

## La otra condena

### Sobre los factores estresores de los internos de la cárcel Bellavista de Medellín, Colombia

Al contrario de la creencia popular, las figuras de poder en la cárcel no son tanto los guardianes o directivos; los internos no reciben maltratos por parte de estos, sino de un grupo más reducido, que forma parte de ellos mismos: el cacique y sus coyotes.

Desde que ingresa, el interno pasa por procesos de asimilación y reacomodación con respecto al inicio de su vida en la cárcel. Debe aprender códigos nuevos, debe adaptarse a un nuevo horario, a unas nuevas reglas, y a relacionarse con personas, algunas acusadas del mismo delito, otras de delitos diferentes, que le van sumando diversidad a la población de Bellavista. Estos procesos de adaptación a una nueva vida, trae consigo la generación de estrés, frente a los nuevos estímulos (una cama diferente, un lugar de vida diferente, unos compañeros diferentes, unas reglas diferentes y el principal: la privación de la libertad); en algunos casos, dura poco, en otros, se mantiene hasta que sale libre, y es el motivo de consulta más frecuente en el centro de salud del centro penitenciario.

Es común que, luego de que pasa la "novatada" e ingresa por primera vez a la cárcel, se le haga un registro de sus huellas dactilares, se le tomen fotografías identificatorias y sigue esposado hasta la próxima etapa previa a la entrada. "El tren" es llamado al conjunto de personas que entran cada mañana, atados a las manos de los otros, en fila, momento donde comienza el "terror" para el interno nuevo, pues las historias que cuentan, siempre se refieren a los pormenores de la vida precaria que se lleva adentro. Dormir en un espacio de 6 baldosas, donde cada baldosa mide 30x30 cm.; tener que alquilar el espacio donde dormir (en caso de no tener dinero, deben dormir de pie), tener que almorzar a las 10 AM, y "cenar" a las 3 PM, estar encerrado entre barrotes, sin nada que hacer, consumir drogas para poder tener estatus social, recibir maltrato de los guardianes y de los internos más antiguos, y saber que hay un grupo de personas que "manda" dentro del patio, con un líder al que llaman el Cacique, y un grupo de "coyotes" o "soldados" que hacen que el orden se cumpla, pues la guardia no la puede hacer cumplir. En los patios más grandes hay cerca de 1000 presos por patio, y sólo 3 guardianes en la puerta, razón por la cual surgieron este tipo de grupos. La situación de hacinamiento es tal, que la cárcel esta construida para 2900 personas, y actualmente hay casi 5000. Estos factores de hacinamiento y autoridad excesiva, sumado a otros factores, son generadores de estrés, tanto entre los internos nuevos, como en los antiguos. Habría que hacer un llamado a los entes tanto estatales como gubernamentales para que vuelquen su mirada a la situación precaria en la que esta la población carcelaria colombiana. Los llamados se han hecho pero no con pruebas, no con estudios, porque nadie se anima a hacer investigaciones por falta de presupuesto o simplemente las cosas son tan obvias que ni se preocupan por eso, es un problema que viene desde hace tiempo y como han podido sobrevivir, nada ocurriría que sigan en esa situación.

Antes de continuar, es pertinente dar una definición de estrés para instalar al lector dentro del concepto. El estrés es todo aquel estímulo, emoción o percepción, que coloca al organismo en estado de alerta. Se caracteriza por una activación del sistema nervioso simpático, con una importante descarga de adrenalina en la acción. La recuperación llega por la acción de su sistema nervioso parasimpático, que pone en marcha la acción inversa: descenso de la tensión muscular y arterial, y descarga de sustancias hormonales conducentes al descanso.

Existen diferentes etapas de estímulo-respuesta en el ser humano, cada vez que este es sometido a tensiones mayores, describiendo así, tres etapas básicas, que permiten la aparición del estrés<sup>[1]</sup>:

- **Reacción de alarma del sistema nervioso autónomo**, con liberación de adrenalina, aumento del ritmo cardíaco y la presión arterial, dilatación de arteria, suspensión de actividad estomacal, aumento de la actividad cerebral, activación de glándulas sudoríparas, entre otros.
- **Etapa de resistencia**: Que incluye una variedad de respuestas fisiológicas, las cuales son bastante diferentes y a menudo opuestas a las de reacción de alarma. Cuando la tensión se cronifica, apareciendo en procesos de adaptación forzada, se liberan toxinas, se inhiben ciertas funciones del sistema inmunológico, y crea propensión a desarrollar infecciones y cáncer.
- **Etapa de agotamiento**: Sobrevendrá si el productor del estrés es fuerte y de bastante duración, o si fracasan los esfuerzos por resistirlo. Esos niveles normales de resistencia se agotan, apareciendo la enfermedad y la muerte. Esta última etapa produce trastornos psicósomáticos, como jaqueca, dolor en la cara y espalda, hipertensión, asma, úlcera de estómago, anorexia nerviosa, dolencias

Aura Luz Moreno Díaz

Estudiante octavo semestre de Psicología  
FUNLAM



LA SONAMBULA  
1955. Oleo sobre lienzo, 94 x 66 cms.  
Enrique Grau

inflamatorias de colon, como colitis ulcerosa y enteritis local, nerviosismo, ansiedad, angustia, ira e irritabilidad.

