

**Guía de Apoyo  
a Organizaciones**

*A los pasos de la represión  
opongamos  
los pasos de la solidaridad,  
el acompañamiento de nuestros  
presos y presas*

**Serie: La Cárcel y su Afrontamiento  
Personal y Colectivo**

Presentación de la Serie:  
"La Cárcel y su Afrontamiento  
Personal y Colectivo"..... 11

Presentación ..... 15

1. La Detención..... 21

2. Prevención: Conocer y prepararnos..... 43

3. Internamiento. Llegada y estancia en prisión..... 53

4. La salida de prisión..... 81

**ANEXOS**

Anexo 1: ¿Cómo afrontar la tortura física y psicológica?..... 91

Anexo 2: Comercialización de productos..... 98

Anexo 3: Cómo manejar las consecuencias emocionales ante una  
preocupación muy grande ..... 104

Anexo 4: Directorio elemental ..... 111

Anexo 5: Vocabulario básico en prisiones..... 115

**1. La Detención**



Quien lucha por la justicia y por mejorar nuestras condiciones de vida ha sido a lo largo de la historia encarcelado y amenazado.

Las organizaciones debemos responder apoyando a nuestros presos porque son parte nuestra.

Políticamente este apoyo dará coherencia a la propia lucha de la organización, sin convertir como objetivo único la lucha por la libertad de nuestros presos. Es imprescindible incorporar esta acción en nuestro plan cotidiano de trabajo para no abandonar, no olvidar a quienes han luchado junto a nosotros y ahora sufren el encierro y la injusticia.

Debemos tener en cuenta que las motivaciones de la detención pueden ser variadas, por ejemplo:

- Disponer de rehenes políticos.
- Conseguir información de otras personas consideradas más importantes en la organización. El chantaje radica en decirles que si proporcionan determinada información, van a salir libres.
- Firmar un convenio: en caso de que no se haga, se detiene a la persona y se le "fabrica" un delito.
- Generar miedo entre nuestros compañeros y la organización se desmovilice o disuelva.
- Captar líderes.

Una forma en que muchas organizaciones hemos afrontado esta problemática, es nombrando comisiones encargadas de la tarea de defensa y acompañamiento de nuestros compañeros y compañeras presos y presas.

## Formas de detención

Pueden detenernos solos o en grupo, dentro de casa o en una movilización. La detención puede darse de maneras distintas;

### a) De acuerdo a la ley

#### a.1. Mediante una orden de aprehensión.

Aquí debemos asegurarnos que sea presentada la orden de aprehensión, la cual debe contener los siguientes datos básicos: fecha de expedición, delitos que se persiguen, nombre o nombres de los supuestos responsables, autorización y

firma de un juez. También debemos solicitar el nombre del ofendido, de la o las personas que realizan la acusación. Asimismo deberán informar de los derechos que asisten a la persona detenida.

#### a.2. En flagrancia o momento en que se comete un delito.

Se nos debe decir cuál es el o los motivos por el que nos detienen, qué ley o reglamento estamos violando, derechos que nos protegen, cuáles las posibles consecuencias.

## b) Detención ilegal

#### b.1. Sin orden de aprehensión, detención sin conocer el motivo.

#### b.2. Desalojo de la policía en marchas, plantones, huelgas.

b.3. "Fabricación<sup>1</sup>" de delitos. Los más comunes son: vandalismo, ataque a vías de comunicación, daños a terceros, privación de libertad, posesión de armas, consumo y tráfico de drogas.

#### b.4. Secuestro.

b.5. Ser detenido mediante citatorio. Cuando uno llega al citatorio, y nos detienen.

b.6. "Siembra de pruebas" en el momento de la detención y durante ésta, o durante el proceso.

### c) Con maltrato y violación de los derechos humanos: con uso excesivo de violencia durante bloqueos, tomas de tierra, tomas de edificios, etc.

### d) Mediante arraigo que es una forma particular de detención e internamiento.

## Plan integral para la defensa de nuestros presos durante la detención

«Para destruir el paradigma de aislamiento, requerimos mayor participación de la sociedad civil.»  
Máximo G.

Consideramos necesario tener un plan integral para lograr la libertad de nuestros compañeros, es decir, una serie de iniciativas en diferentes ámbitos para conseguir que se haga justicia. En esta guía retomaremos como partes importantes de nuestro plan:

- 1- **La defensa jurídica y la protección a los derechos humanos de los presos.**
- 2- **El acompañamiento psicosocial al preso y su familia.**
- 3- **El ámbito político considerando una difusión amplia de esta injusticia.**
- 4- **Cómo cubrir las necesidades económicas que tengamos.**

Todas las partes de nuestro plan han de ser coherentes entre sí, se han de apoyar mutuamente, ya que son como las cuatro patas de una mesa, si falta una, pues se cae la jarra de café.

También deberemos planificarlas conjuntamente nosotros como organización y con los familiares de los presos para lograr mejores resultados. Las comisiones de la organización encargadas de llevar este plan y los familiares, han de mantenerse mutuamente informados de lo que hacen cada uno, esto nos ayudará para tomar decisiones conjuntas.

Cada parte de nuestro plan sirve para la misma causa, complementándose unas partes con otras: **cuando la jurídica va más lenta, la política y de difusión pueden apresurarla, y el acompañamiento**

puede hacer que nuestros compañeros resistan mejor, con más salud y menos sufrimiento.

## Defensa jurídica y protección de los derechos humanos



«Lo que pasa es que en cárcel es como estar a ciegas, no conocer su proceso y en qué situación está uno.»  
Lisandro

A continuación haremos referencia al papel que como organización podemos desempeñar en la defensa jurídica y en la seguridad de nuestros compañeros detenidos. (Para mayores detalles ver la «Guía de Apoyo a Personas Presas»).

Ante la "fabricación" de delitos, es la organización quien tiene mayores posibilidades de denunciar la detención y la acusación, puesto que tiene mayores medios para contar con los datos que argumenten cómo ha sido tramada y cuál podría ser la razón, ya que generalmente la motivación de las acusaciones es a causa de nuestra lucha por la justicia. Podemos señalar a quienes les interesa atacar a la organización en esa comunidad o región.

Como organización debemos ayudar a nuestros integrantes desde que se sabe que tienen amenazas de ser aprehendidos. Una vez producida la detención recordemos que las **primeras 72 horas**, que son los 3 primeros días, son los más importantes. Debemos movilizarnos para lograr su libertad inmediata. Si le dan orden de formal prisión, seguir pendientes de su caso, apoyar a su familia y comunidad, pues así podrán ver que estar organizados es un modo de vivir con dignidad incluso en la cárcel.

Es fundamental conocer cuál fue el **procedimiento que se siguió durante su detención**, teniendo en cuenta que:

- ✓ Los documentos presentados para la detención deben ser claros, quienes realizan la detención deben identificarse como autoridades correspondientes.
- ✓ El trato que den en todo momento debe respetar los derechos humanos.
- ✓ Deben informarnos a dónde será llevado y por cuánto tiempo estará detenido.
- ✓ Deben respetar las pertenencias que porta al momento de la detención.

### **Qué hacer en los primeros momentos de la detención**

- ✓ **Documentar los hechos** es algo que no debemos descuidar. Esto nos permitirá aportar pruebas y establecer una comparación posterior con lo que aparezca en los expedientes del caso. Se puede documentar de varias maneras, dependiendo de nuestras posibilidades: a) Se puede escribir (detallar fechas, horas, condiciones en que se produjo o narrar los hechos), b) Grabar audio (voces y ambiente de lo que aconteció), c) Grabar video (tomar imágenes de cuando se produjo la detención), d) Fotografiar los hechos (imágenes que puedan recrear el suceso). Recordemos que registrar estos hechos no es delito y cualquier ciudadano puede hacerlo, no es necesario ser periodista para tener ese derecho. En nuestra documentación debemos dar atención especial a los testigos.

- ✓ **Crear una comisión encargada** de dar seguimiento al caso y mantener comunicación constante con ella.
- ✓ **Denuncia legal** de los excesos por parte de funcionarios públicos en el momento de la detención (violencia, golpes, amenazas, tortura psicológica), que afecten a terceros con el máximo posible de pruebas y testimonios.
- ✓ **Comunicar los hechos** de manera inmediata a su familia y a todos los miembros de la organización, para que conozcan lo que está sucediendo y ver cómo pueden mostrar su solidaridad. Por otro lado, para estar alertas o prevenidos ante nuevas detenciones.
- ✓ **Encontrar rápidamente testigos** para la defensa.
- ✓ **Informar a otras organizaciones** estatales, nacionales e internacionales y a los medios de comunicación. Es el momento del que depende la vida o muerte del compañero o compañera, si no se está atento lo pueden desaparecer. Cuando nos niegan su paradero tienen tiempo de preparar todo: firmas en blanco, declaraciones, pruebas, etc. Por eso es fundamental la presión exterior inmediata.
- ✓ **Cuando se dan detenciones en grupo** buscarse unos a otros para ver quién no aparece. Se puede hacer un escrito de denuncia firmado por hombres y mujeres de la comunidad u organización, enviándolo a organizaciones de derechos humanos para su rápida distribución.

- ✓ **Avisar de inmediato a centros de derechos humanos.** Disponer de un directorio para saber a cuáles acudir con rapidez. En el caso de comunidades rurales, enviar a quien conozca la ciudad para ir a buscar abogados, Proporcionarle la información que tengamos de lo sucedido (nombres de los detenidos, qué sucedió, cuándo, dónde, peticiones y todo lo necesario para facilitar una acción urgente).
- ✓ **La organización debe buscar y pagar al abogado.** La carga no debe ser para la familia. En el caso de que la organización no tenga abogado, se puede recurrir a abogados de otras organizaciones, para no recurrir a desconocidos y arriesgarnos a un posible fraude.

### Qué hacer en la declaración

- ✓ **Asegurar que su representante legal sea un abogado de confianza** o un miembro de nuestra organización. Normalmente no hay un horario especial para rendir la declaración, puede ser a cualquier hora. Miembros de la organización debemos exigir que permitan pasar al representante legal, hacer esto de manera inmediata porque el tiempo es decisivo. Recordemos que es su derecho declarar acompañado de un abogado.
- ✓ **Procurar que todos y todas,** quienes integran la organización, tengamos nociones básicas del tema jurídico para cuando no haya abogado poder reclamar y saber que sí se puede hacer y qué decisión puede perjudicar al detenido.

