

Más allá del trauma individual: Daño relacional y resiliencia relacional entre ex presos políticos en Venezuela.

Manuel Llorens¹, Gabriela Cavada², Carla De Santis² y Ángel Cisneros².

- 1 Profesor de la Especialización en Psicología Clínica Comunitaria de la Universidad Católica Andrés Bello y co-director de REACIN. Correspondencia a manuel_llorens@hotmail.com
- 2 Investigador/a de REACIN

Please note that the author is responsible for the translation.

Puntos clave

- Se analiza la naturaleza relacional de los impactos de la tortura y la resiliencia a partir de entrevistas realizadas a sobrevivientes de tortura en Venezuela.

Resumen

Introducción: Se analizan las entrevistas de dos proyectos de investigación-acción participativa para comprender los impactos de la tortura y las expresiones de resiliencia en ex presos políticos venezolanos, con énfasis en los aspectos relacionales tanto de los impactos de la tortura como de las estrategias de resiliencia. **Métodos:** Se analizaron y codificaron treinta entrevistas de un primer proyecto mediante análisis temático reflexivo, y ocho entrevistas de un segundo proyecto para refinar las categorías. **Resultados:** Además de los resultados que replican hallazgos reportados en otros estudios sobre el sufrimiento individual, estas entrevistas, desarrolladas en colaboración con ex presos políticos y sus familias, revelan una dimensión menos documentada relacionada con la importancia de las relaciones. El aislamiento, presenciar la tortura de otros y sufrir lo que imaginan que sufren sus familiares se consideraron las consecuencias más angustiantes. También profundizamos en los hallazgos, reportados en otros contextos, sobre la importancia de la resiliencia en sus testimonios. La resiliencia, interpretada a la luz de lo que la opresión intenta lograr, se categoriza como las estrategias para recuperar la agencia y las estrategias para mantener las relaciones. **Discusión:** Se analiza la relevancia de centrarse en la importancia de las relaciones y la resiliencia al trabajar con sobrevivientes de tortura como una forma de reconocer sus perspectivas y fortalecer su resistencia. También se analiza el uso de la investigación-acción participativa como un enfoque ético que busca empoderar a los sobrevivientes durante el desarrollo del proceso.

Palabras clave: tortura, relación, resiliencia, investigación-acción participativa.

Introducción

Nos interesa comprender las experiencias de las personas que han sufrido prisión política y tortura, con el fin de ayudarlas a resistir y colaborar en su recuperación. Se han recopilado nu-

merosos testimonios a través de proyectos desarrollados por los propios ex prisioneros y sus familias. Este estudio buscó analizar parte del material recopilado para comprender las secuelas de estas experiencias extremas de terror.

Para ello, se desarrolló una investigación-acción participativa utilizando el análisis temático reflexivo para analizar veintinueve entrevistas a ex prisioneros políticos y a un familiar de un primer proyecto de intervención, y contrastar los códigos preliminares con siete entrevistas a familiares de prisioneros políticos y a un ex prisionero político de un segundo proyecto.

Relaciones y resiliencia

La necesidad de volver a analizar estas entrevistas surgió de varias experiencias de trabajo con ex prisioneros políticos que cuestionan algunas de las visiones más convencionales de la atención clínico-psicológica. La investigación ha identificado claramente la sintomatología postraumática en supervivientes de tortura (Allodi, 1994; Bichescu et al., 2005; Pfeiffer y Elbert, 2011; Suhaiban, Ruvolo y Javanbakht, 2019). Sin embargo, otros enfoques han puesto de manifiesto las limitaciones del enfoque clínico (Daiute, 2013; Kagee y Naidoo, 2004).

La identificación de los mecanismos del trauma ha sido fundamental en nuestro campo y ha propiciado un énfasis en la perspectiva clínica, que ha confirmado claramente las consecuencias traumáticas de la tortura. No obstante, nuestro trabajo clínico con disidentes políticos ha resaltado las limitaciones de trabajar únicamente desde esa perspectiva. Muchos ex presos políticos han expresado su deseo de dar testimonio, no solo de los sufrimientos padecidos, sino también de sus esfuerzos por resistir. Muchos también enfatizaron que su sufrimiento no es individual, que no encuentran la paz al ser liberados de prisión, sino que continúan sufriendo por quienes quedaron atrás y por los efectos que la persecución ha tenido en sus familias, así como por el impacto de tener que presenciar la tortura de otros.

La persecución política y la tortura son ejemplos dramáticos de problemas que afectan procesos que van desde la fisiología del individuo hasta la esfera sociopolítica. Esta complejidad ha representado un desafío para brindar ayuda a quienes han sufrido (Beristain, 2012). Por lo tanto, se ha propuesto un enfoque que aborde el trauma de manera que trascienda la perspectiva individual, o lo que Martín-Baró (1994) denominó “trauma psicosocial” y Saul (2022) “trauma colectivo”. Estos enfoques buscan comprender no solo los procesos individuales, sino también los procesos sociales que los acompañan, dentro de un marco ecológico.

Como se mencionó, los entrevistados enfatizaron no solo su dolor, sino también las historias de resistencia, sus convicciones y las maneras en que superaron el horror. Este hallazgo, reportado en otras partes del mundo como Argentina, Rusia y el País Vasco (Alayarian, 2011; Caro Hollander, 2010; Pérez-Sales, 2023; Rud, Bunina, Vasilevskaia y Filippova, 2023), nos invitó a cuestionar las categorías más utilizadas para enmarcar

estas experiencias. En repetidas ocasiones, hemos percibido incomodidad al referirnos a los sobrevivientes como víctimas, argumentando que el término reduce su capacidad de acción, presentándolos como entidades pasivas y dañadas, en lugar de protagonistas de una lucha, que es lo que los define desde su propia perspectiva.

Los investigadores han descubierto que los sobrevivientes desean compartir no solo su testimonio de lo que han sufrido, sino también las acciones que revelan su resiliencia, a través de las cuales pueden demostrar que no solo fueron víctimas de las acciones de los perpetradores, sino también protagonistas de una historia de resistencia (Fondacaro y Mazulla, 2018). Salberg y Grand, quienes revisaron la literatura sobre el trauma derivado del Holocausto, concluyeron que la transmisión de fortaleza, ingenio y resiliencia, que opera en paralelo con la transmisión de las heridas, había estado ausente en la literatura científica (p. 1, 2017).

Summerfield (1995), quien trabajó con poblaciones que sufrieron los estragos de la guerra en Nicaragua, concluyó que las evaluaciones diagnósticas no permitían comprender cómo lograban seguir funcionando y salir adelante, ni eran fiables en cuanto a la necesidad de tratamiento psicológico. Propuso que la investigación basada en perspectivas locales permitiría registrar la capacidad activa de resiliencia. Finalmente, criticó que este enfoque sitúa el foco de la recuperación en manos de “expertos” en lugar de en las propias comunidades afectadas, lo cual es contrario al fomento de la autonomía.

Herman, quien ha trabajado con víctimas de la violencia durante años y propuso el diagnóstico de trauma complejo (1997), concluye que, para organizar el trabajo en este ámbito, debemos priorizar la escucha a las víctimas. Sin embargo, teme que el lenguaje de los expertos a menudo impida que esto suceda (2023).

Tomando estas observaciones este estudio buscó examinar la experiencia de ex prisioneros políticos, asegurando que la metodología fuera coherente con la necesidad de empoderarlos, incorporando activamente su perspectiva en la formulación de nuestros objetivos, el levantamiento de datos y su interpretación. Esto se logró mediante una metodología de investigación-acción participativa (Montero, 2004; Llorens, 2020). Esto llevó, entre otras cosas, a incluir las impresiones no solo de la persona que sufrió persecución, sino también de sus familiares. Por un lado, el estudio se centra en comprender la importancia de las relaciones en su sufrimiento; por otro, en otorgar a la resiliencia la misma atención, en particular, cómo la relación es una fuente de la misma (Walsh, 2006).