Los psiquiatras Holmes y Rahe han elaborado una lista de situaciones vitales y han calculado el relativo efecto del estrés en cada una de ellas. A continuación presento la tabla resumida, donde se muestran sólo los 5 primeros lugares. La tabla en su totalidad puede ser consultada en la dirección web citada al pie de página:

La escala de estrés Psicosocial de Holmes Y Rahe (1967) [\[2\]](#)

1 Muerte del cónyuge	100
2 Separación o divorcio	70
3 Proceso judicial o problemas legales graves pudiendo terminar en encarcelamiento	68
4 Muerte de un familiar cercano	65
5 Enfermedad o accidente que requiere guardar cama	55

Como se aprecia en la tabla, el encarcelamiento aparece como el tercer factor causante de más estrés, antecedido sólo por el divorcio y la muerte del cónyuge. Por consiguiente, si se genera estrés por la mera idea de poder ser encarcelado o ser sindicado, ahora será mayor cuando ya se esté al interior del penal. La estructura física y a las reglas de cualquier centro penitenciario, producen, con mayor frecuencia, trastornos relacionados con el estrés, los cuales pueden ser causados por la mala iluminación, poca ventilación, hacinamiento, poca higiene, maltrato por parte de los guardianes, etc.

Los agentes estresores los constituyen diversos estímulos internos y externos; existen varios tipos de agentes estresores, entre esos están [\[3\]](#):

- **Estresores ambientales:** Proviene del medio físico inmediato, tales como aspectos ecológicos, urbanísticos, de vivienda, sitio de trabajo o sitio de recreación
- **Estresores psicosociales:** Agentes provenientes del medio social, tales como la organización social, cultura, ciencia, tecnología, ética, valores sociales, economía y comunicación.

En una investigación realizada por estudiantes de la universidad Javeriana de Cali [\[4\]](#), en la reclusión de Mujeres, se dedujo que el estresor más importante, es la poca duración de las visitas; en segundo lugar, el hacinamiento, en tercer lugar, la contaminación auditiva, en cuarto lugar, la carencia de espacios abiertos y en quinto lugar, el estado de los sitios de higiene, entre otros. Las mismas internas, en la encuesta, destacaron que el principal estresor es no estar cerca de sus familias, pero fue tan obvio que no se incluyó en la encuesta que realizaron.

No cabe duda que una situación similar se presenta entre los internos de Bellavista de Medellín. Cuando se hace un sondeo general, preguntando informalmente, es la respuesta colectiva; la familia se convierte en un baluarte, a la que todos quieren volver a ver, y con la cual quieren estar, cuando estén en libertad. Estar sindicado o condenado genera internamente la creencia de estar marcado para la sociedad, y se automarginan creyendo que ya no tienen más posibilidades, o que su pasado delictivo no les permitirá conseguir trabajo para sostener a sus familias. Muchos de estos internos tienen que volver a delinquir para poder sobrevivir, pues no consiguen trabajo, y allí es donde aparece la reincidencia. Internos que vuelven al penal cada dos o tres meses por delitos menores, o casos de algunos que vuelven por delitos de mayor magnitud. Los problemas externos aparecen muy ligados también a estos factores estresores que afectan a los internos, en su esfuerzo por mantener estables los vínculos familiares y sociales.

