



EYE on CUBA

II Informe Temático Salud mental



People
in Need



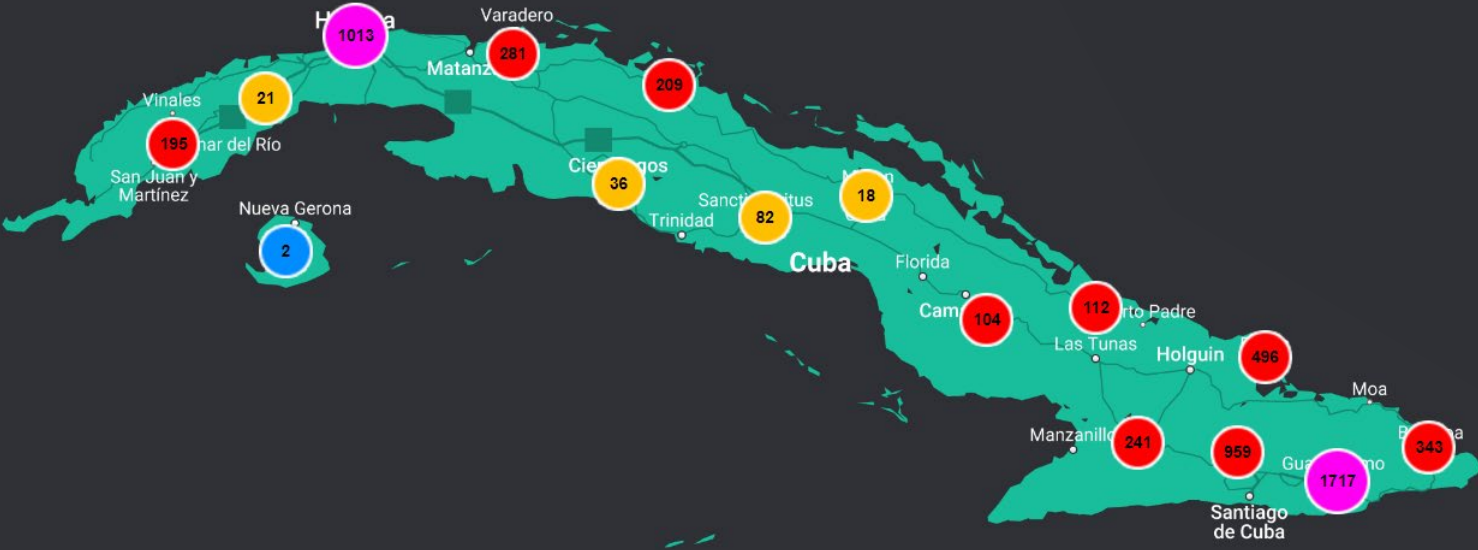
EYE on CUBA

Monitoring Human Rights Abuses in Cuba

www.eyeoncuba.org

Los casos mostrados nos permiten conocer de primera mano la realidad de la sociedad civil cubana, que se enfrenta a menudo a la represión de las autoridades.

www.eyeoncuba.org





Introducción sobre PIN, Apoyo Psicosocial y el Reporte

People in Need (PIN) es una organización no gubernamental sin fines de lucro creada en 1992 en República Checa, la cual actualmente cuenta con presencia en decenas de países, tales como Costa Rica, Nicaragua, Honduras, Ucrania, Serbia, Siria, Egipto, Afganistán, entre otros. Durante sus 30 años de experiencia, se ha basado en principios de libertad, humanismo, equidad y solidaridad, tomando como centro la dignidad humana y libertad. Asimismo, durante toda su trayectoria, se ha posicionado a favor del goce pleno de los derechos contemplados en la Declaración Universal de Derechos Humanos, es por ello, que se ha caracterizado por la ayuda humanitaria, lucha contra la pobreza y auxilio en regímenes autoritarios en diversas regiones.

Como parte de su labor de búsqueda por la garantía de derechos humanos y consciente de la situación crítica de los mismos, en 1997, PIN inició operaciones en Cuba por medio del proyecto Eye on Cuba. Este proyecto tiene como objetivos primordiales la defensa de los derechos humanos de las personas habitantes de la isla, auxilio a la población cubana y la divulgación de información hacia la comunidad internacional respecto de la situación de derechos humanos en este país.