En resumen, trabajamos desde una perspectiva de psicología clínica comunitaria que buscó priorizar la participación

de los participantes a través de las metodologías elegidas y los marcos teóricos que buscan empoderar sus voces, centrándonos en los aspectos relacionales de la tortura, así como en la resiliencia y el lugar que ocupan las relaciones en ella. La investigación-acción participativa es una metodología que prioriza las voces de los participantes en la formulación de los problemas, la recopilación de datos y la interpretación de los resultados, entrelazando la producción de conocimiento con soluciones concretas a problemas prácticos para fomentar el empoderamiento (Montero, 2006; Swantz, 2008).

Tortura en Venezuela

La represión política y los crímenes de lesa humanidad han sido sistemáticamente denunciados y reiteradamente confirmados por comisiones de organizaciones internacionales como la ONU. Diversas investigaciones confirman el uso de la tortura contra disidentes políticos (Llorens, 2024) y, en septiembre de 2025, el informe oficial de la Misión Internacional Independiente de determinación de los hechos sobre Venezuela confirmó más de 2400 arrestos políticos entre 2024 y 2025, crímenes de lesa humanidad, el asesinato de al menos treinta personas por motivos políticos (veinticinco de ellas bajo custodia estatal), la detención de familiares de actores políticos para coaccionarlos, la existencia de centros de detención clandestinos y la tortura como política de Estado, que incluye actos crueles como descargas eléctricas en los genitales, asfixia prolongada y otros tratos inhumanos, así como violencia sexual sistemática contra mujeres, adolescentes y personas LGBT, lo que demuestra que en Venezuela se practica el terrorismo de Estado (Consejo de Derechos Humanos de la ONU, 2025).

El terrorismo de Estado se ha intensificado durante más de una década contra la población civil, sometiendo al país a lo que las organizaciones que monitorean la situación describen como un “estado de emergencia permanente” (WOLA, 2024), que ha generado miles de víctimas.

Resulta útil incluir las consideraciones propuestas por Pérez-Sales, quien nos invita a comprender el contexto en el que se produce la tortura como parte esencial de lo que está sucediendo y que ayuda a entender las reacciones posteriores. No es solo el episodio violento específico de tortura lo que resulta traumático. El término “ambiente de tortura” describe cómo todo el contexto está diseñado para deshumanizar y subyugar, de modo que, más allá de las sesiones de tortura, los entornos en los que se ubica a los disidentes políticos y la posterior amenaza que se cierne sobre ellos forman parte del horror y nos ayudan a comprender los niveles de hipervigilancia que persisten mucho después. Se trata de entornos diseñados para ser precarios e inhumanos (Efecto Cocuyo, 2025; Pérez Sales, 2020, 2026).

En la misma línea, Rud, et al. (2023) sostienen que la tortura debe entenderse como un acto dentro del proceso de control del poder. Esta comprensión ayuda a desentrañar algunos de los procesos observados. La tortura es un acto que busca reprimir posibles fuentes de resistencia y apaciguar el poder del disidente. Por lo tanto, la tortura busca someter cualquier sentido de agencia, mientras que el disidente busca defenderla.

En la misma línea, las relaciones de los ciudadanos encarcelados son esenciales para sostener la lucha contra un sistema que busca imponerse mediante el aislamiento. Los vínculos son una fuente esencial de resiliencia y sirven como canal para organizar la resistencia. Por consiguiente, debemos incluir las relaciones en la comprensión final de los impactos de la tortura y como estrategias de resistencia.

Metodología

Esta investigación surge de proyectos diseñados y desarrollados para apoyar a ex presos políticos y sus familias, de acuerdo con la perspectiva de la investigación-acción participativa (Kagan, Burton y Siddiquee, 2008; Montero, 2004; 2010). Comprender sus experiencias ha sido una herramienta fundamental para la organización de estos proyectos. Surge de una estrecha relación con organizaciones de ex presos políticos y sus familias, con las que mantiene una relación constante. Estas relaciones nos han permitido sumergirnos en el contexto y forjar vínculos de confianza que han configurado una comprensión compartida de lo vivido, en consonancia con el espíritu de la metodología cualitativa y la búsqueda de conocimiento con validez psicopolítica, un elemento clave al trabajar en contextos de violencia estatal (Arnosy y Eiroá-Orosa, 2010; Prilleltensky, 2004), en línea con las observaciones de otros proyectos con presos políticos (Rud, Bunina, Vasilevskaia y Filippova, 2023). Ex presos políticos y sus familiares contribuyeron a plantear las preguntas propuestas en este estudio, estuvieron presentes en casi todas las entrevistas y, finalmente, se realizaron dos talleres con ellos para discutir los hallazgos preliminares y contrastar las interpretaciones con sus impresiones, lo que ayudó a refinar el análisis final. La investigación-acción participativa se ha descrito como una forma de construir puentes complejos hacia el testimonio mediante la acción (Gentile, 2017, p. 180). La investigación-acción participativa se centra en las relaciones con los participantes directamente afectados por los problemas estudiados y en la resolución de problemas concretos a través de la reflexión iterativa, lo que permite refinar nuestra comprensión del problema.

Sobre la base de las consideraciones anteriores, se diseñó un análisis de las entrevistas de dos proyectos que recogieron, en el primer caso, los testimonios de 29 ex presos políticos y un familiar, en el que se realizó una sesión con cada participante.

Tabla 1. Participantes/entrevistas

	Ex presos y ex presas políticas	Familiares	Totales
Primer proyecto	29	1	30
Segundo proyecto	1	7	8
Total	30	8	38

En segundo lugar, dada la importancia que se reveló en las relaciones de los entrevistados, tanto para comprender su sufrimiento como su capacidad de resistencia, tras proponer temas preliminares, los comparamos con las entrevistas de un segundo proyecto en el que analizamos siete entrevistas con testimonios de familiares de ex presos políticos y una de un ex preso político. Esto suma un total de 38 entrevistas analizadas (véase la Tabla 1). Los autores de este análisis dirigieron las entrevistas de ambos proyectos. Todas las entrevistas fueron grabadas y transcritas.

Los ex presos políticos cumplieron condenas de prisión de entre dos y cuarenta y ocho meses, con un promedio de dieciséis meses. Cuatro de ellos habían estado encarcelados más de una vez. Veinte de los ex presos eran hombres y diez mujeres. Cinco eran políticos activos; el resto eran ciudadanos comunes que participaban en protestas contra el gobierno de una u otra forma. Algunos de estos ciudadanos tenían algún tipo de afiliación a organizaciones políticas, otros eran estudiantes de secundaria o universitarios que lideraron parte de las protestas, y otros manifestaron protestas sencillas contra el gobierno, como expresar opiniones en redes sociales. Tres de nuestros entrevistados eran menores de edad durante su encarcelamiento. De los ocho familiares, cuatro eran esposas, dos madres, un hijo y una hija. Los participantes incluidos en nuestro estudio sufrieron tortura según lo define la Convención de las Naciones Unidas contra la Tortura (Naciones Unidas, 1984).

El primer proyecto se desarrolló junto con la organización Voces de la Memoria. Con ellos entrevistamos a veintinueve ex presos políticos venezolanos y a un familiar de un preso político. Las entrevistas semi-estructuradas se realizaron en 2021, en línea y con la guía de uno de los autores. El objetivo de las entrevistas era recuperar el testimonio de la persecución sufrida y sus repercusiones en la vida de los participantes. Esto derivó en apoyo psicosocial y psicoterapéutico para ocho de ellos, también a cargo de uno de los autores, así como en el desarrollo de una experiencia de realidad virtual para sensibilizar sobre

la situación (Navarro, Martínez, Moriones, Llorens, Trotta, Raurso y Bruni, 2025). El segundo proyecto fue desarrollado por el Congreso Mundial de la Libertad para crear un manual de apoyo para familiares de ex presos políticos. En 2023 se realizaron siete entrevistas semi-estructuradas a familiares de presos políticos y una a un preso político, también en línea y con la guía de uno de los autores. El objetivo de las entrevistas fue comprender la historia y la experiencia de persecución de los participantes (World Liberty Congress, 2025).