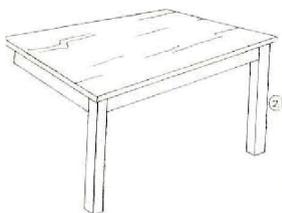
- ✓ **Apoyar por igual a los detenidos del caso pertenezcan o no a la organización,** ya que quien no sea miembro de nuestra organización puede ser mayormente presionado. Por ejemplo, haciéndole firmar declaraciones que perjudiquen a los demás. Sería bueno conocer a su familia y a su abogado, platicar con ellos, ver cómo ayudarlo y a la vez ayudarnos como organización. Unificar las estrategias de defensa si es posible.
- ✓ **Buscar atención médica v psicológica de confianza** para examinar a las personas detenidas. Procurar que puedan hacer una valoración médica y psicológica en caso de torturas o agresiones sufridas. Solicitarles **informes periciales** para la defensa.
- ✓ Si es posible diseñar mecanismos para **proteger a testigos, cuidar las evidencias** evitando que sean manipuladas.
- ✓ **Asumir decisiones** como es el pago de la fianza. Decidir esto junto con la familia y la persona detenida. La organización debería asumir la responsabilidad de pagarla si la persona está presa por causa de la lucha, en ningún caso debe dejar sola a la familia.
- ✓ Ayudar para que **las familias afectadas se apoyen** unas con otras.
- ✓ **Distribuir las tareas para la defensa jurídica** según las capacidades y posibilidades de cada persona.

## Qué hacer si se siguen "fabricando" delitos y "sembrando" pruebas falsas.

- ✓ **Conocer, investigar y dar seguimiento al denunciante.** Por ejemplo saber a qué juez pagó, buscar pruebas de la "fabricación" de los delitos.
- ✓ **Proteger la casa del detenido** y de otros (oficinas, lugar de trabajo). Vigilar con observadores los momentos de cáteos.
- ✓ **Pedir copias del expediente periódicamente.** Que la comisión encargada del caso se dedique a recoger y dar la información con el abogado y el resto de la organización.
- ✓ **Buscar pruebas y testimonios** para la defensa que demuestren la falsedad de las acusaciones. Que tengan fuerza y muestren la verdad contra las pruebas que ellos fabrican.

## Acompañamiento psicosocial

Para ganar el caso jurídicamente, se necesitan realizar muchas otras tareas que a veces nos pueden parecer poco importantes, pero sin ellas, no lograremos sacar a nuestro compañero, como: la alimentación, la salud, la compañía, la comunicación, el optimismo, el dinero para tantos gastos que se puedan tener.



En función del nivel de organización que tengamos y de nuestros recursos materiales, será el apoyo que les podamos brindar a nuestros compañeros presos. Tengamos siempre presente que nuestro papel es decisivo en estos momentos difíciles.

Como organización debemos distribuir la energía o las posibilidades que tenemos para que haya una estrategia de acompañamiento permanente. Por ejemplo, dividir las tareas entre todos, según los conocimientos y posibilidades de cada uno. **Lo importante es no abandonar a nuestros presos y presas a la mitad del camino.**

Procuremos que nadie se desanime de la organización, y por el contrario, vivamos esta situación como una oportunidad de fortalecimiento organizativo. A nosotros nos corresponde canalizar a todas las personas que se ofrezcan para ayudar, y así, poco a poco, podemos ir tejiendo una gran red de apoyo. Escuchemos todas las ideas que nos den, y con serenidad tomemos nuestros acuerdos.

- ✓ Mantengamos la calma, luchemos juntos. Tratemos de vivir nuestro coraje con serenidad y nuestra firmeza con claridad.
- ✓ Evitemos dejarnos llevar por la rabia y la agresividad. Nuestro objetivo es liberar a los detenidos, no lo perdamos de vista.

## Nuestro apoyo a las personas presas

- Desde el momento en que la persona ha sido detenida no debemos descuidar el brindarle nuestro apoyo y acompañamiento.
- Estar atentos si hay compañeros detenidos en situación de arraigo (crear una comisión que se encargue de ambos, tanto los detenidos en prisión como los arraigados).
- Es necesario adoptar una estrategia integral de defensa.
- Exigir ver al detenido para darle ánimos y serenidad. Pedir apoyo externo, cuando sea necesario, para conseguir hablar con él.
- Tener en cuenta las necesidades materiales y cubrirlas inmediatamente: cobijas, comida, ropa, material higiénico, dinero, tarjetas para llamar por teléfono, etc.
- Velar por su salud y llevar medicamentos si son necesarios.
- Permanecer vigilando la prisión para cuidar que no los saquen del penal a escondidas, así podemos evitar que sean golpeados o trasladados sin consentimiento.
- Permanecer informados de las condiciones en que ellos se encuentran, que sientan el apoyo moral recibiendo información del exterior y de los avances de su caso.
- Ayudar cuidándoles la milpa, recogiendo la leña, cuidando a sus hijos, etc., a los compañeros y compañeras presas y a las personas que se dedican a hacer los trámites.
- Buscar a grupos solidarios para que visiten a nuestros presos.

## En casos de tortura

Lamentablemente, no son pocos los casos en los que se aplica la tortura a las personas detenidas, bien para hacerles declararse culpables del delito prefabricado o bien para sacar información de la organización. Este hecho, a pesar de su práctica habitual, **es ilegal en México** y en todo el mundo.

Así, ante la posibilidad de tortura, como golpes, amenazas de muerte, maltratos, atentados contra su vida, deberemos tener en cuenta que:

- La tortura va encaminada a destruir la identidad de la persona mediante el dolor físico que les hacen pasar; tratan de destruir lo más profundo de su ser. Golpean nuestra dignidad, nuestros valores, nuestro ser, nuestra identidad. Nos golpean en lo más íntimo de nosotros mismos. Las consecuencias físicas y emocionales en las personas que han sufrido tortura física o psicológica son graves. Una persona torturada es una persona sumamente vulnerable, débil, insegura, indecisa, es una persona con un sufrimiento muy profundo. Por ello, en cuanto tengamos información de que alguien ha sido torturado, debemos brindarle todo nuestro apoyo, especialmente confianza, escucha sincera y comprensión; es urgente darle seguridad, certeza y compañía. Por supuesto atención médica, y de ser posible, psicológica, pero con personas de mucha confianza. □ Todas las personas tenemos un límite, este límite para soportar el dolor o el miedo es diferente en cada uno, esto es algo que las organizaciones tenemos que admitir, ya que quienes integramos colectivos, organizaciones, somos personas, no somos superhombres o supermujeres.

- Podemos ayudar más si de entrada comprendemos a los compañeros presos y evitamos que sientan que han traicionado a la organización. En estos casos, es muy importante decirles que la confianza que les tenemos no ha cambiado, porque solamente así, en una relación de mucha confianza, podremos hacer un equipo fuerte para ganar el caso.
- Sería conveniente tener estructurado un plan en el que, en poco tiempo sepamos que detuvieron a algún compañero o compañera, así podremos adoptar las medidas oportunas, tanto de apoyo al detenido como de protección de la organización. No se trata de crear héroes o traidores, sino de protegerse, proteger a la organización y ayudar a los que van a sufrir represión en todos los sentidos, partiendo de que son humanos y compañeros de lucha. (Ver «Anexo 1: Cómo afrontar la tortura física y psicológica»)

## **Nuestro apoyo a la familia**

**Una vez que hay un preso, hay una familia presa que tiene las mismas consecuencias.**

A menudo la persona detenida es considerada por la sociedad como culpable de un delito. Es necesario nuestro apoyo para dejar bien claro que el detenido o detenida está en esta situación por defender los derechos que todos tenemos y por lo que luchamos de forma organizada. Debemos explicar que está detenida por motivos políticos, y eso no la hace culpable de un delito. La organización es la que puede ayudar a que la familia no sea criticada duramente por la comunidad o por las mismas personas de la organización. Así podemos también generar una respuesta solidaria.

Con frecuencia consideramos a la familia como quien debe ayudar a la persona en prisión, pero a la /iz, la familia también necesita ayuda. Debemos recordar que el o la compañera detenida, lo es por pertenecer a una organización. Es el Estado el que oprime a la organización, aislando a estos compañeros ríe su familia, comunidad, organización, para desmovilizar nuestro movimiento.

## **Nuestro papel:**

- Durante los primeros días acompañemos a los familiares del detenido o detenida porque la preocupación es grande y necesitan tomar decisiones importantes. Además nuestra presencia hablará del compromiso o voluntad que tenemos de ayudar al compañero o compañera.
- El papel de la organización también debe ser el de tranquilizar a los familiares, darles ánimos, paliar o calmar el temor que sientan.
- Cuando hay detenciones hay que avisar a todos los familiares y reunidos para platicar con ellos, aclarar la situación y planificar los siguientes pasos de forma conjunta. Informarles les ayudará a calmar la angustia ante la incertidumbre.
- Se animarán al saber que hay gente pendiente de su caso y tienen un abogado defensor de confianza.
- Podemos ayudar a hacer los trámites necesarios.
- Asegurarnos de que los familiares regresen con bien después de su visita al juzgado o prisión.
- Estar atentos si la familia tiene necesidades de hospedaje y comida. En su caso, cubrirlas de forma ágil y rápida para que puedan centrarse más en la situación del o la detenida, en la búsqueda de testigos o pruebas.

- Brindar transporte a los familiares y visitantes de los presos facilita muchísimo, es más seguro, menos costoso en tiempo y dinero, especialmente durante las primeras semanas de la detención. Nos ayuda a ganar tiempo ya que en los primeros días (72 horas, tres días) el tiempo es decisivo para los términos legales como ya sabemos (Ver «*Guía de Apoyo a Personas Presas*»). Además, cuando las esposas o testigos no conocen la ciudad, pasan muchos trabajos encontrando la prisión o los juzgados.
- Muchas veces el desplazamiento requiere de todo un día de camino, por lo que es necesario un lugar seguro y de confianza donde puedan quedarse por una o varias noches. Si la organización tiene más y mejores contactos, puede buscar hospedajes de confianza para los familiares, testigos o grupos de apoyo. Lo mejor es que la organización pueda tener su propia **oficina o casa** a fin de que pueda garantizar el hospedaje a quienes llegan a la ciudad.
- Potenciar o fortalecer las relaciones con otras organizaciones para utilizar los espacios e infraestructuras disponibles en la ciudad. Es conveniente que las personas de las organizaciones solidarias estén informadas de los acontecimientos, para que puedan atender mejor a las personas que llegan con ellas.
- Contactar con familias solidarias que vivan en la ciudad o en un lugar cercano a la cárcel y que puedan brindar apoyo como: hospedaje, orientación para encontrar las oficinas que buscan, servir de punto de contacto para que conozcan y puedan relacionarse con nuevas organizaciones con mayor confianza.



