

CATHOLICS
FOR
CHOICE
en español

**GUÍA DE
ACOMPANIAMIENTO
PARA EL ABORTO
DESDE LA FE**





Catholics for Choice es una organización sin ánimo de lucro que levanta las voces de la mayoría de las personas católicas que creen en la libertad y la justicia reproductiva. Apoyamos la formulación de políticas, decisiones judiciales, leyes y estructuras de gobierno que promueven una clara separación entre la Iglesia y el Estado.

La mayoría de las personas católicas apoyan el pleno uso de la conciencia cuando se trata de tomar decisiones que determinan su salud sexual y reproductiva. En Catholics for Choice representamos a esta mayoría y declaramos que nuestra fe nos llama a afirmar la libertad reproductiva y religiosa como algo esencial para la justicia social católica.

En portada: Intervención de Catholics for Choice en Basílica del Santuario Nacional de la Inmaculada Concepción, Washington, DC. Enero 22, 2022

TABLA DE CONTENIDO

**NUNCA LO OLVIDES,
ESTAMOS CONTIGO** 02

**LAS ENSEÑANZAS DE LA
IGLESIA CATÓLICA** 03

**DIOS JAMÁS ABANDONA
A QUIEN LE BUSCA:** 10
**Oraciones para
Acercarse**

**RECOMENDACIONES
PARA EL
ACOMPañAMIENTO** 12

**OTRAS EN MI LUGAR:
HISTORIAS DE
PERSONAS DE FE EN
RELACIÓN AL ABORTO** 16

REFERENCIAS 20

NUNCA LO OLVIDES, ESTAMOS CONTIGO



Muchas veces creemos que interrumpir voluntariamente un embarazo o acompañar a alguien durante su decisión es un proceso solitario por el estigma social y religioso alrededor del aborto. Esto último es una preocupación especial para las personas de fe, particularmente las católicas, debido a la falsa creencia de que las personas católicas no pueden abortar. Sin embargo, la realidad común de las personas católicas respecto al aborto es mucho más abierta de lo que la jerarquía eclesial nos ha hecho creer. De hecho, una de cada cuatro personas que deciden terminar su embarazo en Estados Unidos se identifica como católica. En Latinoamérica la situación no es muy distinta.

Sabemos que enfrentarse a esta decisión puede ser un proceso difícil por lo tanto creamos esta guía para acompañarte en este momento. Queremos que sepas que tu fe es una gran herramienta para apoyar cualquier decisión que tomes. Confía en que arraigada en tu fe e informada por tu conciencia la decisión que estás tomando es la adecuada para tu vida. ¡No estás sola/x!

Catholics for Choice en manifestación a favor de Roe v. Wade. Diciembre 1, 2021

LAS ENSEÑANZAS DE LA IGLESIA CATÓLICA

Debes saber que, aunque en tu familia, en los medios de comunicación o en tu iglesia se diga que el aborto siempre ha ido en contra del catolicismo, la verdad es que las enseñanzas de la Iglesia sobre el aborto han cambiado muchas veces con el tiempo. De hecho, la biblia nunca menciona que el aborto esté prohibido o sea un pecado. Así como muchas teólogas y teólogos católicos, a través de la historia, han dicho que el aborto puede ser una opción moral, otros no están de acuerdo.

Estas diferencias reflejan la complejidad del asunto, aunque la iglesia institucional ahora se oponga completamente a reconocer los matices de la moralidad del aborto.

Además, la tradición católica abarca más que las enseñanzas consignadas por los papas y/o académicos de la fe.

El catolicismo se basa en un profundo respeto hacia la conciencia, la que cada persona debe seguir, por encima de todo, a la hora de tomar una decisión moral.



Por eso, si has decidido interrumpir tu embarazo, o si estás acompañando a alguien en su proceso, confía en que Dios te ha dado la capacidad de tomar esa decisión desde el amor, motivado por el principio de justicia social que nos incita a ayudar a quienes nos necesitan.

LA CONCIENCIA

En la tradición católica, la conciencia es el "vínculo" entre la racionalidad y la libertad humana. Nuestra tradición católica nos llama a seguir nuestra conciencia y a respetar el derecho de las demás personas a hacer lo mismo.



Santa Hildegarda y su comunidad de monjas en una miniatura del siglo XIII.

