

## REHABILITACIÓN PARA VÍCTIMAS DE TORTURA

# Cicatrices de la memoria

En los últimos años Amnistía Internacional ha documentado casos de tortura en 141 países, incluido México. Rehabilitar a las víctimas no es nada fácil, por ello varias disciplinas conforman un frente común contra el enemigo: los malos recuerdos.

Por María Fernanda Morales Colín

**S**abía cómo era físicamente porque había visto una fotografía suya en Facebook. Cuando llegó a la entrada del Palacio de Bellas Artes en la Ciudad de México, de inmediato lo reconoció. Me sonrió y amablemente estrechamos las manos. Caminamos sobre la calle de Madero y entramos a tomar un café.

La plática se alargó por poco más de cuatro horas. En algunas ocasiones la vista de aquel hombre de 63 años, vestido con camisa a cuadros y pantalón azul marino, se perdía en el espacio, y la voz se le entrecortó cuando relató las veces que fue torturado por la Dirección de Inteligencia Nacional (Dina) en Chile durante

la dictadura de Augusto Pinochet. Él, Domingo Cadin Cruces, fue uno de los 53 presos políticos que llegaron a México en mayo de 1975 y que lograron rehacer su vida en un territorio distinto al suyo. En su país natal fue torturado física y psicológicamente, lo cual le dejó secuelas que a la fecha siguen haciéndose presentes. Ruptura de mandíbula, un diente caído, el tabique desviado, marcas en distintas partes del cuerpo y un trastorno en las cuerdas vocales conocido como disfonía fueron algunos de los efectos físicos que sufrió. Durante los primeros años que estuvo en México también pasó por un lapso en el que bebió mucho alcohol, y atravesó varios periodos de profunda tristeza.

Domingo cayó en manos de la Dina el 29 de junio de 1974. Su único delito:

interesarse por la política de su país. En aquella época, una de las de mayor represión en Chile, formaba parte de un comité de la Unidad Popular y sus ideas políticas estaban inspiradas en Salvador Allende. Aquel día la policía política llegó a su hogar y se lo llevó preso, junto con su hermano, a un centro clandestino de torturas en el número 38 de la calle Londres, en el centro de Santiago de Chile.

## Marcas de por vida

En dicho lugar permaneció semana y media, durante las cuales fue sometido a la “parrilla”, un catre de metal donde se le colocó desnudo, con las manos atadas y los ojos tapados con doble venda.

“Primero fue la tortura psicológica. Me decían que me iban a matar, que hablara; ▶

FOTO: GETTY IMAGES/ISTOCK



me decían muchas groserías. Y después fue la tortura física; eran choques eléctricos. Un diente me lo quebraron en la última tortura, fueron tres torturas. En la segunda y tercera me taparon la boca, y cuando yo gritaba, alguien casi me asfixiaba; yo sentía una manota y una tela”, relata Domingo, luego toma un sorbo a su taza de café y guarda silencio por unos segundos antes de continuar con la plática.

“En la primera estuve a punto de morirme, hasta gritaron ‘bájenle, bájenle, que se nos va’, y andaba yo quién sabe dónde. Ahora me río, no sé si sea risa de nervios o de qué. Es que después de tanto tiempo se le hace a uno como un sueño haber vivido todo eso”, expresa. Después cuenta que fue llevado a otros dos centros de detención política, luego a un campamento de prisioneros políticos y posteriormente a prisión antes de ser exiliado a México. Tras estos hechos pasó por varias terapias psicológicas tanto en Chile como en México para tratar de superar lo vivido durante su juventud.

Hace tres años fue su última sesión con los psicólogos del Colectivo contra la Tortura y la Impunidad (CCTI), una asociación con instalaciones en el sur de la Ciudad de México y que brinda apoyo a víctimas de la tortura. En sus 12 años de funcionamiento ha atendido al menos 400 casos y Domingo es uno de ellos; su terapia consistió en una sesión semanal durante siete años.

### Poco a poquito

Fernando Valadez, médico y psiquiatra, miembro fundador del CCTI, asegura que en el caso de Domingo, el exilio también significó una forma de tortura, pues cuando se le obliga a una persona a cambiar de país hay un gran impacto en su estructura psíquica debido a que el exiliado pierde tanto su cultura como su red familiar y social, y eso lo obliga a enfrentarse a una nueva manera de llevar su vida.