Las entrevistas fueron realizadas por psicólogos con experiencia en el trabajo con traumas y supervivientes de violencia política, y conocedores del contexto social en el que se desarrollaron los hechos. En el primer proyecto, un ex preso político participó como co-investigador, contribuyendo a generar un clima de confianza. Las ocho entrevistas del segundo proyecto también fueron realizadas por psicólogos en el marco del proyecto liderado por familiares de ex presos políticos, quienes facilitaron el contacto y nos los presentaron.

El análisis temático reflexivo (Braun y Clarke, 2022) de un total de 38 testimonios directos fue llevado a cabo por un equipo de cuatro analistas que buscaron patrones temáticos. En una primera fase, los cuatro analistas trabajaron de forma independiente, siguiendo las sugerencias de Braun y Clarke sobre la codificación colaborativa. Cada uno trabajó con las mismas diez entrevistas, tras lo cual se contrastaron las impresiones para generar un conjunto preliminar de códigos basado en la discusión. Posteriormente, las veinte entrevistas restantes se distribuyeron entre los analistas, quienes se reunían cada dos semanas para discutir la evolución de los códigos y refinar las categorías acordadas. Se utilizó Atlas.ti para organizar y dar seguimiento al proceso de codificación. Se consideraron las perspectivas de los cuatro analistas para desarrollar una propuesta temática preliminar. Finalmente, los temas se contrastaron con las ocho entrevistas del segundo proyecto para comprobar si el análisis preliminar se ajustaba a este segundo conjunto de entrevistas y para cuestionar y ampliar las interpretaciones. Los hallazgos se presentaron en una serie de talleres con miembros de ambas ONG, y sus impresiones se incorporaron a los informes finales para ayudar a refinar los resultados.

En cuanto a las consideraciones éticas, todas las entrevistas se desarrollaron priorizando la seguridad del entrevistado. Por ello, se elaboró un manual previo a ambos proyectos para todos los entrevistadores y se realizó un taller sobre prácticas informadas sobre el trauma con cada equipo (Llorens, 2021). Las entrevistas se programaron a través de un miembro del equipo que era ex preso político o familiar de un ex preso político. Se dieron instrucciones sobre el propósito de las entrevistas y quiénes estarían presentes, ayudando a elegir un lugar donde la

persona se sintiera segura. Al inicio de las entrevistas, se invitó a la persona a compartir lo que se sintiera cómoda compartiendo y a interrumpir la conversación en cualquier momento si así lo deseaba. Los psicólogos clínicos que realizaban las entrevistas supervisaron la regulación emocional expresada durante la conversación, deteniéndose para comprobar si la conversación podía resultar perturbadora. Finalmente, al terminar la entrevista, se verificó cómo se sentía la persona y si presentaba algún síntoma de alteración significativa. Tras las entrevistas, se realizaron breves llamadas para saber cómo se sentían y si había algún síntoma de alteración considerable. Las entrevistas fueron seguidas de breves llamadas para saber cómo se sentían al día siguiente. Se ofreció psicoterapia a todos los participantes y ocho de ellos decidieron iniciar procesos psicoterapéuticos que se ofrecieron de forma gratuita. Los participantes firmaron formularios de consentimiento para el uso de la información en los diversos aspectos derivados de los proyectos. No solo firmaron los consentimientos, sino que todos ellos pidieron que sus nombres aparecieran en los agradecimientos del museo virtual y los manuales para familiares que fueron producidos por ambos proyectos, confirmando su alianza con el proceso, así como su deseo de que sus testimonios aparecieran públicamente con su identificación. La discusión de los resultados con los participantes, el intercambio de los diferentes materiales que han surgido a través del análisis de sus testimonios y sus comentarios también se considera una consideración ética central, alineada con un enfoque de investigación-acción participativa que enfatiza la devolución de la voz y el poder a quienes fueron oprimidos.

Hallazgos

A través de nuestro análisis, desarrollamos cuatro grandes temas para organizar los datos: los sobrevivientes/familiares (en relación con las diferentes categorías de sobrevivientes o familiares), el sistema (que describe las características clave de las estrategias empleadas para someterlos), los impactos de la tortura y, finalmente, la resiliencia, la cual dividimos en dos grandes subtemas: la recuperación de la autonomía (agencia) y la resiliencia relacional. Estos cuatro temas constituyen patrones relevantes presentes en todas nuestras entrevistas. Esto subraya que las expresiones de sufrimiento ajeno y de resiliencia no fueron excepcionales, sino un aspecto muy significativo de las experiencias de nuestros entrevistados. Representan un patrón que se repite en todas las entrevistas. Por último, se comparten reflexiones sobre el crecimiento postraumático, que aparecieron solo en algunas entrevistas, pero que están relacionadas con la resiliencia y señalan una línea de investigación que requiere mayor exploración.

Estas entrevistas confirman hallazgos ampliamente difundidos tanto en la literatura científica como en informes de derechos humanos sobre las terribles consecuencias de la persecución política y la tortura. Pero más allá de analizar los hallazgos que concuerdan con la literatura previa sobre el trauma, el enfoque se centra en aquellos que amplían la comprensión y ofrecen opciones para un mejor apoyo. Por lo tanto, en este trabajo, el análisis se centrará en los hallazgos relacionados con la dimensión relacional del sufrimiento reportado, así como en la resiliencia, que se relacionan con los temas tercero y cuarto mencionados anteriormente.

Impactos: impactos relacionales

Uno de los entrevistados compartió: “Luego de dos años y medio de cautiverio te podrás imaginar que salí un poco tostado y lloraba. Tenía llanto compulsivo porque estaban mis amigos todavía presos, muchos de ellos, otros muertos.”

Es un testimonio doloroso que refleja una tristeza persistente, lo que sugiere depresión. Pero si miramos más allá de las categorías individuales que han dominado la interpretación del fenómeno, resulta sorprendente cómo, más allá de esta primera impresión, resalta el impacto que le causó el sufrimiento de los amigos que dejó en prisión.

No hubo una sola entrevista en la que no se mencionara el sufrimiento de otra persona, ya fuera un familiar, un compañero activista o un preso, como parte de las experiencias emocionalmente dolorosas de la prisión. Más aún, en repetidas ocasiones, se reportaron casos de personas que sufrieron torturas inhumanas y, sin embargo, sentían que lo más doloroso era saber que sus familiares o amigos también sufrían. Una joven que fue encarcelada siendo menor de edad y sufrió diversas formas de tortura, incluyendo violación, contó que buscó terapia psicológica al ser liberada, tanto por las pesadillas recurrentes como por el dolor persistente de haber visto sufrir a su familia por ella. Otro joven comentó: “yo siempre digo que lo que más le duele a un preso no necesariamente son las condiciones, sino lo que vive su familia.”

En la misma línea, el aislamiento y la sensación de haber sido olvidado por quienes están fuera se reportan repetidamente como una de las experiencias más dolorosas. Esto nos invita a reflexionar sobre el fenómeno de la persecución y la tortura políticas, y sus repercusiones en los sobrevivientes, no solo a nivel individual, sino también relacional.

Los efectos del encarcelamiento político no se limitan a la persona que lo sufre físicamente, sino que también afectan sus vínculos sociales. En este sentido, las entrevistas con familiares a menudo reflejaban expresiones agudas de dolor, incluso más significativas que las reportadas por quienes sufrieron torturas

físicas. Una madre nos dijo: “fueron cinco meses de imaginarme cosas, imaginarme cosas, imaginarme cosas y es lo peor que me pasaba, porque no sabía qué era verdad”.

