

IVG DÉPRIMÉ·E

Une des idées reçues qui revient régulièrement lorsqu'on aborde la question de l'avortement est qu'il provoque inévitablement des problèmes de santé mentale. Pourtant, ce n'est pas ce qui est avancé par la communauté scientifique¹.



Non, l'avortement ne pousse pas à la dépression

L'IVG peut être vécue de manière stressante ou, au contraire, comme un réel soulagement. Soyons clairs, toutes les raisons d'avoir recours à une IVG existent et sont valables, tout comme les ressentis qui y sont liés.

Les différentes études menées autour de l'avortement et de la santé mentale se rejoignent : l'IVG en tant que telle ne provoque pas de dégât psychologique particulier².

En effet, il faut examiner les facteurs sociaux et économiques qui peuvent influencer la santé mentale

des personnes avant, pendant et après une IVG. Des études montrent que les personnes qui font face à des stigmates³ sociaux, à des pressions familiales ou à des difficultés financières sont plus susceptibles de ressentir de l'anxiété, de la dépression, etc.

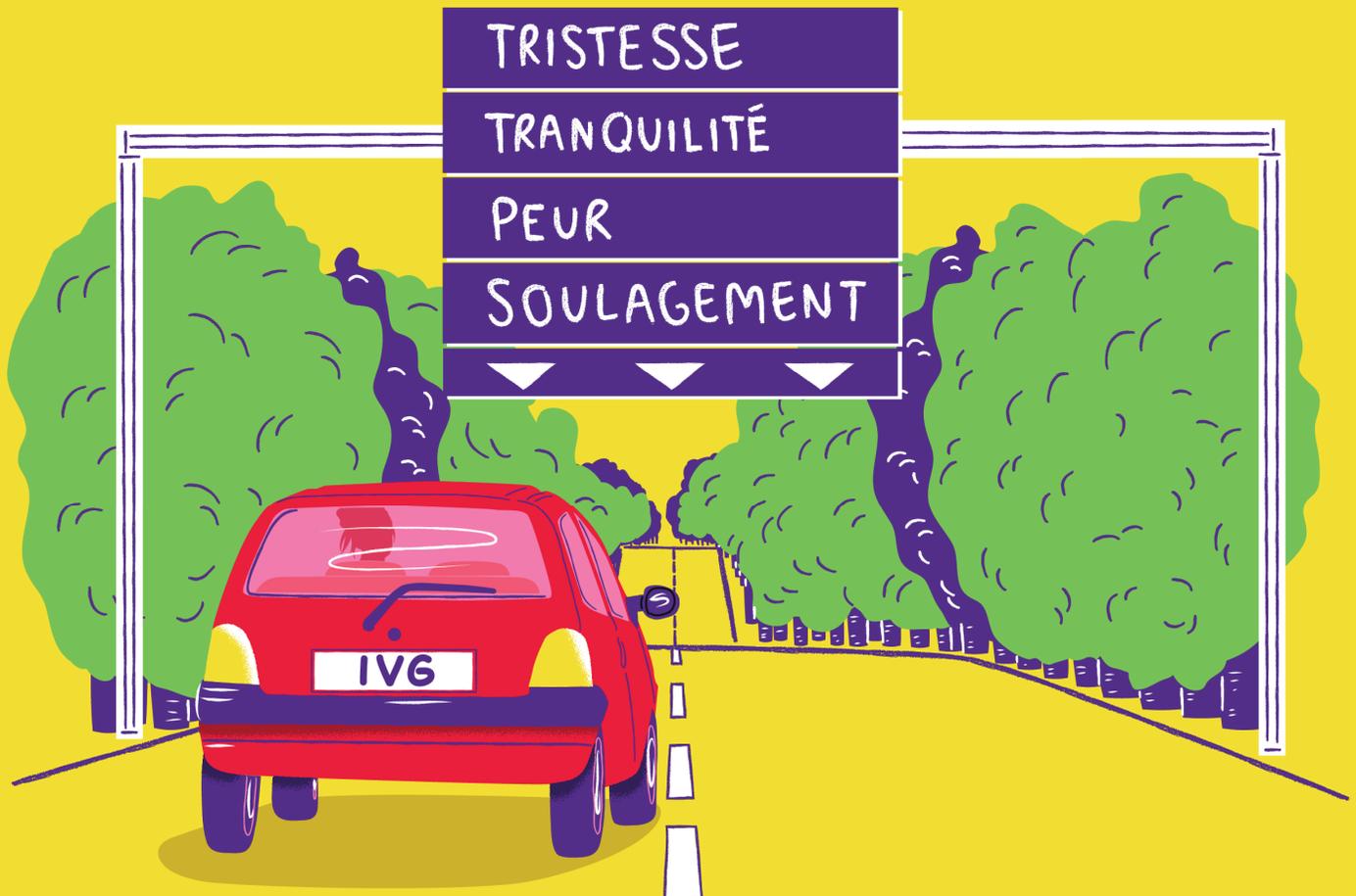
Cependant, il est crucial de souligner que ces problèmes ne sont pas causés par l'avortement lui-même, mais par les circonstances et le contexte qui l'entourent⁴.

¹ABRAMS Zara., the facts about abortion and mental health, 23 juin 2022, <https://tinyurl.com/3v6kt62j>.

²Ibid.

³« Le stigmate se définit dans le regard d'autrui. Il renvoie à l'écart à la norme : toute personne qui ne correspond pas à ce qu'on attend d'une personne considérée comme "normale" est susceptible d'être stigmatisée ». Voir <https://tinyurl.com/5n8hzurj>.

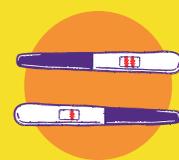
IVG DÉPRIMÉ-E PRÉJUGÉ



L'importance de combattre la stigmatisation de l'IVG

La stigmatisation de l'avortement peut avoir un impact important sur la santé mentale des personnes y ayant recours. Lorsqu'elles sont confrontées à des discours moralisateurs ou de la culpabilisation, elles peuvent ressentir de l'anxiété, de la honte, du stress, etc⁵. Il est donc nécessaire de combattre cette stigmatisation et de promouvoir un environnement bienveillant et respectueux pour tou-te-s.

Le fait de pouvoir être accompagné-e dans cette démarche, d'avoir accès à des informations claires par des personnes formées, participe à une prise en charge de qualité et un meilleur accès à des ressources fiables autour de l'avortement.



EN RÉSUMÉ !

L'avortement ne provoque pas de trouble de santé mentale en particulier, mais les circonstances dans lesquelles la personne se trouve influencent le vécu. Il est donc primordial de lutter contre la stigmatisation de l'IVG, pour améliorer son accès et la manière dont elle est vécue.

⁴ROCCA Corinne, et al. « Emotions and decision rightness over five years following an abortion : An examination of decision difficulty and abortion stigma », Social Science & Medicine, 2020.

⁵Ibid.