Eye on Cuba se ha encargado de apoyar iniciativas locales en todas las provincias en aras de buscar la promoción y protección de los derechos humanos de las personas cubanas. Asimismo, ha tejido una red de apoyo y protección a favor de activistas y ciudadanos víctimas de abusos perpetrados por parte del régimen actualmente instaurado. Por su parte, ha construido una plataforma de documentación que recoge datos actuales y fidedignos otorgados por las personas habitantes, la cual funge como un medio de visibilización fundamental de la situación actual dentro de la isla. Esta información es sistematizada y ordenada, para finalmente ser colocada en el sitio web oficial de Eye on Cuba. Esta base de datos busca mostrar los diversos y graves abusos cometidos en contra de las personas civiles, así como brindar un panorama lo suficientemente amplio y confiable.

Entre los diversos abusos que muestra la plataforma de datos figuran vulneraciones contra derechos civiles y políticos, así como derechos económicos, sociales y culturales. Sin embargo, un dato que se ha mantenido oculto de las discusiones, es la manera en la cual un contexto de represión de derechos humanos repercute en la salud mental de quienes se encuentran en él. En este sentido, Eye on Cuba encuentra la necesidad de realizar el presente informe temático como parte de los informes anuales que reflejan situaciones particulares en el contexto cubano.

El presente tiene como fin visibilizar el contexto de derechos humanos de 2021 y la manera en la cual esto se traduce en un deterioro particular del bienestar psicosocial de las personas cubanas. Se ha elaborado a partir de datos proporcionados por las personas beneficiarias y personas especialistas en psicología, ambos han contribuido y han sido parte fundamental de los resultados obtenidos. A continuación se reflejarán datos recopilados respecto de violencia psicológica e informes obtenidos mediante terapia especializada, dejando ver un panorama general del estado de la salud mental de las personas de la isla.

Salud mental y represión

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha enmarcado el concepto de salud como “...un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”¹. Claro está que no puede afirmarse que exista un estado de salud, si no existe salud mental. Esto ha simbolizado un inconveniente a nivel mundial, dado que la salud mental se ha tachado desde siglos atrás como un tabú; y, en especial, para países latinoamericanos, quienes, además, cuentan con una historia de regímenes dictatoriales y gobiernos represivos.

No es hasta la llegada del siglo XIX que se transmuta el concepto de salud de un enfoque meramente físico a uno que toma en cuenta el factor psicológico, despertando así un interés en torno a la salud mental.² Si bien, desde el ámbito de los derechos humanos había existido anteriormente una preocupación en cuanto a los conflictos de guerra, hasta este momento no se había generado un desarrollo en conjunto de los derechos fundamentales entremezclados con la psicología.

El fortalecimiento de dicha relación se puede adjudicar a tres fuentes principales. Siendo la primera de estas la “...participación de profesionales de la salud mental (psicólogos, psiquiatras, psicoanalistas, médicos, trabajadores sociales, etc.) en los movimientos sociales.”³ Esto se pudo observar en especial en movimientos armados y el trabajo realizado en conjunto con partidos de izquierda y activistas de derechos humanos. De igual forma, se considera fundamental el aporte realizado por psicólogos argentinos que fueron exiliados de su país, los cuales habían vivido experiencias traumatizantes como consecuencia del régimen dictatorial existente en la época. Por último, se destaca el trabajo realizado por Ignacio Martín Baró, psicólogo social, y fundador de la Psicología de la Liberación, cuyo énfasis se encuentra en los derechos humanos en situaciones de guerra, así como en la represión política.⁴

La represión política no es un tema desconocido para quienes habitan países de Latinoamérica y el Caribe. Alrededor de la mitad del siglo XX, América Latina se vio caracterizada por la llegada al poder de regímenes militares y dictaduras, dentro de los cuales dieron muerte y torturaron a miles de personas, a través de marcos jurídicos formalmente legales.⁵ Esto no se aleja del presente, actualmente existen dictaduras y poderes estatales en Latinoamérica que gobiernan a través de lo que se conoce como “régimen de excepción”, el cual consiste en “...facultades legales para suspender los derechos y garantías individuales y ejercer discrecionalmente el poder político.”⁶ Al poseer una justificación política, los mandatarios utilizan esto a su favor para reprimir al pueblo, tal es el caso de transformar la oposición al gobierno en un delito punible, lo cual, inevitablemente, genera temor en las personas.