Esta observación ayuda a comprender cómo una parte significativa de la crueldad ejercida por el sistema se dirige no solo a las personas privadas de libertad, sino también a familiares y amigos cercanos, mediante amenazas, persecución y tortura psicológica.

Una y otra vez, los entrevistados reportaron que uno de los peores castigos era tener que presenciar la tortura de una tercera persona. Un joven describió la paliza que los guardias propinaron a tres menores como “muy difícil para mí... era desesperante”. Otro joven relató con dolor cómo, durante su estancia en una prisión común, tuvo que presenciar diferentes formas de tortura, escuchar los gritos y estar presente durante algunas sesiones. “Es duro”, nos dijo. Otro joven que fue sometido a un largo período de tortura psicológica, hizo hincapié en lo terrible que era estar en un lugar donde tenía que escuchar la tortura de otros:

una locura, uno se vuelve loco... no dejábamos de ser activistas por los derechos humanos. Así estuviéramos presos. Entonces, ¿qué pasa? Si eres activista, tienes que de alguna manera, así sea denunciar con los otros presos lo que están sufriendo. Cuando escuchábamos las cosas esas de electricidad o cuando escuchábamos cómo golpeaba a la gente, nosotros nos volvíamos locos. Le dábamos a la reja. Veíamos qué hacíamos, fastidiábamos a los otros presos para que tampoco se durmieran. Tratábamos de molestar lo máximo posible.

Algunos de los recuerdos traumáticos intrusivos que este hombre relató posteriormente no tienen que ver con experiencias personales, sino con episodios en los que presenció el sufrimiento ajeno. Otras investigaciones han corroborado que presenciar la tortura tiene un impacto tan grande como experimentar la en primera persona (Basoğlu, Livanou y Cronbarić, 2007).

Tras uno de los episodios descritos anteriormente, en el que tres menores fueron golpeados, nuestro entrevistado contó que los acogió e intentó cuidarlos: «les limpié las heridas y les di un poco de agua». Les dio el colchón de la celda donde había estado durmiendo y durmió en el suelo. Este episodio es similar a muchos otros relatados en las entrevistas. Resulta revelador porque pone de manifiesto la tendencia filial de muchos ex presos políticos y cómo la empatía genera cierto grado de sufrimiento, pero también, y sobre todo, cómo constituye un baluarte de su resiliencia, como explicaremos más adelante.

Resiliencia

Las entrevistas están repletas de relatos sobre las estrategias que las personas utilizaron para afrontar el horror. Nuevamente, las expresiones de resiliencia estuvieron presentes en todas nuestras entrevistas. Inicialmente, las estrategias se agruparon en aquellas que implican expresiones más individuales de afrontamiento y aquellas construidas a través de las relaciones. Sin embargo, al refinar las categorías, se concluyó que esta división se comprende mejor examinando qué intenta hacer cada estrategia para resistir el poder al que se enfrentan.

El término resiliencia es tan problemático como el de víctima, ya que resalta las fortalezas y la capacidad de superar la adversidad, lo que puede usarse para minimizar la atrocidad cometida por la persecución política, aparentemente dejando la responsabilidad de estar bien en las víctimas. Quienes quedan devastados pueden, por lo tanto, ser juzgados como menos capaces, por no haber demostrado ser suficientemente resilientes (Pérez-Sales, 2023). Teniendo esto en cuenta, creemos que una opción viable es comprender el trauma y la resiliencia como procesos integrados en la resistencia al poder, para no usar estos términos como resultados excluyentes, sino como procesos continuos y dinámicos.

Aquí radica la importancia de comprender el entorno de tortura y el funcionamiento del sistema autoritario. En otras palabras, al analizar las distintas acciones de los guardias penitenciarios y el funcionamiento del sistema de justicia arbitrario, queda claro que la tortura es una de las muchas estrategias empleadas para someter la voluntad de los disidentes, así como para aislarlos y disminuir su influencia en la población. Las amenazas, la arbitrariedad del sistema, su falsedad e incluso los comentarios más sutiles de los guardias, demuestran cómo el sistema busca doblegar la voluntad de los ciudadanos mediante la intimidación, el despliegue de su poder arbitrario y el maltrato a quienes se resisten, con el fin de doblegarlos y exhibirlos como ejemplo ante el resto de la población.

Agencia: recuperar la autonomía frente a la imposición

Es en este contexto donde las estrategias de resiliencia cobran sentido. En consecuencia, la primera categoría principal de resiliencia consiste en estrategias que los individuos utilizan para recuperar cierto grado de autonomía personal frente a un poder arbitrario y brutal que busca su sumisión. Se trata de estrategias en las que el individuo conserva alguna posibilidad de responder a la arbitrariedad, de afirmar su poder, de obtener un respiro, por pequeño que sea.

Un joven activista y líder estudiantil describió a la policía con: “una actitud que demuestra que ‘Actitud de ir mostrando que ‘yo soy el jefe, aquí tú eres el güevón’. Es como una manera

de ellos de hacerte entender que ellos son los que tienen el control y que tú aprendas que no puedes rebelarte.”

Una vez que comprendieron esta dinámica, las diversas maneras en que los entrevistados desafiaron a sus carceleros, aun sabiendo que sus acciones podrían acarrearles más castigo, comenzaron a tener sentido. Se trata de pequeñas luchas simbólicas de poder que sirven para preservar una mínima sensación de autonomía. Un joven político, en medio de una paliza, tomó la mano de uno de sus guardias, se la llevó a la cara y lo desafió diciéndole: «bueno maldito, ¡pégame!». Este es uno de los muchos gestos de desafío y autoafirmación que se han reportado. Si bien el desafío más directo es un ejemplo extremo, ya que ante el terror, como es de esperar, los presos políticos se someten la mayoría de las veces, existen numerosas formas más sutiles de autoafirmación.

Sometidos a enormes privaciones, los entrevistados describen cómo intentaron mantenerse activos, algunos haciendo ejercicio, estudiando, ordenando sus celdas, interactuando con los guardias y negociando pequeños privilegios, o inventando maneras de comunicarse a través de la red de presos. Un joven político describió cómo limpiaba su pequeña celda para resistir: “tú sabes que estás jodido, sabes que no sabes cuándo vas a salir, las visitas pueden estar limitadas o no, pero por lo menos tú controlas tu espacio y eso te da algo de paz.”

Un joven activista tenía acceso a libros y se dedicó a la lectura. Hablando de su tiempo en prisión, comentó, casi desconcertantemente: “tener tiempo para leer como me dio la gana fue una de disfrutar demasiado. Suena como paradójico, pero efectivamente es así. En medio de la desgracia había algo super positivo.”

Otro joven comentó que, al enterarse de que uno de los presos era estadounidense, decidió intentar aprender inglés. Cada vez que tenía la oportunidad de salir de su celda, para ir al baño o tirar la basura, pasaba por delante de la celda y le pedía que le dijera una palabra nueva en inglés, que luego memorizaba. Otro nos contó cómo descubrió una manera de hacer llegar cartas a su familia de contrabando, estableciendo un canal de comunicación con todos sus compañeros de celda y el mundo exterior.

Varios cambiaron sus horarios de sueño para dormir durante el día, cuando la presencia de los guardias era más intrusiva, y se mantenían despiertos por la noche. Una entrevistada nos contó que dormía durante el día y se despertaba a medianoche: “Era como mi momento de paz, y lo que hacía a esa hora era leer con una linterna que tenía”.

En algunos casos, donde las restricciones impedían casi cualquier acción de resistencia, el pensamiento se convirtió en una estrategia para preservar cierto control, como en el caso de

un joven que, ante una privación sensorial extrema, se dedicó a la meditación.