Esta situación crea un encuentro de dos emociones fundamentales en el ser humano: la tristeza y la ansiedad. En la gran mayoría de los exiliados, este choque emocional crea un trastorno por estrés posttraumático, lo que puede llevar a que la víctima presente ataques de pánico, cuadros depresivos profundos, ansiedad e incluso que adopte algún tipo de adicción.

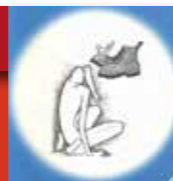
Por otro lado, cuando a la víctima se le somete a descargas de corriente eléctrica, como le pasó a Domingo, éstas llegan a cada una de las células del organismo y forman parte de la memoria celular. Por ello al realizar la terapia, la víctima pasa por un proceso muy largo de trabajo psicoterapéutico y psicosocial para buscar desarraigar ese recuerdo.

“Tuvo un proceso adaptativo al principio bastante adecuado, después las secuelas se empezaron a presentar tanto en términos de depresiones como en términos de esta disfonía,

también tuvo alteraciones de la piel. Él ha recibido tratamiento tanto de su disfonía como de la tortura; ha tenido mejoras en su reinserción social pero la disfonía sube y baja; no se ha logrado remitir esta secuela y ahí es donde nos encontramos con secuelas de la tortura que pueden ser de por vida”, menciona Fernando con respecto al hombre de 63 años.

### Sabías que...

El Protocolo de Estambul es el instrumento de peritaje que se sigue a nivel internacional para documentar y dar seguimiento a los casos de tortura.



## Apoyo a víctimas

El edificio se confunde entre los otros inmuebles de departamentos de la colonia Del Valle en el sur de la Ciudad de México. Al entrar por la pequeña puerta de metal en el número 1210 de la calle Pitágoras se tienen que subir tres pisos de escaleras para llegar al departamento

con el número 18. En él se observan pósters

y carteles relacionados con la tortura. La primera puerta lleva a una habitación donde hay sillones, plantas, crayolas y más carteles pegados en las paredes. Esa habitación es donde día tras día los médicos y psicólogos que forman parte del Colectivo contra la Tortura y la Impunidad brindan atención a víctimas de la tortura.

Dicha asociación se formó en 2004 y desde entonces ha apoyado en el país a la rehabilitación de 400 sobrevivientes de tortura, obteniendo su financiamiento de organizaciones internacionales como Naciones Unidas, la Unión Europea, el Consejo Internacional para la Rehabilitación de Víctimas de la Tortura (IRCT) y Médicos del Mundo.

Este Colectivo brinda atención médica, psicológica y jurídica a las víctimas y sus familiares tanto en sus dos sedes, una en la Ciudad de México y otra en el estado de Guerrero, como en penales y cárceles. Actualmente el CCTI cuenta con 10 expertos, ocho en la CDMX y dos en Guerrero, entre médicos, psiquiatras, psicólogos y psicoterapeutas, que atienden a 20 pacientes. Además tiene voluntarios y personal administrativo que ayudan a complementar su labor en el país.



### Labor mexicana

Actualmente el CCTI da rehabilitación a 20 pacientes en activo. Algunas de las terapias que brinda pueden ser desde una sesión, por ejemplo para personas que están presas o migrantes en albergues, hasta tratamientos de tres a cinco años para pacientes que ya fueron liberados y acuden semanalmente a las instalaciones del Colectivo.

“A veces tenemos un contacto muy efímero, con los migrantes por ejemplo. Como van de paso, prácticamente podemos darles una sola sesión, o igual en la cárcel, porque a veces nos dejan muy poco tiempo para visitarlos. Entonces les damos algunos elementos de respiración, imaginería y digitopresión, que puedan ayudarlos en su estancia en prisión”, detalla Valadez.

En el caso de los pacientes que ya quedaron libres, se utiliza de manera individual psicoterapia psicoanalíticamente

orientada, psicoterapia breve o incluso psicoterapia cognitivo conductual. Aunque también hay terapias grupales, terapias familiares o de pareja.

Cuando alguna persona llega al Colectivo, se le hace una entrevista para determinar que efectivamente sufrió tortura, luego se realizan pruebas psicológicas y exámenes médicos, como radiografías o estudios clínicos.

“Se lleva a cabo una entrevista primero; nosotros entrevistamos a la persona, estamos capacitados para saber si una persona puede ser un simulador o si realmente es un sobreviviente de tortura. Recabamos información sobre todo cuando pertenece a alguna organización política, social o político-militar, para ver si realmente viene de esas organizaciones”, explica el médico.