## Ámbito político y mecanismos de difusión

Toda organización tiene una estrategia política a partir de la cual encamina sus acciones. En nuestro caso concreto de búsqueda de libertad para nuestros presos políticos, deberemos contar con un plan específico orientado desde las líneas estratégicas de nuestra organización. Este plan puede contemplar actividades en diferentes niveles, es decir, acciones dirigidas a diferentes actores sociales, acciones con distintos tiempos de ejecución, o en función de lugares geográficos, o en función de los ámbitos de la vida que queremos impactar:

- 1) Actores sociales: población en general, al interior de nuestra organización, a nuestros adversarios, a los funcionarios gubernamentales del poder ejecutivo, a empresarios, solidaridad internacional, instancias del aparato de justicia, legisladores.
- 2) Tiempos: a corto, mediano y largo plazo.
- 3) Lugares: comunitario, municipal, regional, estatal, nacional, continental, internacional.
- 4) Ámbitos de la vida: económico, educativo, fortalecimiento personal, social, intelectual, político.

Nuestras acciones para presionar políticamente pueden ser diferentes en cada movilización, busquemos con creatividad y llevemos a cabo esas nuevas

ideas. Vivimos en una época en que los gobiernos tienen ya estudiadas las medidas represivas para las acciones más comunes, pero si les sorprendemos podemos tener mayor impacto sin tener represalias tan severas. Podemos realizar acciones que sean pacíficas, y a la vez no sean consideradas por las leyes actuales como delitos, así rompemos la cadena, dejamos sin respuesta al gobierno y logramos nuestro objetivo.

Si nuestras movilizaciones también van dirigidas a concienciar y organizar a la sociedad, tendrán mayor impacto, porque **luchar por la libertad de nuestros presos, también es luchar contra todo el aparato de "justicia" de la nación.**

Debemos procurar en nuestra práctica el análisis y la reflexión para no caer en la improvisación, la emergencia permanente o las respuestas inmediatas sin considerar nuestras condiciones organizativas.

Teniendo en cuenta que la lucha por la liberación de nuestros presos y presas es una más de tantas luchas que en el país tenemos que afrontar, podemos planear nuestras acciones para tener mayor impacto a todos los niveles. Sin descuidar esta tarea, a la vez podemos ir fortaleciendo otras; dando pasos en la construcción de un país en donde la justicia sea una realidad.

Al denunciar la injusta, detención de nuestros compañeros, ejercemos presión a las instancias responsables de procurar justicia. A la vez sirven para que se conozca el caso y tratar de evitar que se produzcan violaciones a los derechos humanos de los presos.

Por ejemplo: Haciendo plantón frente al lugar donde los tienen detenidos, poniendo a la vista de todos los motivos de nuestra presencia. Los plantones se pueden hacer donde está el detenido o detenida o en instancias que sean significativas para lograr la libertad de los presos. También organizando marchas con reparto de boletines a la ciudadanía sobre lo ocurrido y dónde y cómo pueden ayudar. Marchas motorizadas, es decir, en vehículos. Denunciar el sistema judicial. Hacer evidente la corrupción. Elaborar una estrategia junto con medios de Comunicación para hacer una buena investigación y poder denunciar la situación con argumentos sólidos. Unir la información, aprovechar la ya existente, recopilar nuevas evidencias y publicarlas.

Iniciar una negociación si ésta es posible y si se dan las condiciones. Tener en cuenta que las personas presas son rehenes del gobierno. Analizar con seriedad las diferentes posibilidades, pensando en el movimiento sin descuidar a las personas implicadas. La comisión de prensa juega un papel importante en una etapa de negociación.

**La difusión** de un encarcelamiento injusto es decisiva **para la protección** del detenido o detenida, y también **como medida de presión** al sistema de impartición y administración de justicia para que le liberen. Es imprescindible que la comisión encargada conozca muy bien su tarea, porque en los primeros momentos debe actuarse rápidamente, ya que cada hora es decisiva.

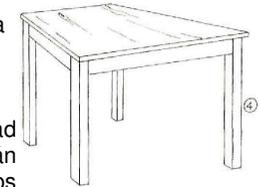
La difusión y la presión política van de la mano en este momento. Debemos ser ágiles y eficaces.

## Nuestro papel como organización:

- Estar en permanente contacto con: reporteros de radio, televisión, periódicos locales y nacionales.
- Utilizar el correo electrónico a nivel local, nacional, internacional.
- Difundir boletines de prensa cada día.
- Difundir toda la información nueva del caso, llevando un seguimiento detallado.
- Llevar un seguimiento de los funcionarios de gobierno señalados como responsables del injusto encarcelamiento, así como de actos de corrupción o abuso de autoridad, tortura, etc. para publicarlo inmediatamente.
- Contactar a diversas organizaciones de defensa y apoyo a presos, de derechos humanos y otras (estatales, federales, de otros estados e internacionales) para que incluyan a los de nuestra organización en sus demandas y difundan la situación.
- Mesas informativas en lugares públicos.
- Mantener informados a todos los miembros de la organización, especialmente a la comunidad, familiares y personas cercanas a los presos; así como a cada integrante de las comisiones.
- Permanecer informados todos para multiplicar la información a todos los niveles: entre amigos, familiares, vecinos, escuelas, organizaciones, medios de comunicación. Todos son importantes, ya que iremos tejiendo una red como una tela de araña en apoyo a nuestros detenidos. Contaremos con un mayor número de personas que conocen la realidad de lo que ha sucedido y podrán apoyar nuestras acciones.
- Llevar un seguimiento de las noticias que se presenten en los medios de comunicación sobre nuestro detenido u organización.

## Recursos económicos

Aunque el proceso de detención nos mueva a actuaciones urgentes en la defensa legal, en la búsqueda de contactos, en la preocupación por saber dónde y en qué condiciones se encuentre el detenido, debemos tener claridad desde la organización de los gastos que implicarán cada una de estas actuaciones. Esta claridad nos plantea las necesidades económicas que ya están surgiendo y que están por surgir. Ante ello, la organización debe pensar que la familia del detenido ha sido afectada, además de, otros aspectos, en su supervivencia económica. Se debe pensar también en las necesidades económicas para pagos de las gestiones a realizar para apoyar a nuestro preso.



Con la mayor rapidez que sea posible debemos ir pensando y organizando un plan de apoyo económico para el caso. (Ver «Anexo 2 Comercialización de productos»)



## 2. PREVENCIÓN: CONOCER Y PREPARARNOS



Como integrantes de Organizaciones sociales, campesinas, indígenas, estudiantiles, obreras, sindicales, etc. debemos conocer por qué y cómo se han dado las detenciones de los que hoy son presos políticos. En nuestro país permanentemente somos testigos de encarcelamientos injustos, para muchos no es de extrañarse que un día le aprehendan tener una orden de aprehensión en su contra. (Ver «Vida y Estructura Carcelaria en Chiapas N° 1» de esta serie).

Es por esto que consideramos importante reflexionar sobre aquellas acciones que podemos hacer para evitar que nuestros integrantes caigan en la cárcel por motivos políticos y de conciencia. Pretendemos incluir algunas ideas que puedan generar en cada organización el debate y creación de estrategias para fortalecer nuestras luchas.

Las detenciones de los presos han estado marcadas desde el inicio por muchas irregularidades:

1º Amenazan con hacer "valer el Estado de Derecho", lo que con frecuencia no es hacer valer la justicia, sino la voluntad de quienes están en el poder. Ellos hablan de Estado de Derecho cuando ven vulnerable su estabilidad económica o política.

2º Hacen correr el rumor de que te van a meter preso. Aquí se debe aclarar que se valen, muchas veces, de las mismas personas de la comunidad para difundir esa información.

3º Otra forma de presión es la vigilancia o seguimiento. Un día amanece vigilada tu casa por personas desconocidas, o bien, por alguien de la comunidad que no pertenece a tu organización, y cuando caminas, una o más personas te siguen. Esas mismas personas u otras, pueden preguntar por ti y por tus actividades. En ese momento debes de tener más cuidado.

4º Si continúas activa o activo en tu organización, entonces te fabrican delitos y giran una orden de aprehensión en tu contra. O bien, un día cualquiera que vas caminando, se detiene una camioneta y sin más ni más te suben a ella porque "estás detenido."

La mayoría de las veces estas detenciones se realizan con uso de violencia. Así pues, tu detención puede ser de dos formas:

1. Que te golpeen o te mantengan incomunicado uno o más días hasta que te confieses culpable.
2. Que te lleven a la cárcel municipal, distrital o a los separas de la Procuraduría de Justicia para después ser trasladado a cualquiera de los CERESOS.

## Prevenir

Pocas veces pensamos que nos van a reprimir, o en todo caso, es más un sentimiento difuso que una racionalización que nos permita actuar con más seguridad. Por ello, consideramos fundamental que los miembros de la organización tengan el mayor conocimiento posible de las situaciones en que se podrán encontrar y de los riesgos que van a tener que asumir. **Prevenir una detención no siempre es posible, sin embargo si pueden tomarse ciertas precauciones** que hagan más difícil la detención de los miembros de nuestra organización. Y si tenemos una actitud preventiva estaremos más fuertes para afrontar una detención, incomunicación e incluso golpes o amenazas.

## Conocer las formas de represión

Es saber cuándo y cómo se produce una detención, lo que puede ocurrir y cómo defendernos mejor. Es necesario aprovechar la experiencia y el conocimiento de expresos o personas que han sufrido situaciones en donde sus vidas han estado en peligro. Que nos cuenten su experiencia: ¿Cómo fue? ¿Qué les ayudó a enfrentarla? Es importante hablar sobre las experiencias que se han tenido. Eso nos fortalece como organización y nos da una preparación realista, que nos puede ayudar en situaciones de represión.

## **Reflejar la fuerza y unidad que tenemos como organización**

La fortaleza y la unidad manifiestas son también formas de protección que inspiran respeto. La represión sufrida por un miembro de la organización es también una forma de represión a la organización.

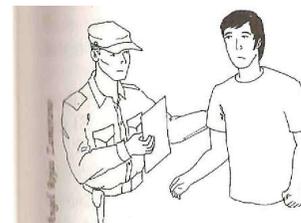
*«Alguna vez, no recuerdo qué organización, era muy respetada, pero ibas adentro y qué desmadre entre ellos; pero afuera mostraban unidad. Ahora, si es uno de una organización que se valora débil lo va a pasar muy duro.» Gildardo*

## Dividir tareas y organizar estrategias de seguridad y prevención

- **Organizar una comisión** encargada de la seguridad.
- **Organizar la seguridad** de todas las personas de la organización, haciendo un plan adecuado a las necesidades.
- **Saber a quién avisar.** Tener una agenda telefónica y de direcciones, de medios de comunicación, organizaciones de protección a los derechos humanos, instituciones, abogados y otros. (Ver «*Directorio N° 6*» de esta serie)
- **Conocer:** Las leyes, los primeros pasos legales (Ver «*Guía de Apoyo a Personas Presas N° 2*» de esta serie) Cuantos más conocimientos jurídicos tengamos, mayores posibilidades de defensa tenemos, por lo que se sugiere que se impartan talleres donde los miembros de nuestra organización puedan conocer los elementos jurídicos fundamentales y tengan a su disposición los documentos que sustenten ese conocimiento. Para esto es bueno siempre tener a la mano; la Constitución Política, Código Penal, Código de procedimiento penal, Reglamento Interno para CERESOS en Chiapas (Ver «*Guía de Vida y Estructura Carcelaria en Chiapas N° 1*» de esta serie), Ley de Amparo, Normas mínimas para el tratamiento de reclusos, Manuales de práctica penitenciaria, Directorios, entre otros muchos.
- **Estar alerta**, no caer en la confianza excesiva, **tener precaución.** Recordemos que históricamente grandes líderes han sido asesinados por ser excesivamente confiados.