El catecismo 1778 nos dice que "La conciencia moral es un juicio de la razón por el que la persona humana reconoce la cualidad moral de un acto concreto que piensa hacer, está haciendo o ha hecho. En todo lo que dice y hace, [la persona] está obligada a seguir fielmente lo que sabe que es justo y recto. Mediante el dictamen de su conciencia [toda persona] percibe y reconoce las prescripciones de la ley divina."

EL CATOLICISMO Y EL ABORTO: LOS HECHOS

El aborto es un procedimiento médico normal y seguro cuando se practica legalmente y por profesionales de la salud. A lo largo de la historia, el aborto voluntario ha estado presente en la vida de las personas, incluso las personas católicas.

Las creencias espirituales de las personas rara vez evitan que éstas lleven a cabo lo que su conciencia,

corazón y situación particular les dictan. Queremos que sepas que muchas personas creyentes abortan anualmente y eso no las hace menos dignas del amor de Dios. De hecho, muchas de estas personas encuentran la fuerza que necesitan para tomar su decisión en su fe. Esto también es una realidad para las personas católicas.

Aquí unos datos

Cada año **6.4** millones de mujeres estadounidenses se **embarazan** y la mitad de esos embarazos no son planeados.

Alrededor del **48%** de las mujeres que quedan embarazadas en Estados Unidos estaban utilizando **métodos anticonceptivos** durante el mes en que quedaron embarazadas.

Cerca del **50%** de los embarazos no planeados a nivel mundial acaban en un **aborto**.

65% de las personas católicas en países con altos índices de catolicismo mencionan que el **aborto debería ser legal** en todos o la mayoría de los casos, y en Estados Unidos esto es cierto para el 56% de las personas católicas.

En Estados Unidos, **1 de cada 4** de las personas que deciden abortar es **católica**, mientras que el **98%** de las mujeres católicas han usado métodos anticonceptivos.

¿ES EL ABORTO UN ASESINATO?

La Iglesia católica ha afirmado que la vida comienza en la concepción. También establece que esta posición sobre el aborto “no ha cambiado ya que es inmutable.” Sin embargo, hay varios problemas de carácter científico, bíblico, teológico, pastoral y canónico con esa afirmación. Veamos algunos de ellos:

Lo que dice la Ciencia

El 60% de los óvulos/embriones fecundados se eliminan del cuerpo de forma natural antes de implantarse en el útero.

Si los óvulos fecundados son "vida", como lo afirma la Iglesia,

y su destrucción es un "asesinato", ¿Por qué Dios creó un proceso natural que mata a tantos embriones? Si esta es la naturaleza tal y como la diseñó Dios, ¿Podemos considerar este proceso realmente un asesinato?

Lo que dice el Derecho Canónico

La enseñanza de la Iglesia sobre el aborto nunca ha sido declarada infalible.

El Vaticano nunca ha excomulgado formalmente a ninguna persona católica que apoye el derecho al aborto.

La Iglesia no ha dicho definitivamente cuándo un feto recibe un alma.

En el 2016, el Papa Francisco comenzó a permitir a los sacerdotes utilizar la penitencia para que la mujer que haya abortado pueda evitar la excomunión.

Todos estos hechos y realidades demuestran que sigue siendo necesario aclarar y dialogar sobre la posición de la Iglesia respecto al aborto.

Lo que dice la Teología Católica

Tanto San Agustín como Santo Tomás de Aquino —dos de los teólogos más importantes en la historia de la Iglesia (llamados "Doctores de la Iglesia")— no consideraban que el aborto en su fase inicial fuera un asesinato. Ambos estaban de acuerdo en que el aborto no puede ser

considerado como un asesinato hasta que el feto se convierte en una persona con alma, lo que ellos estimaban que ocurría en etapas avanzadas del embarazo. Por su parte, Santa Hildegarda de Bingen —también Doctora de la Iglesia— escribió recetas de abortivos en sus textos médicos.

IMPORTANTE

La creencia de que el aborto en las primeras etapas del embarazo no era un asesinato, fue la posición consistente de la iglesia hasta 1873. La prohibición total del aborto no fue codificada sino hasta 1917.

1 de cada 4 pacientes de aborto en EE.UU. es una persona católica.

Lo que dice la biblia

PUEDES ENCONTRAR TRANQUILIDAD EN ESTOS TRES HECHOS SOBRE LAS ESCRITURAS

1

La palabra aborto no se menciona en la Biblia. Si lees la versión de Reina Valera (1960), notarás que acaso la palabra "abortivo" aparece, pero no es vista como un pecado.

2

No hay ninguna historia sobre la interrupción de un embarazo, aunque hay historias sobre abortos espontáneos que no son condenados.