La reestructuración cognitiva fue fundamental. El uso del humor negro para minimizar sus condiciones resulta revelador. Uno de los jóvenes, que compartía celda con varios menores, relató cómo competían imaginando torturas mucho más crueles que las que sufrían y luego se reían diciendo: “Esos carajos lo que son son unos güevones, ¡esos no saben torturar un coño!”. En la misma línea, varios relataron expresiones de humor inusuales, burlándose de las condiciones en las que se encontraban. Durante un interrogatorio, al preguntarle su dirección, respondió desafiante: «Si no lo saben, ¿cómo voy a saberlo? ¡Son del SEBIN (Servicio Bolivariano de Inteligencia)!».

Estas historias, que al principio pueden parecer desconcertantes, cobran sentido en el contexto de las estrategias cognitivas utilizadas para recuperar el control, minimizando el poder de sus captores. Muchos compartieron cómo ajustaron sus expectativas para aceptar la situación en la que se encontraban y no desesperarse ante la justicia que nunca llegaba. Uno de los pequeños actos de crueldad que se repetían en los relatos era preparar a los prisioneros para las audiencias de los juicios en los que se les imputaban cargos, solo para dejarlos esperando y finalmente informarles que el juicio había sido suspendido. Esto sucedía una y otra vez. Las escasas esperanzas de acceder a algún tipo de justicia se veían continuamente frustradas.

Para muchos, era importante comprender esta arbitrariedad. Entender que el poder era la única lógica, saber que estaban siendo acusados falsamente y que apelar a la verdad era prácticamente inútil. Ese grado de doloroso realismo les permitió recuperar cierto control sobre sus expectativas.

Encontrar un reloj le resultó útil a una de las celdas. Esto les permitió organizarse y anticiparse a los movimientos de los guardias. Las protestas también fueron intentos de resistencia, a pesar de los riesgos que conllevaban. Dada la arbitrariedad, algunas protestas tuvieron que ser extremas. Se describieron numerosas huelgas de hambre y una persona habló de una huelga de sangre, en la que se autolesionaba hasta obtener la atención que exigía.

Un joven, arrestado durante cuatro años en una prisión llamada “La Tumba”, donde los presos son sometidos a tortura blanca que implica privación sensorial, vivía en una celda blanca, fría, sin visitas, sin acceso a abogados, sin estímulos, con la misma luz las 24 horas del día. Tras un largo período allí, decidió iniciar una huelga de hambre que duró dieciocho días, exigiendo que se le permitiera el acceso a libros y lápices de colores. Gracias a esa protesta, obtuvo acceso a una revista National Geographic, un libro para aprender a dibujar y pin-

turas. Allí comenzó a desarrollar una carrera como pintor, la cual continúa ahora en libertad.

Sin duda, el ejemplo más dramático fue una protesta que comenzó en una de las celdas donde se encontraban varios menores y que derivó en un motín en todo El Helicoide. Los manifestantes lograron forzar algunas cerraduras y tomar como rehenes a algunos guardias. Este motín, que acaparó titulares internacionales, condujo a la liberación de varios de los entrevistados (Wilkinson, Pozzebon y Gallon, 2018).

En resumen, estos actos, aparentemente dispares, pueden entenderse como expresiones de resiliencia implementadas para recuperar el control de la propia vida, lo que revela una serie de dinámicas de supervivencia sutiles pero significativas.

Dar sentido: el valor de la preparación política

Siguiendo esta línea de pensamiento, resulta útil considerar que la capacidad de interpretar rápida y precisamente las razones de los abusos diferenció significativamente la experiencia de los políticos y activistas que abordaron la situación con mayor consciencia, de la de aquellos ciudadanos menos involucrados en la política, quienes pasaron mucho más tiempo desconcertados, desorientados y, en consecuencia, devastados por lo sufrido. Este último grupo buscó esclarecer su inocencia, intentar apelar al sistema judicial para que reconociera la arbitrariedad de su sufrimiento, sorprendidos de haber sido sometidos a semejante horror. Basoğlu y sus colegas (1997), al analizar la importancia de poder comprender la tortura, demostraron cómo la imprevisibilidad de la experiencia influye en el grado de su impacto traumático.

Los políticos y activistas comprendieron rápidamente que estaban sometidos a un poder arbitrario donde las leyes son una mera fachada y que las posibilidades reales de liberación dependían de las circunstancias políticas. Todo ello les permitió sobrellevar mejor la situación. Uno de ellos, que afirmó afrontar su encarcelamiento con una sensación de paz, dijo que aceptaba estar allí indefinidamente y que lo mejor que podía hacer era aprovechar el tiempo para hacer ejercicio, leer y reflexionar sobre su vida. Otro activista, periodista de profesión, se propuso documentar lo que sucedía durante su encarcelamiento. Un joven líder estudiantil comentó que su hermano y algunos amigos habían sido encarcelados en 2014, por lo que en 2017 estaba “mentalmente preparado” para la dura experiencia. Comprendió desde el principio que se trataba de una táctica de intimidación para doblegarlo. Muchos recurrieron a la lectura sobre circunstancias similares para comprender su situación. Estos marcos de referencia les ayudaron a contextualizar sus experiencias y a darles sentido. La investigación sobre la resiliencia considera fundamental dar sentido al sufrimiento (Frankl,

2004; Walsh, 2006). Investigadores que trabajan con presos políticos han reportado hallazgos similares (Hernández, 2002).

Resiliencia relacional: “un tatuaje emocional de empatía”

Si bien parte de este esfuerzo por preservar cierta autonomía implica afirmarla y, en ese sentido, habla de un proceso que enfatiza la voluntad individual, también es cierto que un aspecto profundamente relacional de la resistencia ya está presente en muchos de estos mismos gestos.

La protesta y los disturbios, por ejemplo, vinculan los esfuerzos de rebelión personal contra el poder con la importancia de las relaciones. Así como muchos de los relatos más dolorosos de sufrimiento se relacionaban, no con lo que ellos mismos experimentaron, sino con lo que vieron sufrir a sus seres queridos o creyeron que sufrían, los relatos más conmovedores de resiliencia también se referían a sus relaciones.

Esto no es sorprendente, ya que la literatura ha destacado cómo los vínculos y las relaciones son uno de los elementos clave de la resiliencia (Daiute, 2013; Landau y Saul, 2004; Ungar, 2021; Werner, 1992). Nuestras observaciones en la práctica nos habían alertado sobre la importancia de las conexiones, y el análisis lo ha confirmado. Uno de los entrevistados lo resumió diciendo que la experiencia en prisión le dejó “un tatuaje emocional de empatía”.

Resulta impactante escuchar la cantidad y calidad de los actos de solidaridad que describieron los ex presos políticos. Un diputado que estuvo encarcelado relató cómo preparaba “kits de bienvenida” para los nuevos reclusos, con jabón y pasta de dientes donados por personas del exterior que lo apoyaban. Recibía con los brazos abiertos a los compañeros que llegaban golpeados a la celda contigua, como un pequeño gesto de humanidad. Otro joven abogado contó cómo, en varios lugares donde estuvo encarcelado con delincuentes comunes, les ofrecía asesoramiento legal para ganarse su simpatía. También les daba clases de inglés.

Estas muestras de apoyo mutuo para sobrellevar la dura experiencia son un tema recurrente. Cuando se les preguntó: “¿Qué crees que te ayudó a mantenerte a flote en prisión?”, un participante respondió: “creo que estar en un sitio con personas que compartían un mismo pensamiento”.

Varios se propusieron ser amables con los guardias, intentando ganarse su confianza como aliados. Varios hablaron de ser especialmente respetuosos, incluso ante los insultos, hasta lograr bajar la guardia de quienes se consideraban sus enemigos.