Pero esto no es suficiente, **es necesario que se adquiera una cultura de prevención.** Para ello toda organización debe hacer posible que cada miembro conozca cómo puede defenderse. Recordemos que el conocimiento y la experiencia nos darán elementos para defendernos.

## Amenazas, rumores y órdenes de aprehensión



### ¿Qué hacer?

- ✓ Averiguar cuál es el delito por el que se acusa, si es un delito común o federal. **Conocer bien el caso.** Para esto debemos realizar una investigación seria para fundamentar la arbitrariedad cometida, hacer una buena declaración, presentar las pruebas más adecuadas y denunciar la injusticia que se está cometiendo.
- ✓ Una vez conocidas las causas que motivan la orden de aprehensión **solicitar un amparo.**
  - ✓ Si nos han otorgado el amparo hacer varias copias y guardarlas con diferentes personas (abogado, familia y organización).
  - ✓ Si es posible contactarse con abogados o abogadas para que hagan las averiguaciones correspondientes y se encarguen del caso.
  - ✓ Si tenemos datos confiables sobre quién es la persona que amenaza, dónde, cuándo, testigos, antecedentes y motivos, podemos realizar una queja en el centro de derechos humanos más cercano a tu comunidad. (Ver «*Directorio*»). También, si así lo decidimos, y si no hay riesgo de que detengan a los denunciantes, se puede presentar una denuncia ante el Ministerio Público para que existan antecedentes sobre el hostigamiento al que se está sometido. Debes ir siempre **acompañado** de una persona de confianza, del abogado de tu organización o del centro de derechos humanos al que hayas acudido,

- ✓ Denunciar públicamente estos hechos, en radio, televisión, periódicos, revistas, organizaciones solidarias. (Ver «Directorio»)
- ✓ Si es posible difundir la vida de nuestro compañero, su tarea, los cargos que ha tenido, sus estudios, así daremos a conocer más a esta persona.
- ✓ Que no salga de la colonia o comunidad quien tiene orden de aprehensión (o hay rumor). Si es necesario **ir siempre acompañado**.
- ✓ Organizar la vigilancia desde la organización.
- ✓ **Apoyarnos mutuamente**. Como organización, respaldar rápidamente al o los compañeros.
- ✓ Si se trata de una compañera que está embarazada, extremar los cuidados y la atención médica.

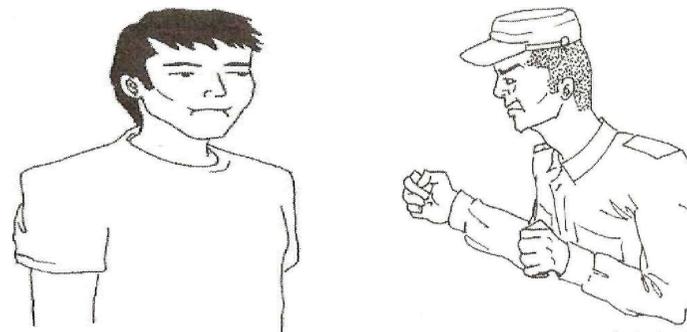
### Algunos consejos prácticos

Nuestro cuerpo reacciona ante los problemas que vivimos. Podemos sentir cambios en él: rigidez en los músculos, dolor intenso de cabeza, diarrea o estreñimiento. Estas manifestaciones físicas se presentan a causa de la gran preocupación que tenemos al saber que nosotros o alguien cercano puede ir a prisión.

Estos malestares expresan nuestra angustia y pueden calmarse si realizamos un plan de actividades, porque generalmente la angustia se reduce cuando estamos ocupados. Estos malestares físicos no cambiarán hasta que se resuelva el problema. Por eso es necesario tener algunos cuidados durante este tiempo como: cuidar nuestra alimentación, usar plantas medicinales para calmar el dolor de cabeza, la diarrea, esto para poder dormir bien; masajes en el cuerpo para relajar los músculos y calmar dolores de cuello y espalda.

Al saber que tenemos una orden de aprehensión es natural que podamos sentir miedo. El miedo es un impulso natural del ser humano. Es un mecanismo de defensa que debe ser utilizado no sólo para protegernos, sino para afrontar la situación de una mejor manera y poder actuar con mayor seguridad, tratando de no bloquearnos.

Nuestras reacciones ante el miedo pueden ser: estado de alerta, inmovilización, obsesión, culpabilidad, sentimiento de fragilidad, indefensión, impotencia, alteración del sentido de la realidad, reacciones corporales como sudoración, temblor, fatiga, entre otros. Debemos conocer cómo reaccionamos cuando sentimos miedo y aprender a afrontarlo.



Ángel Rojas Zam

¿Cómo lograr un manejo del miedo para convertirlo en una fuerza positiva?

- Reconocer que siento miedo porque estoy frente a un peligro.
- Tomar la decisión de controlar o manejar este sentimiento. Desarrollar nuestra fuerza vital para manejarlo, no permitir dejarnos abatir por él.
- Tratar de controlar todas las reacciones que el miedo provoca en nuestro cuerpo. Mediante la respiración profunda y manteniendo una postura corporal activa.



*Hesperian Foundation*

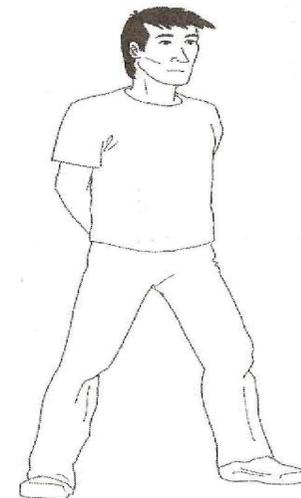
- Analizar sus causas, darnos un momento de discernimiento antes de responder, compartir esta reflexión con otras personas.
- Evitar actitudes rígidas como negar los hechos, ocultar los sentimientos.
- Compartir lo que sentimos y promover la solidaridad con los que me rodean.

Debemos estar preparados mentalmente para afrontar cualquier situación difícil que pueda venir. Debemos fortalecer nuestras convicciones y la confianza hacia nosotros mismos.

**Dar sentido a lo que nos está pasando nos ayuda a responder mejor.**

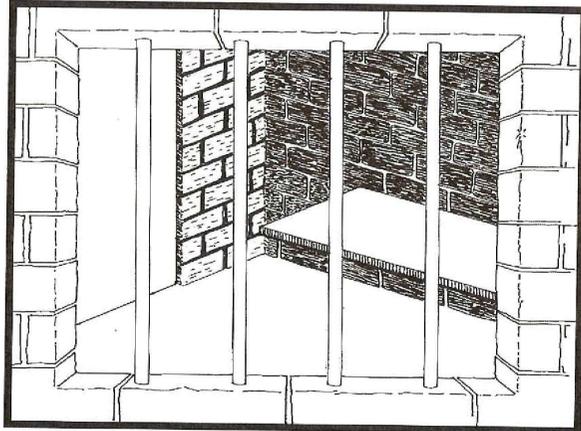
**¿En qué momento podemos buscar apoyo psicológico?**

Si sientes que tu vida o la de tu familia han cambiado desde que se enteraron de la orden de aprehensión o las amenazas de encarcelamiento, y necesitas un apoyo para actuar más sereno y más seguro, puedes recurrir a una psicóloga o psicólogo de confianza. (Ver «Anexo 3: Cómo manejar las consecuencias emocionales ante una preocupación muy grande»)



*Angel Rojas Zamorano*

### 3. Internamiento. Llegada y estancia en prisión



*Francisco Javier González Muñoz*



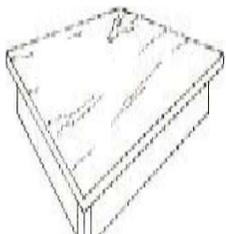
Nos encontramos ahora en el momento en el que ingresan a la prisión nuestros compañeros porque el juez ordena que deberá seguir investigando si son o no culpables de los delitos que se les acusa. El juez gira una orden de formal prisión.

Ahora estamos ante un proceso jurídico que puede durar meses o varios años. Es oportuno reforzar nuestra relación con nuestros presos, con su familia, su comunidad, grupos solidarios y entre los miembros de la organización para nuevamente trazarnos un plan integral de defensa en favor de nuestros compañeros. Recomendamos leer las guías de apoyo a personas presas, guía de apoyo a la familia y guía de apoyo a grupos solidarios para comprender mejor el papel que cada uno tiene ante esta situación de encarcelamiento.

## Plan integral para la defensa de nuestros presos durante una estancia prolongada en prisión

Como vimos durante la detención, era necesario hacer un plan integral de defensa, cuando se dicta orden de formal prisión a nuestros compañeros e ingresan a una prisión también es urgente hacer un plan amplio que abarque estos mismos ámbitos:

**Defensa legal y protección a los derechos humanos. Acompañamiento psicosocial. Seguimiento político y difusión de los hechos. Obtención de recursos económicos.**



### Defensa legal y protección a los derechos humanos

*«Que existiera un abogado de confianza y honesto que estuviera pendiente de mi situación jurídica, el proceso y darme asesoría legal.»*

Anselmo

No es lo mismo denunciar la situación de nuestros compañeros y exigir el respeto a los derechos humanos y unas condiciones de vida digna en el interior del penal, que presionar políticamente para la resolución favorable del proceso. Es necesario luchar tanto por un **trato digno al interior del penal** como **lograr la libertad** de nuestro compañero. Ambas luchas están relacionadas, pero a menudo necesitan acciones distintas, no por ello debemos olvidar ni una ni otra.

Es importante denunciar públicamente y ante los organismos defensores de los derechos humanos gubernamentales y no gubernamentales, los abusos de autoridad, cobros injustificados, maltratos y amenazas, tardanza o retraso en el proceso legal, delitos prefabricados, testigos comprados y demás irregularidades que se produzcan dentro y fuera del penal. Estas denuncias deben estar avaladas por la organización y debe ser ella misma quien las difunda para darle validez y demostrar que se está pendiente del caso.

Es deseable que haya una comisión **encargada de la defensa jurídica de nuestra organización.**

Puede ser un departamento de abogados dentro de nuestra organización o tener asegurado el apoyo de un abogado externo. Esto evitaría buscar a un abogado que no conocemos y que puede llevar el caso con menor diligencia de la que deseamos, e implicaría un gasto mayor.