3

Jesús no dijo nada sobre el aborto.

Jesús nunca habló sobre el aborto, pero sí habló de justicia, amor y compasión hacia las demás personas. Puedes confiar en que él estaría contigo.



DECIDIR DESDE LA FE

Terminar un embarazo requiere una decisión meditada y tomada en absoluta libertad de conciencia. Para muchas personas de fe, las decisiones sobre sus vidas más cruciales necesitan ser tomadas en oración, meditación y otros procesos y tradiciones religiosas en las que podemos

encontrar una guía espiritual que nos ayude a aclarar dudas y lidiar con nuestros sentimientos y miedos.

Recuerda que la voluntad de la Divinidad es perfecta y por eso puedes confiar en que tu conciencia, al ser un don que hemos recibido, guiará tu decisión.

Esto no significa que las personas necesiten "pedir permiso" a su Dios/a para tomar decisiones. Lo que significa es que a través de la oración y la meditación podemos encontrar una guía espiritual que nos permita actuar libres de remordimientos, culpas y miedos.

La voluntad de la Divinidad es perfecta y te ha otorgado la conciencia como un regalo para que tomes decisiones sobre tu vida y tu cuerpo en plena libertad.



DIOS JAMÁS ABANDONA A QUIEN LE BUSCA: ORACIONES PARA ACERCARSE

Cualquiera que sea tu razón para terminar un embarazo, **ten por seguro que es la razón más válida y correcta para ti**. Pero si aun sabiendo esto, te sientes confundida, **queremos compartir contigo unas oraciones que te permitirán acercarte a la Sabiduría y así encontrar la respuesta a tus incertidumbres**. Recuerda que nuestra fe nos enseña que **Dios es un ser de amor infinito** para todas las personas que le buscan, por eso confiamos en que Dios está contigo sin importar cual sea tu decisión.

Si estás aquí porque acompañarás a alguien en su proceso de interrupción del embarazo, encuentra fortaleza en que estás llevando a cabo una de las principales enseñanzas católicas: estar ahí para quienes más nos necesitan.

¡DIOS BENDICE TU ABORTO Y TU ACOMPAÑAMIENTO!



GRACIAS POR LA LIBERTAD DE CONCIENCIA

¡A ti doy gracias por darme libertad de conciencia!
Mi fe se fortalece en María, a quien consultaste para que libremente decidiera ser madre de Cristo.

¡Así escogeré yo!
Sabiendo que **cualquier decisión que tome lleva por delante tu bendición.**
Amén.



Acompaña mi decisión

Morenita,
Madre libre de Dios,
guarda este momento de libertad guiada por mi conciencia y por tu espíritu de equidad y bondad.

Tiende tu protección sobre mí para que mi cuerpo sane y bendice a quienes me han acompañado en mi derecho a decidir.
Amén.

Para quienes acompañan un aborto

¡Oh, Virgen libre, Tonantzin! Piedra angular del feminismo católico, por favor guía mi acompañamiento de aborto este día para que, con tu amparo, pueda ofrecer calma y confort a quien ha decidido libremente interrumpir su embarazo.

¡Que mi fe por tu nombre sea luz para otrxs en este momento de íntimo cambio!
Amén.

Fuerza en los momentos difíciles

Virgen de Guadalupe, bajo tu amparo nos acogemos, pues tú proteges a quienes son justos de quienes buscan oprimirles y quitarles su libertad.

Que tu manto guarde hoy nuestro derecho a decidir. Líbranos de quienes buscan negarlo y bendice hoy y siempre nuestra lucha.
Amén.

RECOMENDACIONES PARA EL ACOMPAÑAMIENTO

El acompañamiento es un ministerio importante en nuestra vida en comunidad. Es importante que la persona a quien acompañas se sienta cómoda. Encuéntrala en donde esté y no la presiones. Si tienes la oportunidad, pregúntale sobre sus preferencias y respeta su autonomía en todo momento. Aquí algunas prácticas sugeridas que puedes hacer para apoyar su proceso.

Oración

Realizar una oración antes de iniciar es una manera de poner nuestro cuerpo y espíritu al cuidado de la Divinidad.

Recuérdale a la persona que acompañas que puede acercarse con un Salmo o su pasaje bíblico favorito, agradeciéndole por estar presente y ser quien guía cada uno de los pasos sucesivos a la decisión que se tome. Recuérdale que es amada/x incondicionalmente y que la voluntad Divina es perfecta y buena.