1 Preguntas más frecuentes. (s. f.). Organización Mundial de la Salud. Recuperado 18 de octubre de 2022, de <https://www.who.int/es/about/frequently-asked-questions>
2 Arias, B. E. (2013). Salud mental y violencia política. Atender al enfermo psiquiátrico o reconocer al sujeto de la micropolítica. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 42(3), 276-282. <https://www.redalyc.org/pdf/806/80629821006.pdf>

3 Miguel A. Pichardo & Instituto IMB. México. (s. f.). Historia del movimiento de salud mental y derechos humanos. En Instituto de Salud Mental y Derechos Humanos. <https://www.corteidh.or.cr/tablas/r26104.pdf>

4 Ibidem.

5 Lira, E. (s. f.). Consecuencias psicosociales de la represión política. En *Psicología y Derechos Humanos* (pp. 221-246). Icaria Editorial S.A. <https://biblioteca.iidh-jurisprudencia.ac.cr/index.php/documentos-en-espanol/verdad-justicia-y-reparacion/1229-consecuencias-psicosociales-de-la-represion-politica/file>

6 Lira, E. (s. f.). Consecuencias psicosociales de la represión política. En *Psicología y Derechos Humanos* (pp. 221-246). Icaria Editorial S.A. <https://biblioteca.iidh-jurisprudencia.ac.cr/index.php/documentos-en-espanol/verdad-justicia-y-reparacion/1229-consecuencias-psicosociales-de-la-represion-politica/file>

La constante violencia que acarrea la represión política trae consigo fuertes repercusiones en sus víctimas, siendo la salud mental una de las áreas más afectadas. Sin duda alguna, "Cuando se vive en Latinoamérica, bajo gobiernos que limitan los derechos humanos, los ciudadanos están bajo presión constante. El miedo y la ansiedad...hacen parte del día a día."⁷ Como consecuencia de esto, se ha observado la aparición de desconfianza entre las personas, lo cual poco a poco conlleva a un aislamiento que limita las interacciones sociales y donde se prefiere mantener silencio antes que manifestar sus opiniones libremente. De igual forma, quienes son perseguidos sufren de un temor constante a morir, ser torturados o desaparecidos. Es así como el Estado va logrando desaparecer el sentido de pertenencia común y la seguridad que tienen todas las personas de sentirse en su casa.⁸

La tortura tiene un impacto aterrador sobre quienes la experimentan, crea miedo y sufrimiento sobre estas, sus familias y la sociedad en general. El secuestro y desaparición de personas, afecta en gran medida la salud mental de los familiares de las víctimas, estas "...se desorganizan emocionalmente ante la impotencia, angustia y la incertidumbre inicial."⁹ Deben intentar vivir en medio del dolor y un duelo, que no tiene final, consecuencia de una separación forzosa; y con el paso de los años, aumenta la sospecha de su muerte, sin nunca tener la certeza de si es así. Otro factor importante a señalar, que impacta negativamente la salud mental, es la revictimización que sufren tanto líderes como activistas, ejemplo de ello es el someterlos a procesos judiciales fastidiosos y con poca celeridad procesal.

El tema de la salud mental ha ido tomando cada vez más relevancia con el paso de los últimos años y se ha convertido en una inquietud a nivel mundial. Un estudio realizado por la Universidad de Nueva York en el año 2017 arrojó como resultado que, un 85% de los activistas de derechos humanos consultados, muestran un estado de preocupación por su salud mental y bienestar emocional.¹⁰ El suicidio es una de los principales temores en cuanto a este tema, debido a que muchas personas lo utilizan como un escape de su realidad. Este es un tema difícil de manejar en Latinoamérica porque "...históricamente, ha existido una feminización de la salud mental, una relación con genes degenerados o con debilidad de la persona, que ha llevado a un manejo inapropiado de los trastornos mentales."¹¹

En el caso de Cuba, sometida a un régimen dictatorial dirigido por Miguel Díaz Canel, las violaciones a los derechos humanos y la represión política es parte de la cotidianidad de quienes habitan en esta isla. De conformidad con la Organización Panamericana de la Salud, existen datos alarmantes respecto al estado de la salud mental y el suicidio en dicho país: "Cuba se encuentra entre los países con una tasa superior a 10 por cada 100 000 habitantes."¹² ; siendo La Habana la provincia que presentó más casos (205 en total) en el 2021, seguido por Holguín y Mayabeque. Asimismo, se ha determinado que el suicidio es la tercera causa de muerte más común entre los adolescentes que viven en Cuba.¹³