## Condiciones de las personas presas en el interior del penal

- Conocer el nombre, número o letra del edificio o celda en donde se encuentra el preso. Cada prisión debería tener una clasificación, sin embargo en México aún es un vacío legal. Debemos corroborar si la prisión es correcta según el delito del que se le acusa y su lugar de origen.
- Considerar las especiales circunstancias de las mujeres a la hora de informarles de sus derechos en el interior del penal para que tengan mayor seguridad. Que nos comuniquen lo que les ocurre y denunciarlo inmediatamente. Que la organización sienta tan propias a las presas como a los presos.

## ¿Qué hacer con los pagos que exigen dentro del penal?

Hay que pagar por tener una celda, una cama o una celda para la visita familiar. La situación de los presos en el interior (Ver «*Guía Vida y estructura carcelaria*») depende, muchas veces, de los recursos económicos que tenga. **Esa situación, injusta e ilegal, provoca muchos abusos en el interior del penal.**

Podemos decir que existen dos formas de afrontar este problema económico;

1. **Aceptarla como la forma corrupta** pero única dentro de la prisión, Si se acepta, la organización debe asumir su responsabilidad y cubrir esos gastos: **ingreso, talacha, cantón y supervivencia.**
  2. **No aceptarla y denunciar** la situación públicamente y en el interior del penal: a través de los medios de comunicación, a la Comisión Estatal y Nacional de Derechos Humanos, a instancias gubernamentales (Ver «*Directorio*»). En el interior del penal, la denuncia y la negativa a pagar tendrá mejores resultados si el número de presos es significativo. La organización, por su parte, debe apoyar y denunciar desde el exterior para que el preso no sufra represalias.
- Cuando se producen atropellos y violaciones de los derechos humanos en el interior del penal, el o la presa deberá dar los detalles de su situación; la organización debe difundirla y tramitar la denuncia en el exterior a organismos de derechos humanos, medios de comunicación, etc., para evitar las represalias y proteger al compañero o compañera.

## Proceso jurídico y libertad de las personas presas

- ✓ **Llevar un seguimiento** de la situación del proceso penal de cada compañero preso. Designar a una persona o comisión para distribuir mejor las energías de la organización.
- ✓ **Diseñar la estrategia de defensa** con el o la abogada, los familiares y la propia persona presa. La comunicación y el trabajo conjunto es fundamental para una buena defensa y para que todas las acciones (legales, de acompañamiento, políticas y de difusión) vayan coordinadas.
- ✓ **Dar información sobre el caso.** Que la organización reúna a la familia para reflexionar cómo se sienten con el defensor, con el plan de defensa, cómo ven el proceso. Ir resolviendo las dudas o dificultades antes de que se conviertan en problemas mayores.
- ✓ **Facilitar pruebas y documentos al abogado.** Explicar muy bien al abogado o abogada las circunstancias de la detención, aportar todas las pruebas y testimonios posibles. Buscar las tareas que puedan ayudar al abogado en la defensa. Todo puede ser importante: antecedentes personales, demandas justas de la organización, otros momentos de represión que han sufrido, imágenes, fotografías, videos, etc.
- ✓ **Tener en cuenta en la defensa legal** el uso de las imágenes que las Fuerzas de Seguridad Pública pudieron haber recogido de nuestras actividades. También recoger las imágenes que gente cercana (organización, amigos, familiares) hayan tomado. Estudiar con el abogado qué debemos hacer si algunas imágenes son utilizadas para amenazar a los presos y a sus familiares.

- ✓ Hay defensores de oficio corruptos. Lo mejor es tener un abogado particular de confianza, pero cuando no es posible y no conocemos como organización o familia cómo se debe llevar el proceso legal y desconfiamos del defensor, podemos recurrir a personas de organizaciones con mayor experiencia que nos acompañen a las reuniones con el defensor, para que íe marquen qué puede y no puede hacer; hacerle saber al defensor que no están solos, que hay testigos, gentes que conocen el proceso. De ser posible cambiar inmediatamente de abogado. Un ejemplo de algo ilegal, es cuando algunos defensores dan el citatorio a la familia del preso y le dicen que tiene que entregarlo a los acusadores. De ninguna manera deben aceptar. Algún miembro de la organización puede acompañar a los familiares para que no vuelva a suceder.
- ✓ Denunciar irregularidades. Ante las irregularidades en el proceso por corrupción, decidir con la defensa la mejor estrategia. Denunciarlo inmediatamente buscando buenas pruebas.
- ✓ Aunque el caso se alargue meses y años, no abandonar la lucha legal para demostrar la inocencia de nuestro compañero preso, agotar todas las posibilidades e instancias en México e internacionales.
- ✓ La organización debe conocer los recursos legales. Si no es así, platicarlos con el abogado para ver qué pasos debemos ir dando en cada momento. Nunca dar la batalla por perdida.

## Acompañamiento psicosocial

*«Si se garantizara el bienestar de mi familia, que sea apoyada por vecinos, comités de apoyo y miembros de la organización para que fueran superando poco a poco la difícil situación económica y psicológica.» Aurelio.*

Contar con una **comisión encargada de nuestros presos es esencial**. Las posibles funciones de esta comisión son:

- Proponer y aplicar medidas de seguridad en la organización y en sus actos.
- Tener conocimientos jurídicos básicos.
- Tener conocimiento de las organizaciones de defensa de los derechos humanos, abogados, médicos, psicólogos, etc. Disponer del directorio y de contactos de confianza.
- Realizar el seguimiento del caso: detención, internamiento y salida.
- Coordinar y asegurar que siempre haya visitas, no sólo con la familia.
- Comunicación constante con la familia, los presos y los abogados.
- Llevar y traer las cartas, comunicados
- Estar pendientes de las necesidades materiales, de las propuestas de actividades, canalizarlas hacia la organización.
- Recoger y transmitir las propuestas de los presos.
- Proponer a la organización estrategias a corto, medio y largo plazo.
- Garantizar la difusión de boletines en el interior de la prisión



## Apoyo a la persona presa

### 1. Las visitas

La cárcel produce miedo, inseguridad. Para que las personas que visitan por primera vez un penal se impacten lo menos posible y regresen nuevamente de visita, es necesario que estén preparadas, sepan cómo son las visitas; las colas, los cáteos, cómo debe ir vestida y qué puede y

qué no llevar.

- No ir solos a la visita, que alguien sepa si llegamos o no a nuestro destino.
  - Estar seguros de que los visitantes no estén siendo buscados también o tengan una orden de aprehensión en su contra. Si algún miembro de la organización tiene sospechas de tener una orden de aprehensión, que no visite el penal.
  - La percepción que tenemos del tiempo en el exterior es que pasa muy rápido, pero en el interior del penal es muy lento y difícil, hay que tenerlo en cuenta para garantizar visitas regulares durante todo el encarcelamiento. Intentar en todo momento que los presos no se sientan aislados.
  - Las visitas también son importantes para "decirle" a los directivos de la cárcel y al gobierno que estamos pendientes, que la persona presa no está indefensa y sola, que la organización tiene fuerza y sigue luchando y apoyando. Al visitar estamos rompiendo el aislamiento en el que el gobierno pretende dejar a las personas, así su estrategia queda vencida.
- Cuando uno llega de visita debemos evitar el llanto, pues el preso puede quedar más preocupado. Hay que dar ánimos y aguantarse las ganas de llorar.
  - Recibir noticias anima y fortalece. Enviar cartas y animar a otras organizaciones, amigos, vecinos, familiares a que las envíen.
  - Una de las sensaciones más fuertes y difíciles que afrontan nuestros compañeros, es la incomunicación, no poder tener una visión global de lo que sucede, no tener la información al día. En las visitas debemos facilitarle toda la información necesaria y la que solicite de la organización, (cómo vamos, qué hacemos, en qué estamos), de la comunidad, de la familia y también de su caso.
  - Escuchar sus opiniones, sus propuestas y decidir conjuntamente. En la cárcel se llega a escuchar y hablar de lo que el preso o la presa desea. Es un espacio dedicado a él o ella y no a nosotros.
  - En las visitas preguntarles si necesitan alguna cosa, cómo están de salud, cómo se sienten. Enterarnos de sus necesidades y apoyarlos desde la organización. Ver qué le hace falta a su familia. Aportando lo que haga falta o buscando con otras organizaciones que puedan ayudarnos para resolver esas necesidades (Ver «Directorio»).
  - A veces nuestros compañeros se sienten desesperados y desconfían de la organización, piensan que no les quieren ayudar. Hay que comprender la situación y reforzar la confianza apoyándoles y platicando con ellos sobre esto, contándoles todo lo que estamos haciendo y cómo van las cosas.

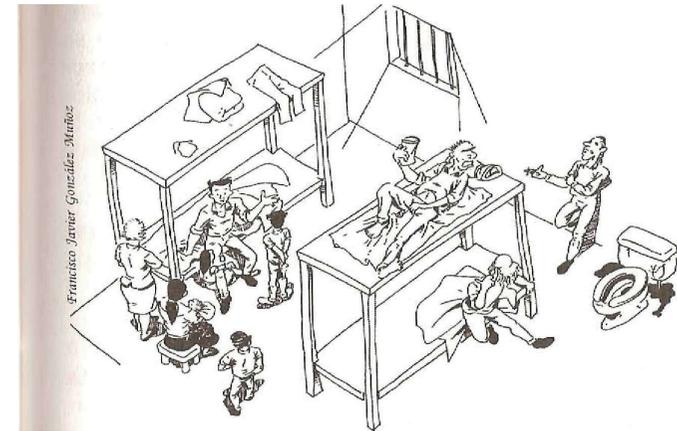
Serie La Cárcel y su Afrontamiento Personal y Colectivo

- Las mujeres presas viven situaciones distintas a las de los compañeros. Hay cosas que son más cómodas compartir entre mujeres. Hay que practicar la ayuda mutua entre las compañeras de la organización. Acompañarlas.
- Cuando se acercan las fechas de la posible liberación, las esperanzas de los compañeros crecen. Si las cosas salen bien, adelante. De lo contrario, es el momento en el que más necesitan nuestro apoyo moral, porque cada vez que sucede esto te vas hundiendo más. Cuando alguien ya lleva mucho tiempo y se acercan las fechas de posibles liberaciones, hay que estar muy cercano al preso para apoyarle y decirle: *"Aguanta, Resiste"*,
- Se debe tener mucho cuidado sobre las noticias que se le da a la persona presa, así no se crearán falsas expectativas. Los presos necesitan información real.