Un ejemplo de los casos que el Colectivo ha atendido es el de las mujeres torturadas durante el operativo en San Salvador Atenco de 2006. Ellas recibieron psicoterapias grupales en las que contaban cómo fueron torturadas y así mejoraron su interacción con otras presas. Pero como también sufrieron tortura sexual, combinaban dichas terapias con sesiones de psicoterapia individual otorgadas por psicoterapeutas mujeres, para que se sintieran más cómodas al relatar su caso. Estas sesiones duraron aproximadamente cuatro meses porque el Colectivo dependía del tiempo que les brindaran las autoridades.

El trabajo de esta organización y de otros defensores de los derechos humanos en México muchas veces se ve mermado por una confrontación con el gobierno, porque los defensores reciben llamadas con amenazas, hackeos en sus computadoras y porque existe un alto índice de impunidad cuando se trata de delitos de tortura. “Tenemos muchas dificultades porque el trabajar con sobrevivientes de tortura es una confrontación directa con el gobierno. Los torturadores son el gobierno, son los militares, son los policías o son los paramilitares, organizaciones aparentemente de la delincuencia organizada pero que están bajo el mando o son subordinados del gobierno o los policías, por eso en el sentido judicial tenemos una gran dificultad, de tal manera que tenemos que recurrir a organismos internacionales. La tortura es sistemática, es permanente en México, y tenemos autoridades muy corruptas, entonces en ese sentido es muy difícil el trabajo, y prácticamente hay un 99.9% de impunidad frente a los delitos de tortura”, indica Fernando.

## Amnistía Internacional: en 2014 hubo más de 2,400 denuncias de tortura en México.

### Dolor mundial

Los actos de tortura siguen ocurriendo no solamente en México, sino en todo el mundo. En los últimos cinco años la organización Amnistía Internacional ha reportado casos de tortura en 141 países. Dichos actos pueden ser en tres modos: físico, psicológico y sexual, cada uno con diferentes variantes.

Aunque la tortura está prohibida por derecho internacional, son muchos los sectores en los que se registran estos casos, como estudiantes, migrantes, defensores de derechos humanos, periodistas o personas de la comunidad LGBT.

Se considera tortura cuando actos de sufrimiento son infligidos por algún miembro del gobierno o de la policía para obtener información, para castigar a una persona por algún acto que cometió o que se sospecha llevó a cabo, y en muchas ocasiones para intimidar a la víctima a fin de que señale como culpable a alguien más o a ella misma.

A nivel mundial existen diferentes organizaciones que brindan apoyo a sobrevivientes de la tortura, tanto en el ámbito de rehabilitación como jurídicamente. La Organización de las Naciones Unidas tiene un fondo especial para ofrecer recursos a estas asociaciones. Tan sólo en 2016 este organismo financió 178 proyectos para ayudar a más de 50,000 personas en 81 países. ➔

## Provocar dolor

Las víctimas de la tortura pueden sufrir daños en tres aspectos, físico, psicológico y sexual; de cada uno existen diferentes variantes. En el primero, los métodos van desde golpes, aplastamiento de miembros, choques eléctricos, estrangulamiento y asfixia hasta ingesta de sustancias tóxicas o sedantes. Cuando se trata de tortura psicológica, la víctima suele recibir llamadas con amenazas de muerte, humillaciones o incluso se le impide dormir, tomar alimentos, orinar o tener contacto con el exterior, amigos o familiares; en este tipo de tortura también se le suele someter a ruidos fuertes o a escuchar música a un volumen muy alto y por tiempos prolongados. En el caso de la tortura sexual la víctima sufre violaciones sexuales o se le obliga a que presencie violaciones de familiares o amigos.





# Una lucha incesante

Con el tiempo las labores de los defensores de derechos humanos han rendido frutos con respecto al tema de la tortura. Te presentamos algunos de los hechos más relevantes de acuerdo con la cronología de Amnistía Internacional:

**1972.** Amnistía Internacional presenta la primera campaña para conseguir que la tortura sea inconcebible, como la esclavitud.



**1973.** La Asamblea General de la ONU aprueba la primera resolución en la que se denuncia la tortura.

**1975.** La ONU decide adoptar la Declaración contra la Tortura, el día 9 de diciembre.



**1984.** La Asamblea General de la ONU adopta la Convención contra la Tortura.

**1987.** El 26 de junio de este año entra en vigor la Convención de la ONU contra la Tortura, tras ser ratificada por 20 países.

