejar a las mujeres solas después de su aborto en un contexto social, político y religioso que manipula su salud emocional y mental al generar estigma como forma de control, es una negación de sus derechos sexuales y reproductivos.²⁶ Por otro lado, ofrecer apoyo en un espacio como los Círculos de Reflexión fortalece la capacidad de las mujeres para tomar decisiones libres que consideren adecuadas para ellas y para asimilar esa decisión de una manera que las haga sentir tranquilas y fortalecidas por el impacto en sus vidas.²⁷

LIMITACIONES Y OTRAS CONSIDERACIONES

Es importante señalar la pequeña muestra de participantes en los Círculos de Reflexión y, por lo tanto, en su evaluación. Es posible que las mujeres que eventualmente participaron hayan estado predispuestas a tener niveles más bajos de estigma en primer lugar. Además, nuestros hallazgos no son representativos de quienes tienen abortos en estos estados y no pueden generalizarse.

Nuestra evaluación nos mostró que hay una variedad de razones por las cuales es difícil para las mujeres comprometerse con un programa de cuatro sesiones. Para algunas, cuatro semanas son desalentadoras cuando no están seguras de cómo será el Círculo y, particularmente cuando el tema es el

articles/consciousness-raising#authorBlock1

26 Ortiz Ramírez, O. (2016b). ADAS, un camino para renovar la fortaleza emocional después de un aborto voluntario. Presentado en el foro: *Interrupción del embarazo desde la experiencia de las mujeres: Aportaciones interdisciplinarias* (de próxima publicación).

27 Ortiz Ramírez, O., Belfrage, M. y Roman, S. (2018) *Círculos de Reflexión para mujeres que han tenido un aborto voluntario: Manual de formación para facilitadoras* (de próxima publicación).

aborto, existe una presión para dejarlo atrás o mantenerlo oculto. La retroalimentación de las participantes nos enseñó que para algunas mujeres es difícil tomarse un tiempo de sus vidas sin revelar a la familia, personas cercanas o del trabajo que han tenido un aborto. Desde entonces, hemos ajustado la metodología para que las participantes puedan asistir sólo a la primera sesión y luego decidir si desean continuar el proceso. Una baja tasa de abandono nos mostró que una vez que las participantes experimentaban la primera sesión era muy probable que continuaran, pues entendían lo que el Círculo implicaba y la variedad de temas que incluía (no solo el aborto). Para aquellas que solo pueden asistir por única ocasión, esperamos que encuentren algún beneficio en una primera sesión ajustada que cubra los temas más importantes y brinde cierto sentido de cierre. Implementaremos esta metodología ajustada en el segundo año del proyecto y monitorearemos de cerca los resultados.

El pequeño número de participantes tuvo un impacto negativo en la utilidad de la escala ILAS para evaluar cuantitativamente la intervención. No fue posible encontrar hallazgos estadísticamente significativos para tres de las cuatro dimensiones del estigma. Nuestra evaluación también planteó preguntas sobre la utilidad de la escala ILAS como un cuestionario previo y posterior a la intervención. Creemos que la redacción en tiempo pasado de las declaraciones en algunas sub-escalas crea desafíos al usar la encuesta para comprender los cambios a lo largo del tiempo.²⁸ Sin embargo, inesperadamente, el cuestionario demostró ser útil como una herramienta para la autorreflexión de las mujeres. La mitad de las participantes comentó que responder el mismo cuestionario dos veces fue útil para sus propios propósitos reflexivos sobre cómo su

28 Las sub-escalas "preocupaciones sobre ser juzgadas", "juicio personal" y "condena de la comunidad" piden específicamente a las participantes que piensen cómo se sintieron en el momento de su aborto. Para efectos de la evaluación, creemos que reflejaría con mayor precisión los resultados de una intervención si preguntáramos a las participantes cómo se sienten acerca de su aborto *ahora* (tanto antes como después de la intervención).



experiencia del estigma había cambiado a lo largo del programa. Estas mismas participantes pudieron identificar las preguntas exactas que generaron esta reflexión.

*«Son útiles porque las preguntas antes eran que si tú te sentías avergonzada o si tú pensabas que habías hecho mal o eras egoísta, entonces es así como que, tal vez, entonces yo así como de: “Sí, sí me sentía así”, y ya después es como que: “No, ya no, ya no me siento así egoísta”.»
(Empleada, 19 años, Tlaxcala)*

La muestra de participantes también fue bastante homogénea en términos de perfil sociodemográfico. Por lo tanto, encontramos difícil responder a cualquier pregunta sobre si esta metodología funciona para mujeres de una gama más diversa de identidades y cómo la interseccionalidad de las mujeres influye en su experiencia de la intervención. Nos interesa explorar esto a mayor profundidad en el futuro.