Francisco Javier González Muñoz

**2. La vida en prisión**



Quando el preso no conoce a nadie, se deja llevar por lo que supone; por los rumores o por lo primero que le dicen los demás presos. Cuando llega a la prisión, sentirá mayor seguridad al encontrarse con alguien conocido, que también ha sido aprehendido. Las cosas cambian cuando es recibido por una persona o un grupo. De no conocer a nadie, es bueno que se acerque a una persona, organización o asociación de presos que le dé confianza, y que de preferencia hable su misma lengua, para así conocer más sobre el ambiente en el que se encuentra,

^"Una tarea de la organización es contactar con otras organizaciones que tienen presos en la cárcel para que los esperen y les ayuden a nuestros compañeros. Ellos podrán sentirse más seguros, Con la experiencia de otros, podrán organizarse y defenderse con mayor fuerza.

Promover actividades (taller de artesanías, de literatura, música, hacer equipos para el deporte, trabajos en común, convivencia con otros presos, círculo de estudios) dentro de los penales donde se tienen compañeros. Es conveniente por varias razones: Para facilitar esparcimiento y bienestar psicológico a cada uno, pero también para ir modificando lo inhumano que resulta la cárcel. Se debe procurar que este beneficio se extienda a otros internos.

Tipos de actividades que se pueden fomentar desde la organización animando y facilitando los materiales necesarios para su realización:

- Aprender a tocar algún instrumento y enseñar a otros su ejecución, ya que la música es un arte de los más completos. La música tiene la posibilidad de cambiar el ambiente de un lugar, mueve los corazones, alimenta el alma, nos hace más fuertes. Estudiar música para crear dentro de la prisión una escuela formal o conformar grupos musicales espontáneos con instrumentos o coros.
- Dibujar, pintar, leer nos abre las puertas para salir de la realidad cotidiana, nos permite ser creadores, nos ayuda a reflexionar.
- Seguir o concluir estudios. Aprovechar el tiempo, hacer cosas para uno mismo. Tomar este tiempo para aprender.
- Fomentar el deporte: basquetbol, fútbol, voleibol. El ejercicio físico es fundamental para mantener la salud, ya que descarga la energía negativa que nos producen sentimientos como: coraje, rabia, agresividad, impotencia.

Elaboración de artesanías, que además de proporcionar ingresos económicos, ayuda a mantener la mente ocupada.

## **Estar activos es vital para la salud mental**

Para lograr establecer actividades de trabajo, estudio, deporte, diversión y fortalecimiento al interior de los penales se requiere:

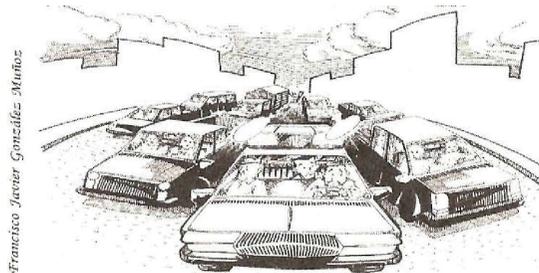
- Un grupo constante de voluntarios deseosos de consolidar las actividades con su visita regular y muy puntual. La organización puede platicar con ellos, agradecerles y coordinar esos esfuerzos.
- Una o dos personas externas de la organización encargadas de coordinar a estos grupos de voluntarios. Apoyándoles a conseguir materiales, más voluntarios, ayudándoles a entender cómo es la vida carcelaria y motivarlos a mantener su aportación, señalándoles los beneficios que obtienen los presos.
- Que la organización obtenga los materiales que requieran los voluntarios y los presos para realizar sus actividades.
- Hacer las gestiones necesarias ante la dirección de los penales y otras instancias gubernamentales o no gubernamentales que tengan que ver con el acceso de instrumentos, materiales, permisos, etc.

«Las visitas animan, cuando nos dicen luchamos por ustedes, otros se preocupan, entonces vemos que unos no nos quieren pero otros sí, eso nos hace sentir mejor.»  
Miguel

## ¿Cómo ayudar a quien está deprimido?

La depresión y sensación de soledad son muy comunes entre las personas presas. Si hablamos de presos políticos, las acciones externas de su organización son muy necesarias, reactivarán su conciencia política, se fortalecerán y se animarán para seguir adelante. Entre compañeros, debemos dar fortaleza al deprimido para que *atempere* o cambie sus mecanismos negativos. El acompañamiento hacia la persona detenida deberá ser promovido, más cuando ésta se encuentre deprimida. Habrá que invitarla a platicar, a leer, a realizar alguna actividad manual; podemos comer con ella, en fin, no debemos dejarla sola. La persona deprimida cambiará poco a poco su estado de ánimo. Muchos presos, gracias al acompañamiento, han salido adelante, han vuelto a comer, a dormir normalmente; vuelven a jugar, a trabajar. Les regresan las ganas de seguir viviendo.

## Traslados durante la estancia en prisión



La organización debe conocer y denunciar cualquier irregularidad en los traslados. Si le es negado como derecho o si es trasladado como una forma de represión y castigo.

## Traslado como derecho

Todo preso tiene derecho de solicitar su traslado a una cárcel que esté más cerca de su residencia, para que sus familiares, amigos y compañeros tengan mayores posibilidades de visitarlo.

En caso de compañeros en situación de arraigo, el lugar donde sea arraigado debe ser confiable. Puede ser en su misma casa, y si no es así, como organización se debe exigir que se realice el arraigo en condiciones dignas.

## Traslado de la cárcel al hospital

Este es un tipo de traslado especial porque se produce cuando la persona presa está enferma. Desgraciadamente se ha dado sólo en casos de emergencia médica o insistencia por parte del preso.

Aunque es un derecho, es muy difícil tener la valoración médica y el tratamiento correcto.

## Traslados como represión

Aunque en el Reglamento de los Centros de Prevención y Readaptación Social no se menciona al traslado como un castigo, (Ver «Anexo de Guía de Vida y Estructura Carcelaria») son comunes los casos en que internos son trasladados a otras cárceles o de una celda a otra, o bien, de un cantón a otro dentro de la misma celda, como formas de represión e intimidación. Lo hacen con quienes buscan organizarse, se manifiestan en contra de los presos o autoridades de prisión defendiendo sus derechos.

Cuando se tiene indicios o rumores de ser trasladado y no se desea, entonces, con apoyo de su organización deben solicitar un amparo para no ser trasladado. Deberán entregar copias a las organizaciones no gubernamentales de derechos humanos e instancias oficiales de la prisión y dirección general de los CERESOS para evitar el traslado.

### Traslado de una prisión a otra

Los traslados de una prisión a otra se dan generalmente de manera arbitraria, sin el consentimiento del preso o presa. Se dan por petición de los precisos o alcaides. Las razones pueden ser diversas, por ejemplo: para perjudicar los intereses de los grupos de poder al interior que están de acuerdo con las autoridades del penal; para dividir la organización al interior o para separar al preso de sus compañeros; para complicar las visitas de los familiares, amigos y compañeros trasladándolos a un lugar más lejano. Es importante que la organización esté pendiente de estos movimientos que se hacen de manera sorpresiva, preguntar ante el penal a dónde fue trasladado y por qué motivos, para así documentar el hecho. Si el preso requiere ser trasladado, la organización podrá realizar los trámites para intentarlo.

### Traslado de una celda a otra

Este traslado, por lo general, se da de manera arbitraria, por choques con los grupos de poder al interior de una celda, por no acatarse a las reglas o por razones de espacio. El preso puede solicitar, si hay espacio, su traslado a donde están sus demás compañeros.

### Traslado de un cantón a otro dentro de la misma celda

Este tipo de traslado no es la excepción, la mayoría de las veces los traslados son arbitrarios y si no es así, es porque existen conflictos entre los mismos internos.



*Francisco Javier González Muñoz.*

*«La tristeza de las familias es la nuestra. Estoy contenta de haber acompañado a las familias.»  
Mónica*

Se considera a la familia como la que debe ayudar al preso, pero cuando se trata de un proceso largo de meses o años, también la familia de la persona aprehendida necesitará del apoyo de su comunidad, organización, amigos y otros familiares.

Es fundamental tener un plan de acompañamiento a la familia a largo plazo:

- ❖ Apoyarles tanto en lo moral como en lo material y en la vida diaria.

- ❖ Seguir manteniendo el contacto con los familiares, no sólo para el proceso jurídico, sino también para contarles qué estamos haciendo, para animarles, para que no se sientan solos frente al problema.
- ❖ Escuchar sus necesidades, sus sugerencias sobre qué hacer respecto al preso, al proceso de defensa y su vida al interior del penal.
- ❖ Acompañar a las familias en la visita a prisión. Organizar turnos en las organizaciones, coordinar con las familias y amigos para que haya una constancia de visitas. Respecto a la actitud de estas visitas se recomienda guardar la tristeza, no llorar frente a él o ella, porque lo puede desanimar. Tratar de transmitirle calor, ánimo.
- ❖ Facilitar las visitas. Brindar apoyos económicos para que puedan visitarles sus familiares con regularidad, de esto dependerá en gran medida el bienestar y la fortaleza del preso para soportar la cárcel.

La relación con otras organizaciones que también tengan o hayan tenido presos es importante, ya que podemos aprender de las experiencias y los procesos que ellos pasaron para afrontar la situación. Podemos pedir y dar solidaridad a nuestras demandas en torno a la liberación de nuestros presos.

Si los presos, detenidos o desaparecidos son una causa común para nuestras organizaciones o movimientos habrá que manifestarlo juntos y juntas.

## Ámbito político y mecanismos de difusión

*«Sería más fácil si en la ciudad hubiese una oficina de contacto con nosotros. También si hay movilización afuera pidiendo nuestra libertad.»*

Anselmo

Los presos deben tener el respaldo de la organización que se encuentra fuera del penal, que sean reconocidos como una prolongación más de su movimiento o lucha dentro del penal. Hay que recordar que si la organización tiene presos por su lucha política, la organización también está presa. Es necesario que coordinen acciones conjuntas dentro y fuera para demandar claridad en el proceso penal y condiciones dignas en la cárcel.

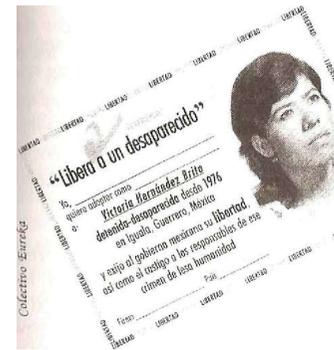
Platicar, escuchar y decidir junto a los presos los pasos a seguir es una de las tareas de la organización. Disponer de toda la información: situación al interior y situación de la organización en el exterior. Tener una política organizativa conjunta, coherente, que tome en cuenta a los presos, puesto que son miembros de la organización y todo esto afecta en sus vidas y en las decisiones que se puedan tomar sobre su futuro.

Es necesario que se mantenga el espíritu de unidad a pesar de estar detenidas personas de importancia para la organización, no se debe permitir ser descabezados porque no están los compañeros que más animaban, asumir el lugar que haya quedado vacío y pensar con claridad cuál es la situación, a quiénes hay que recurrir, cuál es el plan que toda la organización está dispuesta a seguir.