También puedes guiarte con las oraciones que aquí te compartimos.

Espacio

Este proceso es sumamente íntimo para la persona que está por interrumpir su embarazo. Asegura que el espacio en el que se lleve a cabo el aborto sea un lugar que le haga sentir a la persona en paz y segura. Procura que el ruido y las interrupciones no sean un problema para que se pueda llevar el proceso en calma.

Atmósfera

En ocasiones, las velas, música para meditación o alguna melodía son buenas herramientas para facilitar un ambiente relajante. También puedes recomendarle algún aceite calmante como el de lavanda. Recuerda seguir las preferencias de la persona a quien acompañas y abogar en todo momento a favor de su comodidad y bienestar.

Pregúntale a la persona que acompañas qué la hace sentir en paz y a gusto en un espacio.

Escucha

Si estás acompañando a alguien, ten en cuenta que este es su momento y para esa persona es importante ser escuchada. Si hay más de una acompañante en la habitación, procuren no hablar entre ustedes de cosas banales, ya que la persona que están acompañando podría estar angustiada, nerviosa, o simplemente quiere meditar.

Respiración

La respiración adecuada es clave en los momentos de ansiedad y estrés. Inhalaciones profundas y despacio junto a exhalaciones largas y lentas pueden aliviar las tensiones tanto emocionales como físicas. Concentrarse en la nariz o hacer un recorrido de pies a cabeza durante la respiración es un ejercicio eficaz para relajarse.

Escritura

Si la persona que acompañas no desea hablar, puedes ofrecerle escribir sus pensamientos, emociones, dudas, e incluso sus oraciones. Recuerda que quizá no desee mostrártelo en el momento, pero si sus palabras reflejan emociones aflitivas, quizá sea momento de una oración guiada en la que se disipen estas emociones.

OTRAS EN MI LUGAR:

HISTORIAS DE PERSONAS DE FE EN RELACIÓN CON EL ABORTO

MR - 38 años

Decidí interrumpir mi embarazo cuando tenía 6 semanas. Me había divorciado hace ya varios meses del padre de mis dos hermosos hijos. Estaba usando la píldora anticonceptiva y me falló.

Mi pareja en ese momento era un hombre controlador y habíamos tenido algunos encuentros en donde él se mostró agresivo. Por eso cuando nos enteramos yo supe que no era lo que quería.

Tengo dos hijos y no planeaba tener más. Como madre de dos adolescentes, se la responsabilidad que se asume cuando se decide tener un hijo. Y por eso para mí la situación era clara. Esto no quiere decir que haya sido fácil porque ¡no lo fue! Fueron dos semanas duras porque fui criada en la tradición católica y mi familia, particularmente mis padres, son muy conservadores. Pensé que no entenderían ni apoyarían mi decisión.

Estuve confundida unos días y lloré mucho. En ese momento quería contárselo a alguien, quería sentirme acompañada. Por eso llamé a una familiar y ella me dijo que debía tenerlo, que abortar era el peor pecado que podía cometer. Me entraron dudas y me sentí muy mal. Me culpé mucho. Finalmente decidí hacer una segunda llamada a una prima que vive en otra ciudad.

Cuando le dije que estaba embarazada, ella me preguntó que cómo me sentía y qué quería hacer. Lo hablamos con tranquilidad y sentí que la decisión de interrumpir mi embarazo era válida y que no me hacía una mala persona. Ella me ayudó a encontrar una clínica y me acompañó en el proceso por teléfono y vía mensaje de texto.

Durante el proceso de decidir, pensaba mucho en mis hijos y en los proyectos de vida que ya se estaban formando y que yo quiero y tengo que apoyar económica, física y emocionalmente.

A ellos me debo porque con orgullo puedo decir que a ellos los elegí. Dios me dio la bendición de decidir plenamente ser su madre y así mismo hoy agradezco la libertad de poder también decidir que no deseo ser madre de nadie más.

Para mí, el proceso de interrumpir mi embarazo no fue traumático a nivel psicológico, pero sí es una experiencia dura físicamente. Fue un aborto autogestionado, guiado por médicas y profesionales de la salud de una clínica certificada, y aunque es un procedimiento seguro cuando se hace en el marco legal, duele y asusta mucho. Sobre todo porque, en mi caso, lo tuve que enfrentar sola. Casi a escondidas de mi familia.