**1997.** El 12 de diciembre la Asamblea General de las Naciones Unidas proclama el 26 de junio como el Día Internacional en Apoyo a las Víctimas de la Tortura.



**1998.** El Tribunal Penal Internacional para Ruanda clasifica a la violación como una forma de tortura.

**2002.** La ONU adopta el Protocolo Facultativo de la Convención contra la Tortura, que establece un sistema combinado nacional e internacional de inspección de lugares de detención.



**2008.** El Comité contra la Tortura de la ONU declara que la violación, la violencia doméstica, la mutilación genital femenina y el tráfico de personas también deben ser prevenidos y castigados por los Estados o gobiernos.

**2015.** Hasta este año 150 países habían ratificado la Convención contra la Tortura.



El Consejo Internacional para la Rehabilitación de Víctimas de la Tortura (IRCT, por sus siglas en inglés) es otra de las organizaciones internacionales que tienen como propósito la reinserción social de los sobrevivientes de la tortura. El IRCT cuenta con 152 centros en todo el mundo que brindan servicios de rehabilitación a 100,000 víctimas anualmente en 74 países.

## De víctima a terapeuta

Un experto en terapias para la rehabilitación de la tortura es el médico y neuropsiquiatra chileno Jorge Barudy, quien pasó tres meses en prisión en su país natal y luego fue exiliado a Perú.

Durante el tiempo que estuvo encarcelado, brindó ayuda a los reclusos torturados. Su técnica se basó en la solidaridad; conversaba con ellos y les enseñaba técnicas de relajación que les ayudaban a calmar su angustia. Tras dos años de vivir en Perú se mudó con su esposa y sus dos hijos a Bélgica, donde se especializó en neuropsiquiatría. La terapia que ofrece se denomina hoy día “resiliencia”.

Esta técnica consiste en que la víctima se sienta apoyada, en fomentar en ella el buen humor y en que sea capaz de sentirse bien con ella misma, y pueda ayudar a personas que pasaron por situaciones similares. Para lograrlo se basa en un proceso interdisciplinario que consta de orientación social en la que el paciente reconoce sus debilidades; en actividades socio-culturales, como excursiones o celebraciones de efemérides, y en actividades grupales como talleres.

Durante más de 40 años ha trabajado en los centros EXIL de Bélgica y España, los cuales brindan atención terapéutica médico-psicosocial a sobrevivientes de la tortura y a personas

traumatizadas por diferentes eventos que implicaron una violación a sus derechos humanos. Hasta el año pasado el centro español había atendido a 4,500 víctimas de tortura.

## La vida es un gran baile

También existen otras terapias de rehabilitación que usan el movimiento y la danza como método de sanación. La danza-terapia o DMT (siglas de Dance Movement Therapy) es uno de los métodos que se emplean actualmente en la rehabilitación de mujeres sobrevivientes de tortura en Manipur, India.

Esta técnica fue creada en la década de los años 40 y utiliza el movimiento para promover la integración del individuo de manera física, emocional, cognitiva y social. Tiene como base la idea de que el cuerpo fue el lugar de ataque del torturador y de que a través de él también se puede llegar a la sanación cuando se logra el binomio cuerpo-mente.

En ella los DMT, como se llama a los terapeutas, combinan el movimiento del cuerpo con respiración controlada, relajación y una narrativa del trauma; con ello el sobreviviente relaciona sus recuerdos traumáticos con su cuerpo, y con algunos movimientos logra expresar sus sentimientos.

Este método hace que el paciente reduzca sus niveles de estrés, la tensión muscular; tenga cambios significativos en su autoestima; que baje sus niveles de depresión y mejore su sociabilidad.

El éxito de esta terapia se debe a que puede aplicarse en diferentes contextos culturales y se lleva a cabo no sólo con sobrevivientes de tortura sino también con víctimas de abuso y veteranos de guerra en diferentes centros de rehabilitación, clínicas y hospitales de todo el mundo.

FOTOS: AMNESTY INTERNATIONAL; JULIO ETCHART; UN PHOTO/MILTON GRANT; US DOD; HANIBAL HANSCHE

## Al natural

Otro tratamiento que se sigue para rehabilitar a los sobrevivientes de tortura es el llamado Natural Growth Project, desarrollado en Londres por la fundación médica Freedom from Torture. El método consiste en combinar la psicoterapia con trabajo en la naturaleza para que así al cultivar las plantas y su cercanía a ellas la persona encuentre una conexión con la “nueva vida” que está sembrando en la tierra.