Si en el penal hay varios presos de una misma organización, se debe procurar (aunque estén en distintas celdas) que mantengan unidad y comunicación; que intercambien sus experiencias, intercambien información acerca del penal, que se protejan entre ellos, que documenten y lleven un registro escrito de cómo se desarrolla el proceso penal, de las posibles amenazas, día, hora y personas implicadas; que no tomen decisiones, firmen documentos o se comprometan a nombre de la organización y de los demás compañeros, ya que esto puede causar una división dentro de la organización y la pérdida de confianza entre ellos.

Se debe apoyar a la organización de presos políticos al interior del penal. Las tareas son muchas y es decisivo que ellos tengan un **punto de contacto externo**. Podemos generar condiciones para que al interior puedan presentar denuncias y lograr cambios relevantes en el sistema penitenciario.

Cuando hay una organización se protegen mejor, resisten mejor, se hacen más visibles para el exterior, potencian la solidaridad nacional e internacional. Cuando los presos realizan acciones en el interior, habrá que coordinarlas con acciones de apoyo y denuncia en el exterior. **No hay un solo camino para luchar, hay muchos caminos**. Desde la religión, la cultura, la política, lo jurídico. Por ejemplo, podemos buscar a los principales de la iglesia, para hacer ayunos y oración por la libertad del preso.



Editar tarjetas postales con la fotografía de nuestros compañeros presos, con los datos para ser enviadas al presidente de la república y otras autoridades.

El reconocimiento externo da fuerza para seguir adelante, para seguir luchando, para darle sentido al sufrimiento.

Es preciso elaborar un informe de actividades que lleve a cabo nuestra organización y otras organizaciones afines de manera semanal, quincenal o mensual. Esto permitirá mantener informados a la opinión pública, a los grupos solidarios, a los medios de comunicación y a los mismos presos.

La organización tiene que tener una estrategia política muy clara durante todo el internamiento para lograr la libertad de sus presos, además de velar porque se protejan sus derechos en el interior del penal: visualizar a sus presos, reivindicarlos en todas sus acciones, "conmemorar/denunciar" aniversarios de detenciones, de tiempos en prisión para denunciar la injusticia. Pensar y actualizar las acciones, no hacer siempre las mismas cosas.

Informar a la comunidad y a la organización de la situación de la persona presa constantemente. Esto evitará señalamientos posteriores, visualizará el sufrimiento, pero también la lucha; evitaremos el olvido, pues la persona presa sigue formando parte de la comunidad y de la organización, sigue teniendo su lugar aunque esté ausente. Recordarla en fiestas, oraciones, asambleas y otras acciones.

El abandono del preso, a menudo, tiene que ver con la desorganización, con el cansancio, con la aparición de otros problemas organizativos o de estructura. Fomentar el trabajo en equipo, la dirección compartida (cuando hay muchos integrantes dinámicos la organización es más fuerte). Todos debemos mantenernos vigilantes y activos.

El gobierno puede intentar alejar de la organización a los presos y a algunos líderes. Para evitarlo, hay que fortalecer la dignidad y denunciar si es bajo tortura, amenazas o presiones.

A veces las organizaciones únicamente se preocupan de sus propios presos, debemos unirnos con otras organizaciones para emprender caminos cercanos y tener más fuerza en nuestros objetivos.

Dentro de nuestras posibilidades, se puede negociar con las autoridades, y si no es posible, deberemos realizar acciones fuertes de presión para poder solucionar la situación.

**Lograr una buena estrategia de difusión** es decisivo en el momento actual, porque la estancia en prisión puede prolongarse durante varios años. Nuestra insistente denuncia pública debe permanecer a lo largo del tiempo. Nosotros somos quienes, manteniendo información pública sobre este injusto encarcelamiento, podemos realizar actividades para la defensa de nuestros compañeros.



Francisco Javier González Muñoz

Como decíamos antes, queremos llegar a toda la población e instituciones para dar a conocer:

- Cómo se desarrolla el proceso jurídico.
- Quiénes son los jueces y funcionarios públicos de los juzgados encargados de dar seguimiento a la investigación y juicio y cuál ha sido su proceder.
- Quiénes son las autoridades y funcionarios penitenciarios y cuáles son las condiciones de vida al interior de la prisión.
- Qué acciones hemos realizado en defensa de su libertad.
- Qué atropellos hemos sufrido.
- Condiciones de las personas presas.
- Condiciones de sus familiares.
- Contexto de su lugar de origen (comunidad, región).

- Situación de los presos cuando son trasladados como una forma de represión. También si han solicitado su traslado a un penal más cercano a su comunidad de origen y no reciben respuesta violando sus derechos.

Cada caso requiere de un trato especial, un plan de acción específico y contactos para mantener informada tanto a la opinión pública como a nuestra organización y organizaciones solidarias.

Debemos tener presente que podemos recurrir a medios masivos de comunicación, pero también de persona a persona, en reuniones pequeñas, en asambleas comunitarias, etc. Debemos emplear todos los medios a nuestro alcance como: cartas, volantes, desplegados, carteles, periódicos murales, folletos, audiocasetes, videos, avisos y programas de radio, teatro, mesas informativas, visitas a hogares específicos para informarles con más detalle.

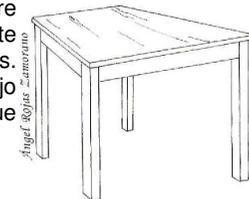
Algunas tareas que nos pueden ayudar:

- Elaborar un plan de difusión adecuado y tener personas responsables para poder cumplirlo.
- Mantener el contacto personal, vía telefónica, o por Internet con la prensa, televisión, radio, cualquier medio que esté a nuestro alcance.
- Hacer periódicamente un boletín que hable de la situación de los presos de distintas organizaciones. Hacerle llegar esta información a los presos para que sepan qué se está haciendo.
- La comisión de prensa debe utilizar todos los medios, entre ellos el correo electrónico a nivel local, nacional, internacional como forma de presión e información.
- Llevar un archivo de cada caso, dando seguimiento, recogiendo denuncias, trámites y todos los documentos que tengan que ver con el caso. Guardar todo.

## Recursos económicos

Uno de los elementos que tenemos que cuidar dentro de este proceso de atención a los presos es el aspecto económico.

El acompañamiento de un proceso largo de detención, el necesario apoyo tanto al preso como a las familias, entre otras cosas, conlleva una presión muy fuerte aún para las organizaciones más estructuradas. Por esto, para poder lograr tener un flujo constante de recursos económicos, hay que considerar diversas posibilidades:



1. Recursos obtenidos por cooperación de los socios en el momento en el que se necesite. Esto funciona cuando hay una emergencia y es necesario reunir una cantidad de dinero en un lapso muy corto.
2. La organización propone acciones como boteo, rifas, ventas de artículos como camisetas y plumas etc. en alguna fecha importante de la organización. Muy útil para dar a conocer los objetivos de ésta, aunque la cantidad a reunirse generalmente no es mucha.
3. Una caja de ahorro y préstamo organizada con antelación, permitirá obtener recursos, si es que se tiene este nivel de organización. Permite tener mayor disponibilidad de efectivo, sin embargo requiere de un nivel de trabajo previo bastante intenso.
4. Establecer una red de apoyo formal dentro de la cual se puedan hacer solicitudes de apoyo económicas. Existen una serie de organizaciones e instituciones tanto nacionales como extranjeras a las cuales se les pueden gestionar recursos o apoyo en especie (apoyo legal, médico o para microempresas de presos)

En el terreno económico necesitamos incidir con estrategias claras, más reales y efectivas que las actuales. Por esto queremos incluir una reflexión y una serie de estrategias para el apoyo económico de los presos.

Estamos conscientes de que actualmente el apoyo económico es temporal y dirigido casi exclusivamente a algunas áreas como la gestión legal, sin incluir otros gastos como la manutención de las familias de los presos.

Las necesidades económicas no terminan al colectar en una sola ocasión apoyo voluntario de los socios de la organización por diversas razones.

1. No se enfrenta el problema de manera integral, solamente se "resuelve" el compromiso de la organización de manera momentánea.
2. Al ser de carácter coyuntural, responde la organización sólo ante la emergencia (cuando se detiene y procesa al preso en la mayoría de los casos), sin embargo, cuando la emergencia pasa y se vuelve una situación permanente, no se resuelve una serie de necesidades como la manutención a la familia del preso.
3. En consecuencia, las familias del preso resienten los efectos de los mecanismos dilatorios propios de estos procesos y se sienten abandonadas.
4. Se hace evidente una insuficiente integración entre los presos, sus familias, las organizaciones a las que pertenecen y las organizaciones no gubernamentales de apoyo.

Definamos una serie de estrategias de carácter económico de apoyo al preso para la elaboración de una forma de acción diferente a la actual que incluya estas características:

- ✓ Generar propuestas desde la sociedad civil cuyo objetivo sea la integración de los diferentes agentes involucrados para resolver sin esperar necesariamente apoyo gubernamental.
- ✓ Se desarrolla desde los grupos de apoyo y hacia los presos y sus familias.
- ✓ Proponer acciones coordinadas formando coaliciones entre los diferentes agentes involucrados.
- ✓ Propiciar acciones más estructuradas y permanentes, no únicamente coyunturales.
- ✓ Fomentar un proceso continuo y amplio más que desarrollar acciones específicas para un preso o un grupo determinado.
- ✓ Intenta resolver el problema y no únicamente reaccionar ante la emergencia.

Por esto, hemos decidido incluir en las guías una serie de herramientas que faciliten el desarrollo de estrategias en este campo.

A partir de aquí, el trabajo debe ser desarrollado por la organización conjuntamente, de ser posible, con todos los involucrados, presos, familiares y grupos solidarios entre otros. El desarrollo de acciones para solventar el tema económico de la organización, es también un motivo de incidencia política, al propiciar un diálogo con la sociedad en general.

Una fuente de recursos económicos lo generan productos elaborados por los mismos presos. De la posibilidad de exhibir estos productos, dependerán las oportunidades de poder ampliar, por un lado el mercado, y por otro, la difusión de las ideas y demandas que se pretendan. (Para mayor información ver el «Anexo 2: Comercialización de productos»).



#### 4. Salida de Prisión

Quizá la alegría nos invada y suspiremos en señal de tranquilidad y descanso cuando la persona haya sido puesta en libertad, sin embargo, estamos ante un momento de apoyo primordial hacia nuestros compañeros y compañeras expresos.

Ahora que están libres, tenemos aún tareas para desarrollar, la organización podrá fortalecerse aún más. Nuestro papel será el de cuidar a cada compañero puesto en libertad para así poder lograr su bienestar emocional, físico, económico y social.

Entendemos que **deberán afrontar un cambio en sus vidas** después de una experiencia dura, difícil, dolorosa y necesitarán de tiempo y apoyo externo para lograr integrar en su vida actual esta vivencia. **Para su comunidad y su familia también será otra etapa**, no menos difícil, especialmente si las condiciones de seguridad para él o ella y su familia permanecen igual que antes de su encarcelamiento.