Las familias relataron algo similar: los procesos de apoyo fueron posibles gracias a la solidaridad de otras familias y amigos. La esposa de un ex recluso contó cómo sus amigos prepa-

rabán cinco almuerzos diarios para llevárselos al recluso, pero también a los policías que lo custodiaban.

En las entrevistas, los ex prisioneros hablaron de reír y cantar juntos. En una prisión militar, una entrevistada y sus amigos escuchaban cada mañana a un destacado preso político en otra celda cantar el himno nacional venezolano. Tenían prohibido cantar con él, pero se aseguraban de silbar suavemente para acompañarlo. Estos gestos de conexión emocional y significado les ayudaron a sobrellevar la situación. Las cartas, como medio para mantener el contacto, son muy importantes en este sentido. Cartas a familiares en el extranjero, cartas entre prisioneros, métodos clandestinos para sacar cartas, cartas a funcionarios de la prisión solicitando privilegios: todos estos son ejemplos de autonomía y conexión.

Esta resiliencia, construida a través de las relaciones, sirvió para atender necesidades inmediatas, pero también para afrontar la angustia emocional, mantener la esperanza y recuperar el sentido de la humanidad. Entre los entrevistados, se formaron tres parejas durante su encarcelamiento en El Helicoide. En un reportaje de la BBC, una ex reclusa de esa prisión, que fue una de nuestras entrevistadas, relató cómo se enamoró de otro preso político, ahora su esposo, y cómo eso fue “un rayo de luz. Fue tan agradable que, en medio de tanta basura, alguien te hiciera sentir como una persona” (D. Olmo, 2019). Muchos entrevistados hablaron sobre la importancia de las visitas durante su tiempo en prisión.

Investigaciones en otros contextos, como Irán, también se han centrado en estrategias relacionales, como el humor, como factor protector (Feinstein, 2008; Ghahary, 2003; Spring, 2012). Daiute, en su trabajo sobre los efectos de la violencia política, también ha afirmado que la resiliencia en general puede entenderse como un proceso relacional (2013).

Crecimiento postraumático

Algunos informes van más allá de describir cómo lograron adaptarse y sobrevivir. Hablan de importantes procesos de transformación y crecimiento derivados de la prisión, lo que sugiere un crecimiento postraumático (Shiro, 2023).

Como señalan los autores que acuñaron el término, algunas personas que han experimentado un trauma pueden lograr transformaciones muy positivas. Si bien, a diferencia de las expresiones de resiliencia que aparecen en todas las entrevistas, el crecimiento postraumático se manifiesta claramente solo en un pequeño grupo y no es generalizable. Esto, por supuesto, no implica que la tortura es una experiencia que trae beneficios, como se ha señalado críticamente, sino que el procesamiento de la experiencia es complejo y puede conducir a transformaciones inesperadas.

Uno de los testimonios más impactantes, por ejemplo, fue el de un joven que no participaba en política y había llevado una vida delictiva hasta ser acusado falsamente del asesinato de una figura política del gobierno. Fue sometido a terribles torturas y terminó en una prisión política, donde encontró apoyo entre los reclusos: “Yo llego a un estado físico totalmente demacrado, golpeado todo. Y ahí, en ese momento conocí muchos, muchos estudiantes que estaban allí y que hoy en día son amigos míos.”

Uno de esos amigos lo animó a estudiar y comenzó a enseñarle sobre la Constitución Nacional y sus derechos. A pesar de haber manifestado inicialmente desinterés, en una entrevista pública declaró:

se despierta en mí a través de estas personas que me están mostrando un mundo totalmente distinto, esa hambre de saber. Comencé a leer la constitución y me enteré que la educación es un derecho universal y esa idea penetró en mi alma. Yo quería estudiar. (CESCOS, 2024)

Tras apelar repetidamente a las autoridades penitenciarias para obtener permiso para cursar estudios a distancia, finalmente se le concedió la oportunidad y logró completar su diploma de bachillerato y graduarse estando en prisión. Tras su liberación, estudió derecho y actualmente es activista de derechos humanos. En la entrevista para este proyecto describió su transformación al salir de prisión diciendo: “era un hombre totalmente cambiado”.

De igual manera, la esposa de un exconvicto explicó que su relación había sido inestable antes de su encarcelamiento, pero que la experiencia compartida había fortalecido profundamente sus convicciones. Otra pareja expresó que, a pesar del trauma duradero en sus relaciones, surgió una admiración mutua que propició reajustes familiares que fortalecieron su dinámica y fomentaron proyectos conjuntos, como un libro testimonial escrito en colaboración basado en sus experiencias compartidas. Una y otra vez, los entrevistados nos dijeron que salieron de la prisión con convicciones políticas aún más firmes. Uno de ellos lo expresó así:

“La cárcel no me quitó ni un poquito de ganas, ni de ánimo a buscar, a luchar contra la dictadura. Más bien me profundizó a niveles de hasta patológicos donde tengo como una obsesión de que no lo sueltes, no lo sueltes, no lo sueltes, y es todo lo que te ocupa.”

Muchos se han convertido en activistas de derechos humanos. De hecho, los dos proyectos de los que proceden estas entrevistas son prueba de ello, ya que han sido desarrollados por ex-reclusos y familiares de ex presos políticos que, tras sobrevivir a la cárcel, se han dedicado a defender a quienes permanecen

encarcelados. Esto sugiere que transformar esas experiencias en activismo es, en ocasiones, un camino hacia la recuperación.

Reflexividad/Posicionalidad

Los testimonios analizados en este estudio surgieron, como se ha descrito, de proyectos que buscaban empoderar a disidentes políticos de diversas maneras. Por ello, partimos explícitamente de una postura que condena los abusos sufridos, busca forjar alianzas con las personas sobrevivientes e incluye activamente sus perspectivas en nuestra interpretación de estas experiencias. Además, todos somos venezolanos y estamos comprometidos con estas problemáticas.

Nuestro enfoque participativo nos lleva a construir relaciones con los participantes. Consideramos que crear un espacio de confianza nos permitió acceder a experiencias muy personales, como la extrema vulnerabilidad ante la tortura. Nuestra postura se entrelaza con un enfoque ético que prioriza la seguridad, de la cual la relación de confianza es parte integral. Buscamos activamente resaltar la capacidad de acción de los entrevistados en nuestros intercambios, invitándolos a expresar cualquier incomodidad y a compartir solo aquello con lo que se sintieran cómodos. Nuestras conclusiones, sin duda, están influenciadas por estas posturas.

Conclusiones

En este sentido, los hallazgos aportan información sobre la metodología y ayudan a vislumbrar algunas sugerencias para futuros trabajos con presos políticos y sus familias, en consonancia con la propuesta de examinar el fenómeno desde la perspectiva del trauma psicosocial (Martín-Baró, 1994) y la relacionalidad.

La riqueza de las entrevistas radica en gran medida en que se realizaron con un ex preso político como co-entrevistador o en el marco de proyectos desarrollados por la comunidad de ex presos y sus familias. De este modo, un vínculo de solidaridad impregna todo el registro. Resulta impactante cómo las conversaciones revelan profundos intercambios emocionales derivados de experiencias compartidas. «Quiero darte un abrazo» o «Té quiero, hermano» fueron expresiones recurrentes. La gran mayoría de las entrevistas concluyeron con gratitud por la oportunidad de compartir sus experiencias y el deseo de seguir colaborando, en contraste con las experiencias retraumáticas reportadas en las entrevistas de recopilación de datos sobre derechos humanos. Todos los entrevistados optaron por aparecer con sus nombres en los agradecimientos de los créditos de ambos proyectos.

En la investigación-acción participativa (Montero, 2004; 2006), la búsqueda del conocimiento va de la mano de la transformación y es coherente con la lógica de la relacionalidad.