OTRAS EN MI LUGAR

Dudo mucho que la gente quiera pasar por esta experiencia más de una vez, especialmente porque con el estigma social, es algo que muchas tenemos que vivir solas. Pero entiendo que los embarazos no deseados pueden pasar incluso cuando te estas cuidando, y las consecuencias de llevar un embarazo a término -- cuando no se desea -- pueden ser devastadoras para la persona y su familia entera.

Lo más duro en cuanto a sentimientos, para mí, era el tabú. No poder contarle a mis amigos o a mi familia y sentirme amada y apoyada en ese momento. En mi experiencia, orar ayuda mucho. Dios siempre está ahí para uno, guiando nuestro camino y nuestras decisiones. Yo recomiendo encontrar a alguien en tus redes de confianza, alguien que te acompañe, así sea desde la distancia.

*“Acababa de ser admitida en la facultad de medicina cuando descubrí que estaba embarazada. Solo tenía 16 años. Sabía que necesitaba abortar.... Yo era la única que sabía cuál sería la mejor decisión para mí y mi futuro, y **tomé esta decisión basándome en mi propia conciencia y mi relación personal con Dios**”.*

—Dra. Laura Gil. Ginecóloga y cofundadora del Grupo Médico por el Derecho a Decidir en Colombia

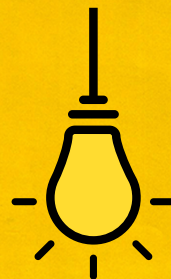
#PrestadorxsdeFe

No lo olvides...

ES TU CUERPO Y ES TU DECISIÓN

TÚ conoces tu propia vida mejor que nadie, y **solo tú podrás tomar la mejor decisión acerca de tu futuro**. Tomate todo el tiempo que necesites.

Dios es compasión y misericordia.
no te juzga y...
¡te ama incondicionalmente!



Acompañante: recuerda que es importante que la persona a quien estás acompañando se sienta amada y segura de que **su decisión es válida por el simple hecho de ser tomada desde su conciencia**.

¡No estás sola/x!

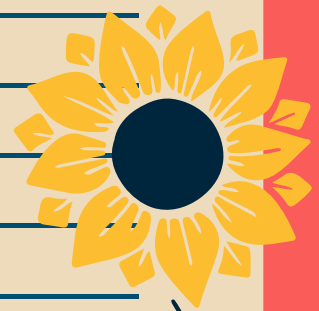


REFERENCIAS

- Bearak, Jonathan, Anna Popinchalk, Bela Ganatra, Ann-Beth Moller, Özge Tunçalp, Cynthia Beavin, Lorraine Kwok, and Leontine Alkema. "Unintended Pregnancy and Abortion by Income, Region, and the Legal Status of Abortion: Estimates from a Comprehensive Model for 1990-2019." *The Lancet Global Health*. Elsevier, July 22, 2020. [https://www.thelancet.com/journals/langlo/article/PIIS2214-109X\(20\)30315-6/fulltext#tbl2](https://www.thelancet.com/journals/langlo/article/PIIS2214-109X(20)30315-6/fulltext#tbl2).
- Catholics for Choice. "Just the Facts - Catholic Perspectives on Sex, Gender, and Reproductive Health." CatholicsForChoiceJustTheFacts. Catholics for Choice, March 2022. <https://www.catholicsforchoice.org/wp-content/uploads/2022/03/CatholicsForChoiceJustTheFacts.pdf>.
- The National Campaign, ed. "Unplanned Pregnancy as It Relates to Women, Men, Children, and Society." *Science Says*. The National Campaign, August 2009. https://www.rhyclearinghouse.acf.hhs.gov/sites/default/files/docs/17771-Science_Says_40-Unplanned_Pregnancy_as_it_Relates_to_Women_Men_Children_and_Society.pdf.
- Sundaram, Aparna, Barbara Vaughan, Kathryn Kost, Akinrinola Bankole, Lawrence Finer, Susheela Singh, and James Trussell. "Contraceptive Failure in the United States: Estimates from the 2006-2010 National Survey of Family Growth." *Perspectives on sexual and reproductive health*. Wiley Subscription Services, Inc., March 2017. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5363251/#psrh12017-bib-0003>.

NOTAS





faith

¡POR MATERNIDADES Y
PATERNIDADES
LIBRES Y VOLUNTARIAS!

VISÍTANOS

🐦 @C4C_espanol

📷 @c4c_espanol

www.catholicsforchoice.org

**GUÍA DE
ACOMPANIAMIENTO
PARA EL ABORTO
DESDE LA FE**

**CATHOLICS
FOR
CHOICE**

en español