### Plan integral de acompañamiento a nuestros expresos

Para cualquier persona que ha padecido experiencias muy dolorosas, es necesario sentir comprensión y apoyo para normalizar su vida nuevamente. Sus emociones, sentimientos, necesidades personales, pueden mostrarse inestables durante los primeros meses después del encarcelamiento. A la vez tendremos que tomar medidas para su seguridad personal; considerar como organización, al menos durante un año, un seguimiento muy cercano a nuestros compañeros, a su familia y comunidad.

### Acompañamiento psicosocial

*«Dice que cuando salió de la cárcel, fue como si otro mundo, un mundo nuevo, estaba ante él y sintió miedo.»*

Lina

### Ala salida

Saber de antemano el día y la hora de su liberación, estar muy pendientes, para cuando salga poder acompañarlo, **esperarlo** y realizarle un reconocimiento por el tiempo vivido en prisión. La presencia de los miembros de la organización será muy apreciada por su compañero expreso.

Por varios motivos es necesario que salgan acompañados: por su seguridad, por su bienestar psicológico, por la unidad de la organización. Así demostramos (a fortaleza, la certeza de nuestra justa demanda.

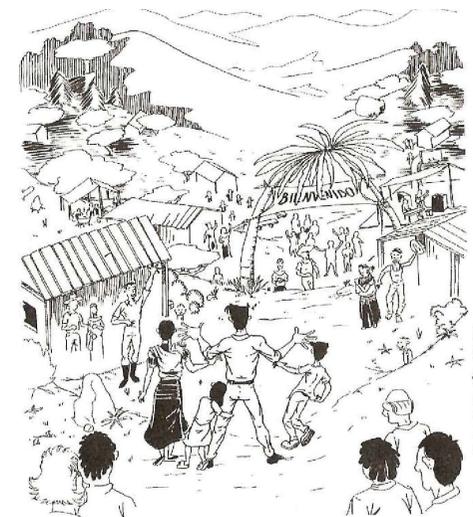
*«Eran como a las diez de la noche y no aparecía, preguntamos al policía y no supo decirnos. Cuando lo vi me emocioné y al mostrar su hoja de libertad advertí que sus manos temblaban.»*

Lina

La emoción y la alegría al saber que uno de los integrantes de la organización o comunidad ha sido liberado, nos motivará a prepararle un recibimiento especial desde el momento en el que cruce la puerta del penal. Debemos planear anticipadamente: transporte, comida, hospedaje y **su llegada a casa.**

### Regreso a casa

Es conveniente que cuando se dé el regreso a casa, **organicemos un recibimiento cálido**, alegre y público, así demostraremos que nos llena de alegría su presencia, el saberlo entre nosotros; esta actitud recompensará el daño que sufrió por ser integrante de nuestra comunidad u organización. A la vez, le dará una seguridad en sí mismo/a para poder continuar su vida, a sentirse seguro por la confianza que en él o ella depositamos.



Podemos organizar:

- ❖ Una comida sencilla para recibirle.
- ❖ Que la comisión que se encargó del seguimiento de los presos se encargue de acogerlos (porque hay más confianza, conocimiento de la situación interna de cada uno).
- ❖ La organización puede hacer un reconocimiento público del trabajo de la comisión de apoyo, a los familiares, a la organización, al preso.
- ❖ Hacer una reunión de información para que el preso no quede señalado. Evitar que salga de la organización. Hacerle ver y sentir que es importante y que sigue teniendo su papel, su lugar. Tomar en cuenta su experiencia como luchador dentro de la cárcel para aprender de ella y fortalecer la organización.
- ❖ Seguir apoyándolo si salió bajo caución.
- ❖ La organización debe darle toda la información sobre cómo está la propia organización, para sentirse integrado, para no quedarse rezagado y para sentirse reforzado como un integrante activo.
- ❖ La organización debe tener en cuenta que el expreso puede quebrarse emocionalmente en algún momento de emergencia que le haga recordar su experiencia carcelaria y no pueda afrontar solo el temor que siente. Está en una situación delicada. Debemos buscar apoyo psicológico.
- ❖ Si es necesario, buscar asesoría y capacitación para organizaciones y comunidades sobre cómo tener "tacto", comprensión, estrategias, para tener en cuenta la situación del expreso y aprender a ayudarlo.
- ❖ Fortalecer a la organización.

El apoyo que le brindemos a la persona expresa será fundamental a su regreso. Que estemos pendientes de él, que lo visitemos constantemente, Invitarlo a nuestra casa, apoyarlo para que pueda conseguir un empleo o en trabajar nuevamente su tierra, Si tuvo pérdidas materiales, económicas o físicas ayudarlo durante los primeros meses de su adaptación a la comunidad y organización, **no debemos exponerlo como víctima ante nadie**, ni en un trabajo en el que corra el riesgo de ser detenido nuevamente. Aprovechar sus experiencias para compartirlas con los demás compañeros de la organización o comunidad para beneficio y aprendizaje, no para causar temores.

Habrá que observar su comportamiento para poder detectar las necesidades personales emocionales en las que necesite ayuda; observando la diferencia entre su modo de ser antes y después del encarcelamiento. Plantear estrategias de ayuda internas y/o externas.

Si un día está triste, callado, molesto...,  
no lo juzguemos mal,  
pues se está reintegrando nuevamente  
a esta vida fuera de la cárcel.

## **Regreso a la organización**

Según el grado de participación que cada compañero o compañera haya tenido, probablemente así será el regreso. No siempre las cosas van a ser como antes. Tal vez no ocupará el mismo lugar, tarea o responsabilidad; esto dependerá de las circunstancias por las que atraviesa la persona expresa (represión, cambio de lugar, etc.), otras veces por decisión de él mismo y otras por decisión de la propia organización.

Como organizaciones es necesario considerar algunos aspectos que a la salida de prisión toda persona necesita:

- Una revisión médica general, tener un tratamiento serio para alguna secuela física, enfermedad grave, etc.
- Por lo menos durante el primer año tener un tratamiento psicológico.
- En las primeras semanas procurarles descanso a ellos y a sus familiares, apoyándoles para que cambien de lugar, cambien de comunidad, en un lugar tranquilo donde no tengan apuros ni preocupaciones.

Mantener comunicación continua con ellos es decisivo para ver cómo van asimilando su experiencia, qué cambios tienen o qué necesidades tienen a raíz del encarcelamiento.

Celebrar el primer aniversario de la libertad de nuestros compañeros tiene gran significado. Es recordar un hecho injusto, pero a la vez es demostrar nuestra capacidad para enfrentarlo, valorando todos los esfuerzos realizados y ayudando a que se vaya cerrando esta etapa dolorosa; rescatando toda la fortaleza que nos ha dado este caminar. No sólo celebramos, sino reconocemos la labor y la entrega de cada compañero o compañera expresos, de sus familiares, comunidades y de toda la organización.

## **Ámbito legal**

La organización debe estar informada sobre las condiciones bajo las que salió la persona:

- => Libertad bajo "caución" o fianza,
- => Preliberación.
- => Libertad por retiro de la acusación.
- => Libertad después de haber cumplido la sentencia.

Establecer junto con nuestros abogados el plan a seguir.

Ver qué necesidades implica eso: desplazamiento y hospedaje, acompañamiento para cuando asista a firmar, analizar bien las tareas que se le asignarán, tomando en cuenta que hay algunas que lo podrían poner en riesgo.

## **Recursos económicos**

En esta última etapa de reincorporación, una vez acabada su estancia en prisión, la obtención de un trabajo, el retomar las tareas de campo, el volver a la vida familiar en muchas ocasiones precisa de un apoyo económico que ahora sí puede tomar la forma de préstamo, la cual permitirá la integración social, laboral, familiar y económica de nuestro compañero ya libre.

Aún nos corresponde apoyar en el sostenimiento económico, ya que algunos gastos por trámites legales pueden continuar durante meses o por años, como es el caso de la libertad condicional. También cuando han quedado deudas debemos continuar con la estrategia de apoyo.

## Ámbito político y mecanismos de difusión

Esta experiencia traumática vivida por nuestros compañeros y compañeras les da una gran posibilidad de tener propuestas reales para enfrentar nuevas situaciones difíciles, iguales o parecidas. Por eso, es importante conversar mucho con ellos y ellas para que nos transmitan sus aprendizajes y sus ideas. Así nuestra organización crecerá en experiencia y en mecanismos defensivos para un futuro, a la vez que nos permitirá mejorar nuestro plan estratégico y política organizativa desde nuestra estructura interna hasta nuestras relaciones externas.

*«Que conozcamos bien sus métodos (...) nos permitirá asimilar equilibradamente la experiencia, (...) y como memoria de una experiencia social dolorosa profundamente traumática, nos permitirá estar preparados para elaborar respuestas sociales, políticas, culturales, ideológicas y psicológicas (...) para enfrentar cualquier nueva situación límite o de emergencia social que pudiera presentarse en el futuro.»*

Carlos Samojedny

Psicología y dialéctica del represor y el reprimido.  
Edit. Roblanco S. R. L. Argentina, 1986

*«Dará conocer qué es estar en la cárcel para que otros conozcan cómo es la cárcel, los jóvenes que lo vean, que obedezcan las razones de las autoridades, de sus papas. No todos aguantan ahí dentro.*

*Es una recomendación.*

*Si somos presos políticos, no importa, porque salgo con la cabeza arriba.»*

Miguel

La tarea fuerte pasó, sin embargo, no del todo. Ahora es el momento para difundir el injusto encarcelamiento y saber en qué situación legal han quedado nuestros compañeros, qué demandas tenemos que hacer hacia las autoridades encargadas de impartir justicia. También es el momento para informar sobre nuestros compañeros, sobre las condiciones de salud física y psicológica en las que se encuentran, de las condiciones al interior de las cárceles, en fin, de lo que nosotros decidamos.

Durante los primeros días podemos realizar, por ejemplo, las siguientes actividades: conferencias de prensa, comunicados, entrevistas, visitas por diversos lugares dando conferencias públicas.

**El ritmo de estas actividades deberá marcarlo el propio protagonista**, en este caso, el expreso, pues podemos tener la tentación de hacer demasiadas actividades públicas que lo dejen agotado o pueda perjudicar su salud. Todo reconocimiento público nos fortalece psicológicamente, pero cada persona valorará su necesidad de reposo y privacidad inmediatamente después de dejar su celda.

A mediano y largo plazo nuestras actividades pueden girar en torno a compartir la experiencia y aprendizaje de nuestros compañeros, esto ayudará a la formación política de nuevas generaciones.

Cada uno de sus testimonios nos ayudará a registrar la historia de nuestra organización. Con el paso del tiempo esta memoria histórica nos permitirá entender los nuevos acontecimientos que estemos viviendo en ese momento.