Creemos que el propio proceso de investigación refleja la noción de que la participación de los supervivientes, la solidaridad entre ellos y el desarrollo de procesos de registro son, en sí mismos, procesos de empoderamiento y de sanación individual y social. Además, este proyecto propone que el vínculo entre los investigadores y la comunidad de ex presos políticos permitió un enfoque que aborda las críticas a las metodologías tradicionales, cuyo marco convencional tiende a producir resultados que enfatizan la individualidad y la psicopatología (Kagee & Naidoo, 2004).

Pérez-Sales (2023) ha escrito una reflexión exhaustiva sobre la importancia de la resiliencia en los supervivientes de tortura, considerando debates cruciales y describiendo diversas formas en que se ha manifestado. Rud et al. (2023) también han publicado recientemente una extensa descripción de actos de resiliencia de supervivientes de tortura. Muchas de las estrategias descritas se asemejan a las enumeradas en dichas listas. La resiliencia, entendida como una forma de contrarrestar lo que el poder intenta imponer sobre el sujeto, puede llevarnos a considerar dos formas distintas de resiliencia: aquella que busca recuperar la autonomía y aquella que busca mantener las conexiones.

Los vínculos afectivos se han considerado un recurso fundamental para la resiliencia desde su formulación original (Kan y Lejano, 2023; Werner, 1993). También son esenciales para comprender plenamente el sufrimiento derivado de la tortura. Los hallazgos señalan las relaciones como un aspecto central del sufrimiento infligido por el aislamiento, o al obligar a los disidentes a presenciar sesiones de tortura de otros, o a imaginar el calvario de sus familiares.

Resulta provechoso examinar las experiencias de tortura desde una perspectiva relacional para comprender plenamente la magnitud y los matices del sufrimiento, así como los mecanismos para superarlo y recuperarse, lo que ayuda a orientar nuestro apoyo psicosocial hacia toda la red de relaciones, enfatizando las fortalezas y el empoderamiento de dicha red.

Esto sugiere que debemos prestar atención a la importancia de los procesos colectivos de lucha por la justicia y la restauración de la comunidad como un aspecto central de la recuperación (Herman, 2023; Saul, 2022), lo que permitiría formular un enfoque de tratamiento más comunitario. Esto también sugiere profundizar en la influencia del género como mediador de la resiliencia basada en la conexión (Özbay y Bülbül, 2024).

Quizás el potencial restaurador de estas experiencias horribles no provenga únicamente de las fuentes que suelen enfatizarse, como los tribunales internacionales que toman muchos años para procesar pocos casos o la psicoterapia individual. Quizás la inspiración que transmiten estos testimonios y los

procesos desarrollados por los supervivientes tengan, más que cualquier otra herramienta, el poder de sanar el dolor y reparar parte de nuestro tejido social herido.

Referencias

- Alayarian, A. (2011). *Trauma, torture and dissociation: a psychoanalytic view*. Karnac.
- Allodi, F. (1994). Post-traumatic stress Disorder in hostages and victims of torture. *Psychiatric Clinics of North America*, 17(2), 279-288.
- Arnosó, M. & Eiroá-Orosa, F. (2010). Psychosocial research and action with survivors of political violence in Latin America: methodological considerations and implications for practice. *Intervention*, 8(1), 3-13. <https://doi.org/10.1097/WTF.0b013e3283383bbe>
- Ballesteros, C. (2023, July 4). "La tortura no se acaba cuando sales": La realidad virtual muestra el horror del peor centro de detención de Venezuela. *El País*. <https://elpais.com/internacional/2023-07-04/la-tortura-no-se-acaba-cuando-sales-la-realidad-virtual-muestra-el-horror-del-peor-centro-de-detencion-de-venezuela.html>
- Basoğlu, M., Livanou, M. & Crnobaric, C. (2007). Torture vs. other cruel, inhuman and degrading treatment: is the distinction real or apparent. *Archives of General Psychiatry*, 64, 277-285. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.64.3.277>
- Başoğlu, M., Parker, M., Livanou, A., & Gök, Ş. (1997). Psychological preparedness for trauma as a protective factor in survivors of torture. *Psychological Medicine*, 21, 1421-1433. <https://doi.org/10.1017/S0033291797005679>
- Beristain, C. (2012). *Acompañar los procesos con las víctimas: atención psicosis en las violaciones de derechos humanos*. PNUD.
- Bichescu, D., Schauer, M., Saleptsi, E., Neculau, A., Elbert, T. & Neuner, F. (2005). Long-term consequences of traumatic experiences: an assessment of former political detainees in Romania. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health*, 1-17. <https://doi.org/10.1186/1745-0179-1-17>
- Braun, V. & Clarke, V. (2022). *Thematic analysis: a practical guide*. SAGE.
- Caro Hollander, N. (2010). *Uprooted Minds: Surviving the politics of terror in the Americas*. Routledge.
- CECOSOS. (2024). *Ecós de libertad: historias de El Helicoide*. [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=SkXXz5QJosc>
- Daiute, C. (2013). Relational Resilience. In C. Fernando & M. Ferrari (Eds.). *Handbook of resilience in children of war*. (pp.147-162). Springer.
- de C Williams, A. y van der Merwe. (2013). The psychological impact of torture. *British Journal of Pain*, 7(2), 101-106. <https://doi.org/10.1177/2049463713483596>
- D Olmo, G. (2019, July 22). El Helicoide: La improbable historia de amor que surgió en la cárcel más temida de Venezuela. *BBC News*. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-49026615>
- Efecto Cocuyo. (2025, August 4). "El Rodeo I es un cementerio de hombres vivos", denuncia Clippve. *Efecto Cocuyo*. <https://efectococuyo.com/la-humanidad/el-rodeo-i-es-un-cementerio-de-hombres-vivos-denuncia-clippve/>
- Feinstein, S. (2008). Art from the concentration camps: Gallows humor and satirical wit. *Journal of Jewish Studies*, 1(2), 53-75. <https://doi.org/10.1353/jji.0.0029>
- Fondacaro, K. & Mazulla, E. (2018). The chronic traumatic stress framework: A conceptual model to guide empirical investigation and mental health treatment for refugees and survivors of torture. *Torture* 28(1), 58-69. <https://doi.org/10.7146/torture.v28i1.105477>
- Fondacaro, K.; Mazzulla, E. & Weldon, H. (2021). The chronic traumatic stress treatment (CTS-T): A resilience focused, cultural response intervention for refugees and survivors of torture - including a mobile mental health application. *Torture*, 31, 110-125. <https://doi.org/10.7146/torture.v31i2.121222>
- Frankl, V. (2004). *El hombre en búsqueda de sentido*. Herder.
- Gentile, K. (2017). Collectively creating conditions for emergence. In J. Salberg, & S. Grand, (Eds.). *Wounds of History: Repairs and resilience in the trans-generational transmission of trauma*. (pp. 169-188). Routledge.
- Ghahary, N. (2003). *Sequeale of political torture: Narratives of trauma and resilience by Iranian torture survivors*. (Doctoral dissertation, Seton Hall University). <https://scholarship.shu.edu/dissertations/1423>
- Herman, J. (1997). *Trauma and recovery: The aftermath of violence -from domestic abuse to political terror*. Basic Books.
- Herman, J. (2023). *Truth and repair: How trauma survivors envision justice*. Basic Books.
- Hernández, P. (2002). Resilience in families and communities: Latin American contributions for the psychology of liberation. *The Family Journal*, 10, 334-343. <https://doi.org/10.1177/10680702010003011>
- Kagan, C.; Burton, M. & Siddiquee, A. (2006). Action Research. In C. Willig & W. Stainton-Rogers (Eds.). *The SAGE handbook of qualitative research in psychology*. (pp. 32-53). SAGE.
- Kagee, A. & Naidoo, A. (2004). Reconceptualizing the sequelae of political torture: limitations of the psychiatric paradigm. *Transcultural Psychiatry*, 41(1), 46-61. <https://doi.org/10.1177/1363461504041353>
- Kan, W. S., & Lejano, R. P. (2023). Relationality: The role of connectedness in the social ecology of resilience. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(5), 3865. <https://doi.org/10.3390/ijerph20053865>
- Landau, J. & Saul, J. (2004). Facilitating family and community resilience in response to major disaster. In F. Walsh, F. & M. McGoldbrick (Eds.). *Living Beyond Loss*. (pp. 287-309). W. W. Norton & Company.
- Llorens, M. (2020). *Politically Reflective Psychotherapy: Towards a contextualized approach*. Springer.
- Llorens, M. (2021). Manual para atención a víctimas. [Internal report]. Voces de la Memoria.
- Llorens, M. (2024). La tortura en Venezuela. In M. Llorens, V. Zubillaga & D. Smilde (Eds.). *Búsqueda de Justicia en Venezuela: Contexto actual, perspectivas y las voces de las víctimas*. (pp. 54-65). REACIN, CIPR & Amnistía Internacional.
- Martín-Baró, I. (1994). Guerra y trauma psicosocial del niño salvadoreño. *Anthropos*, 156, 38-43.
- Montero, M. (2004). *Introducción a la psicología comunitaria: desarrollo, conceptos y procesos*. Paidós.
- Montero, M. (2006). *Hacer para transformar: el método en la psicología comunitaria*. Paidós.