SEGUIR ADELANTE

Fue un año intenso de trabajo inspirador con diversas mujeres que se unieron para hacer posibles los Círculos de Reflexión. Hemos aprendido mucho y estamos entusiasmadas con los resultados. En 2018, nos embarcaremos en el segundo año del proyecto, capacitando a nuevas facilitadoras y llevando a cabo más Círculos en otros estados de México. Hemos pasado los últimos meses ajustando la metodología tomando en cuenta las lecciones aprendidas y formulando estrategias sobre cómo podemos ofrecer mayor apoyo y recursos a las facilitadoras voluntarias en la fase de implementación, particularmente durante la convocatoria de participantes.

También continuaremos participando en el

diálogo sobre la mejor manera de evaluar este tipo de intervenciones. Estamos interesadas en reflexionar más sobre las escalas del estigma y cómo pueden usarse como herramientas de evaluación efectivas.

En los próximos meses imprimiremos el manual “Círculos de Reflexión”²⁹, con instrucciones paso a paso sobre cómo implementar un Círculo, planes de sesión y materiales adicionales, dirigidas a otros grupos feministas que trabajan en el acceso al aborto y la reducción del estigma en el resto del país y en América Latina. Por ahora, el manual solo existe en español, aun así, es un recurso valioso para trabajar con mujeres a fin de reducir el estigma y fortalecer el trabajo de acompañamiento en casos de aborto en esta región.

A nivel global, esperamos participar en intercambios sobre lo que significa trabajar en el estigma a nivel individual, incluida la dimensión emocional del aborto. ¿Cómo podemos reconocer las complejas experiencias de las mujeres sin amenazar nuestras posiciones de defensa? Creemos que esta evaluación ofrece valiosas lecciones sobre cómo reducir el estigma a nivel individual y los beneficios de desmitificar la experiencia emocional de las mujeres sobre el aborto. Mientras que la propaganda anti-derechos describe el aborto como “una crisis” que perjudica la salud mental de las mujeres, nuestros resultados confirman que, como otros eventos en la vida de las mujeres, puede ser una herramienta para que ellas reflexionen y reafirmen lo que es valioso y enriquecedor en su vida, y para limitar el impacto de lo que no es.³⁰ Creemos que generar más diálogo y reflexión sobre estos temas puede hacer más sofisticados nuestros discursos, reflejar mejor las experiencias de las mujeres e incluso desarmar muchos de los argumentos anti-derechos. Agradeceremos cualquier pregunta o contribución a este diálogo continuo para que avancemos juntas en la lucha contra el estigma hacia el aborto.

²⁹ Ortiz Ramírez, Belfrage y Roman (2018).

³⁰ Ortiz Ramírez (2016a).

AGRADECIMIENTOS

Quiénes somos

Equidad de Género, Ciudadanía, Trabajo y Familia A.C. (Equidad) es una organización feminista fundada en 1996 cuya misión es promover la igualdad entre mujeres y hombres, así como el Estado de derecho, mediante el desarrollo e incorporación de propuestas de políticas públicas con enfoque de género, el fortalecimiento del liderazgo y la participación ciudadana de las mujeres en todos los ámbitos de la vida política y social.

Equidad fundó la Red por los Derechos Sexuales y Reproductivos en México (*ddeser*) cuyo objetivo es defender y promover los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres, incluido el acceso al aborto legal y seguro, a través de la formación de mujeres líderes y jóvenes promotoras en zonas urbanas, rurales y comunidades indígenas de México.

Acompañamiento Después de un Aborto Seguro (ADAS) es un programa de acompañamiento post aborto que ha ofrecido apoyo emocional a las mujeres desde 2007. El programa crea un espacio seguro, confidencial y respetuoso mediante la escucha activa y sin prejuicios, para promover y proteger los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres.

La evaluación de los Círculos de Reflexión se llevó a cabo con el apoyo de la Red Internacional para la Reducción de la Discriminación y el Estigma del Aborto (Inroads).

Nuestro agradecimiento a todas las personas que contribuyeron a la realización exitosa del primer año de los Círculos de Reflexión y su evaluación:

- Las valientes e inspiradoras mujeres participantes de los estados de Chiapas, Jalisco, Puebla y Tlaxcala.
- Las fabulosas facilitadoras de los Círculos de Reflexión: Zedxi, Lorena, Ruth, Karina, Jessica, Tawny, Itzel y Lilian.
- Annik Sorhaindo, consultora independiente, por su análisis de la escala ILAS y sus consejos constantes.
- Sofía Román, Talia Mills y Lurel Cedeño, por sus contribuciones al diseño e implementación del proyecto.