El INPEC y el Estado son los estamentos encargados de brindar y garantizar la atención médica, psicológica y psiquiátrica de los internos; en Bellavista tan sólo hay un psiquiatra y un cuerpo de 10 psicólogos aproximadamente, para atender a una población de casi 5.000 personas. La demanda es muy grande, tanto que a veces ni siquiera las técnicas grupales alcanzan a cubrir a toda la población; igualmente, sólo se atiende de manera individual a una ínfima porción de esta, haciendo que el problema del estrés sea desatendido y que algunos internos se vuelvan violentos, o caigan en depresión severa, que, en caso de lograr llegar donde el psiquiatra, reciben tratamiento con fármacos, si acaso hay presupuesto. Esto hace cuestionarse cosas como: ¿Qué piensa el Estado colombiano sobre los internos?, ¿en que concepto los tiene?, ¿Los considera ciudadanos o sólo basura que hay que desechar y por eso descuidan?; si son basura, se convierten en la piedra en el zapato, por los constantes casos de personas delinquirando reincidentemente; entran una y otra vez a la cárcel por el mismo o diferentes delitos, convirtiéndose en un problema, ya que es un delincuente fortuito [\[5\]](#), y, entonces, no tendría razón que se trataran como basura, sino como una persona que hay que reeducar. Al contrario de lo que se piensa, en Bellavista (ni en ningún otro centro carcelario colombiano) NO se hacen tratamientos para la reeducación y reinserción de estas personas, y para colmo, hay hacinamiento y condiciones pobres de higiene, factores estresores graves mencionados anteriormente, que los hacen más agresivos y más propensos a cobrar venganzas, a salir pensando en volverse en contra de la sociedad y a odiar al Estado. No hay programas psicológicos a gran escala, ni una red de cooperación entre cárceles con las universidades o centros psicológicos, que permitan una terapia eficiente. No hay interdisciplinaria con las otras áreas que intervienen en la cárcel, tales como las trabajadoras sociales, los abogados, médicos y los guardianes de la institución. En mi concepto, esto es fundamental para el bienestar del interno, pues tomando los conocimientos de cada una de las áreas que intervienen se podría comprender mejor el fenómeno de los factores que producen estrés en la cárcel, además de tratar de prevenirlos. Aunque no todo es malo; el personal que labora en la institución

se ha preocupado por formar un grupo de apoyo entre trabajadores sociales, psicólogos, educadores y practicantes, que trabajan independientemente sin interconexiones, pero que propenden por el bienestar del interno. Existe un colegio certificado al interior del penal que tiene básica primaria y secundaria, el cual admite a todos los internos en sus aulas, previa inscripción; además de que les permite rebajar la condena, hay un comité ecológico que trata de mejorar el ambiente físico, un grupo de empresarismo, talleres de prevención en drogodependencias y hasta una comunidad terapéutica para drogodependientes, que hacen un poco menos estresante la vida en Bellavista. Ahora, la pregunta se encamina a ¿qué tanto interés muestran los internos por mejorar por medio de estas oportunidades que se le brindan? La acogida es baja; contrario a lo que se creería, la mayoría va solamente por la rebaja de la condena y no le interesa nada más. Prefieren quedarse en el patio, en condiciones deplorables e indignas, pero que les dan una fragilísima estabilidad emocional. Es menester, entonces, del grupo de trabajo, organizarse para poder proyectarse a la comunidad carcelaria y compactarse internamente, cosa que sólo el tiempo dirá, pues las líneas están marcadas; sólo falta seguir las y fomentar entre los internos un espíritu participativo que los haga querer mejorar cara día más.

---

Tomado de [http://html.rincondelvago.com/estres\\_8.html](http://html.rincondelvago.com/estres_8.html)

Tomado de <http://www.uam.es/departamentos/medicina/psiquiatria/comunicologia/holmesyrahe.doc>. La tabla fue reducida por efectos de brevedad.

ELIAS, Lina Soraya y otros. Eventos estresores propios de la reclusión de Mujeres. Pontificia Universidad Javeriana. <http://correo.puj.edu.co/proyectosintesis/HIPERVINCULOS/OTROS/OT00103c.htm>

Ibid. <http://correo.puj.edu.co/proyectosintesis/HIPERVINCULOS/OTROS/OT00103c.htm>

Según el diccionario de la Real Academia Española de la lengua, fortuito puede referirse a: **2. m. Der.** Suceso ajeno a la voluntad del obligado, que excusa el cumplimiento de obligaciones.

---

#### BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

- Alarcón, Rafael. Estrés y desarrollo humano. Editorial Risaralda, 1999. P.345
- Papalia, Diane. Desarrollo humano. Editorial Mc Graw Hill. 1998. México. P 745
- Buendía Vidal, José. Estrés y Psicopatología. Ediciones Pirámide .España 1993. P351
- Rice, Philip. Desarrollo Humano: Estudio del ciclo Vital. Ed. Prentice Hall, México 1997.
- Parenti, Francesco. Psicología y delincuencia. Editorial Beta. 1970.238 P
- Tieghi, Osvaldo. La conducta Criminal. Editorial Abaco de Rodolfo Depalma. 1978. 254 p
- Diccionario de la Real Academia Española de la Lengua. [www.rae.es](http://www.rae.es)