- Montero, M. (2010). Para una psicología clínica-comunitaria: antecedentes, objeto de estudio y acción. In A. Hincapié (Ed.). *Sujetos políticos y acción comunitaria: claves para una praxis de la psicología social y de la clínica social-comunitaria en América Latina*. (pp. 199-219). Universidad Pontificia Bolivariana.
- Navarro, V.; Martínez, G.; Morríones, V.; Llorens, M.; Trotta, E.; Raurso & Bruni, L. (2025). From testimony to immersion: The design and production of Realidad Helicoide. In M. Reyes & F. Nack, (Eds.). *Interactive storytelling: 18th International Conference on Interactive Digital Storytelling, ICIDS 2025*. Springer.
- Özbay, A. & Bülbül, A. (2024). The impact of psychological resilience and gender on the relationship between trauma-coping perception and levels of secondary traumatic stress in mental health workers. *Journal of Community Psychology*. 1-20, 53(1). <https://doi.org/10.1002/jcop.23150>
- Pérez-Sales, P. (2020). Psychological torture. In M. Evans & J. Modvig (Eds.). *Research handbook on torture: legal and medical perspectives on prohibition and prevention*. (pp. 432-454). Edward Elgar Publishing.
- Pérez-Sales, P. (2023). Resilience in torture survivors: reflections, learnings and ways forward. *Torture*. 33 (3). 3-17. <https://doi.org/10.7146/torture.v33i3.141912>
- Pérez-Sales, P. (2026). *Torturing environments: Psychological, clinical and legal dimensions*. Routledge.
- Pfeiffer, A. & Elbert, T. (2011). PTSD, depression and anxiety among former abductees in Northern Uganda. *Conflict and Health*. 5(14). 2-7. <https://doi.org/10.1186/1752-1505-5-14>
- Prilleltensky, I. (2004). Prólogo: Validez psicopolítica. In M. Montero (Ed.) *Introducción a la psicología comunitaria: desarrollo, conceptos y procesos*. (pp. 5-18). Paidós.
- Rauchfuss, K. & Schmolze, B. (2008). Justice heals: the impact of impunity and the fight against it on the recovery of severe human rights violations' survivors. *Torture*. 18(1). 38-50.
- Rud, D.; Bunina, M.; Vasilevskaia, M. & Filippova, A. (2023). *Tales of resilience: voices from detention and imprisonment in Russia*. *Torture*. 33(3). 65-79. <https://doi.org/10.7146/torture.v33i3.136085>
- Salberg, J. & Grand, S. (2017). *Wounds of history: repair and resilience in the trans-generational transmission of trauma*. Routledge.
- Saul, J. (2022). *Collective trauma, collective healing: promoting community resilience in the aftermath of disaster*. Routledge.
- Shiro, E. (2023). *El Inesperado Regalo del Trauma: Una guía para el crecimiento postraumático*. Harper Collins.
- Sousa, C.; Haj-Yahia, M.; Feldman, G. & Lee, J. (2013). Individual and collective dimensions of resilience within political violence. *Trauma, Violence & Abuse*. 14(3), 235-254. <https://doi.org/10.1177/1524838013493520>
- Spring, L. (2012). "Yes, and..." *Transcending the 'incredible' through humour after torture: a case Study with refugees at the Canadian Centre from Victims of Torture*. (Dissertation for Development Studies of York University, Ontario).
- Suhaiban, H.; Ruvalo, L. & Javanbakht, A. (2019). Mental health of refugees: critical review of prevalence, predictors and integrated care. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 16(13). <https://doi.org/10.3390/ijerph16132309>
- Summerfield, D. (1995). Addressing human response to war and atrocity: Major challenges in research and practices and the limitations of psychiatric models. In R. Kleber, & C. Figley, & B. Gersons (Eds.). *Beyond trauma: cultural and societal dynamics*. (pp. 17-28). Springer.
- Summerfield, D. (1999). Una crítica de los proyectos psicosociales en poblaciones afectadas por la guerra basada en el concepto de trauma psicológico. In P. Pérez-Sales (Ed.). *Actuaciones psicosociales en guerra y violencia política*. (pp. 115-129). Exlibris Ediciones.
- Swantz, M. (2008). Participatory Action Research as Practice. In P. Reason & H. Bradbury (Eds.) *The SAGE handbook of action research: Participative inquiry and practice. second edition*. (pp. 31-48). SAGE.
- Truth and Reconciliation Commission. (1998). *Truth and Reconciliation Commission of South Africa report (Vols. 1-5)*. www.justice.gov.za
- UN Human Rights Council. (2025, September 8). Report of the independent international fact-finding mission on the Bolivarian Republic of Venezuela (A/HRC/60/61). <https://digitallibrary.un.org/record/4094630>
- Ungar, M. (2021). *Multisystemic resilience: adaptation and transformation in contexts of change*. Oxford University Press.
- United Nations. (1984). Convention against Torture and Other Cruel, Inhuman or Degrading Treatment or Punishment. <https://www.ohchr.org/en/instruments-mechanisms/instruments/convention-against-torture-and-other-cruel-inhuman-or-degrading>
- Walsh, F. (2006). *Strengthening family resilience*. The Guilford Press.
- Werner, E. E. (1993). Risk, Resilience, and Recovery: Perspectives from the Kauai Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 5, 503-515. <https://doi.org/10.1017/S095457940000612X>
- Wilkinson, B.; Pozzebon, S. & Gallon, N. (2018, May 17). Venezuela inmates seize control of prison ahead of presidential election. *CNN World*. <https://edition.cnn.com/2018/05/17/americas/venezuela-prison-riot-maduro-intl>
- WOLA. (2024, August 6). Cese el terrorismo de Estado en Venezuela. WOLA. <https://www.wola.org/es/2024/08/cese-el-terrorismo-de-estado-en-venezuela/>
- World Liberty Congress. (2025). *After liberation: Handbook for the reintegration of political prisoners*. World Liberty Congress. https://worldlibertycongress.org/wp-content/uploads/2025/11/AfterLiberation_2025_1.pdf

Agradecimientos

Este trabajo fue posible gracias a la colaboración de Voces de la Memoria y el Congreso Mundial de la Libertad.

Declaración de financiación

Ambas instituciones han incluido nuestro trabajo en diversos proyectos y han contribuido a financiar la recopilación y el análisis de datos de estas entrevistas.