Los terapeutas de este proyecto han trabajado con sobrevivientes desde 1992. El centro en el que se trabaja con ellos cuenta con jardines donde se cultivan flores y vegetales como papas, lechugas y tomates, lugares tranquilos destinados a la reflexión, y espacios para sesiones individuales y grupales, además de un área en la que los pacientes pueden plantar pequeños ‘monumentos’ a los seres queridos que han perdido.

El hecho de que los pacientes trabajen directamente con la naturaleza permite que involucren todos sus sentidos; logran oler, tocar y sentir una conexión con ella, con el sol y con la lluvia, incentivando de este modo sus emociones.

## Un único fin

Tanto las sesiones psicoterapéuticas que recibió Domingo (de quien hablamos al inicio del artículo) como los métodos que se basan en la danza y la naturaleza para tratar a los sobrevivientes de la tortura tienen un único fin: que las víctimas disminuyan los impactos físicos y emocionales que les dejó la tortura.

“En una situación traumática, entre más rápido se aborde más fácil es el tratamiento psicoterapéutico. Entre más años pasen, es mucho más difícil, y también depende el tipo de tortura, porque en tortura eléctrica o en tortura sexual los tratamientos son muy prolongados”, señala Fernando Valadez, del CCTI.

Después de que el hecho traumático termina, el sobreviviente pasa por periodos de preocupación, nerviosismo, ansiedad y desconfianza. Generalmente la víctima recuerda constantemente lo ocurrido y evita situaciones, personas o lugares que relaciona con la tortura, lo que le provoca cambios en su forma de vida y de relacionarse con su familia y con la sociedad en general. También suelen presentarse problemas físicos como dolores de cabeza o de estómago, pérdida del sueño, hemorragias u otros malestares físicos.

Las terapias para sobrevivientes de la tortura buscan que la persona hable sobre lo que pasó para que todo ese dolor ‘salga’ y ella pueda sobrellevar ese evento traumático; evitar que surjan malestares físicos y psíquicos, pues cuando una persona es torturada, los efectos en el hipocampo son devastadores debido a los niveles excesivos de cortisol, la hormona del estrés.

“La psicoterapia individual psicoanalíticamente orientada implica que la persona exprese sus emociones y pensamientos en relación con el momento en que fue torturada. Echamos mano de recursos como escribir su testimonio, o aspectos de



psicodrama. Lo que tratamos es que la persona saque muchas de las cosas que no pudo expresar cuando fue torturada, o incluso, aunque las expresó, quedan reminiscencias psicológicas y reminiscencias emocionales de situaciones tan extremas como es la tortura”, detalla Valadez.

Por su parte, Domingo asegura que “las consecuencias de la tortura son tremendas en mayor o menor grado. A uno también le daba vergüenza decir lo que había pasado, pero eso es hacerle juego a ellos; es un tema muy doloroso, el silencio se vuelve una especie de complicidad para los torturadores. Unos nos critican en Chile; ya olvídense, olviden al pasado por un Chile mejor, pero también hay chilenos que dicen que contemos nuestras experiencias, que no haya ni perdón ni olvido, porque otra generación puede pasar por lo que nosotros pasamos”.

## Las terapias buscan que la víctima exprese sus emociones respecto al momento de la tortura.

Aunque contar su historia aún es doloroso para Domingo –en ocasiones se le entrecorta la voz o los ojos se le humedecen al recordarlo–, afirma que él es de la idea de que se debe hacer memoria. “No es masoquismo, no es para que sientan lástima por uno, es lo que pasó en Chile”, recalca.

Después de los tratamientos por los que pasó y a pesar de tener problemas en sus cuerdas vocales, Domingo disfruta hoy de la Ciudad de México todos los días. Los recuerdos en ocasiones se hacen presentes pero sabe que ya no le impiden que lleve su vida al máximo. Desde hace varios años es fan de correr por las mañanas en el Bosque de Chapultepec y conocer los lugares más emblemáticos de esta patria que adoptó como suya, aunque menciona que no olvida sus raíces y cada que tiene la oportunidad regresa a Chile.

La lucha contra la tortura sigue, por lo pronto miles de personas en diferentes partes del mundo han logrado con ayuda de distintas terapias dejar atrás el dolor y los malos recuerdos que sufrieron. **M**

### PARA SABER MÁS

[ohchr.org/Documents/Publications/training8Rev1sp.pdf](http://ohchr.org/Documents/Publications/training8Rev1sp.pdf) Protocolo de Estambul.