Si bien, se sabe que atentar contra la vida es un fenómeno multifactorial, no es coincidencia la alta tasa de suicidios y la represión cotidiana que sufren las personas cubanas, así como las malas condiciones de vida a las que se enfrentan. Dada la fuerte relación entre la represión social y el deterioro en la salud mental, se considera indispensable abarcar y proyectar el estado de esta dentro de la isla cubana, para generar conciencia entre las personas y a la vez, orientar las acciones pertinentes para tener un impacto positivo en ella.

7 Guarín, D. (2021, 25 agosto). Represión y tristeza: la salud mental de Latinoamérica. Vice Labs. <https://www.vice.com/es/article/n7byb8/represion-y-tristeza-la-salud-mental-de-latinoamerica>

8 Lira, E. (s. f.). Consecuencias psicosociales de la represión política. En *Psicología y Derechos Humanos* (pp. 221-246). Icaria Editorial S.A. <https://biblioteca.iidh-jurisprudencia.ac.cr/index.php/documentos-en-espanol/verdad-justicia-y-reparacion/1229-consecuencias-psicosociales-de-la-represion-politica/file>


9 Ibidem.

10 Guarín, D. (2021, 25 agosto). Represión y tristeza: la salud mental de Latinoamérica. Vice Labs. <https://www.vice.com/es/article/n7byb8/represion-y-tristeza-la-salud-mental-de-latinoamerica>

11 Ibidem.

12 Un panel que permitió aproximarse al tema del suicidio en Cuba y su prevención. (2021, 14 septiembre). OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud. <https://www.paho.org/es/noticias/14-9-2021-panel-que-permitio-aproximarse-al-tema-suicidio-cuba-su-prevencion>

13 El mundo perdona deudas de la dictadura pero sigue en deuda con el pueblo cubano. (2021, 3 noviembre). Diario Las Américas. <https://www.diariolasamericas.com/cuba-esta-los-paises-la-region-mas-suicidios-n4236021>

A photograph showing two men sitting on a sidewalk in front of a building. One man is leaning against a wall, and the other is sitting on a box, playing chess on a board on the ground. A bicycle is parked to the left. The text 'Metodología y análisis de los datos. Violencia psicológica como arma de represión.' is overlaid on the image.

Metodología y análisis de los datos. Violencia psicológica como arma de represión.

a. Plataforma de Eye on Cuba

La red Eye on Cuba recopila datos a partir de la información proporcionada por las personas colaboradoras, quienes relatan sus experiencias y a partir de ello, se identifican los derechos vulnerados conforme la Declaración Universal de Derechos Humanos. Durante el año 2021, se recopilaron en total 230 casos.

Identidad de las víctimas

En el año 2021, se registraron 230 casos distribuidos en todo el territorio, de los cuales, 184 casos fueron cometidos contra personas que se identifican como hombres, para un 80% y 46 de los casos fueron sufridos por personas identificadas como mujeres, representando el 20% restante.

De la totalidad de casos documentados, se evidenció que las principales víctimas de violaciones de derechos humanos son personas activistas, precisamente porque su exposición les coloca en una posición de vulnerabilidad mayor: el 65,65% corresponden a activistas, mientras que el 34,35% restante fueron no activistas.

Violencia psicológica

De los 46 casos perpetrados en contra de personas identificadas como mujeres, se registró que en el 28,26% de estos, hubo manifestación de violencia física en contra de ellas. Un 21,74% afirma que sufrió algún tipo de violencia psicológica, mientras que en 32,61% fueron arrestadas y en 54,35% de los casos fueron amenazadas.

De los 230 casos totales proporcionados por la red de colaboradores, un 12,17% evidencia algún tipo de violencia psicológica en contra de activistas o bien, civiles. Específicamente sobre los casos reportados de las manifestaciones del 15N se determinó que un 33,33% experimentaron violencia psicológica. Respecto a las manifestaciones del 11J, un 7,58% de los casos narrados incluían actos de violencia psicológica.

b. Reporte interno de asistencia psicosocial de Cuba 2022

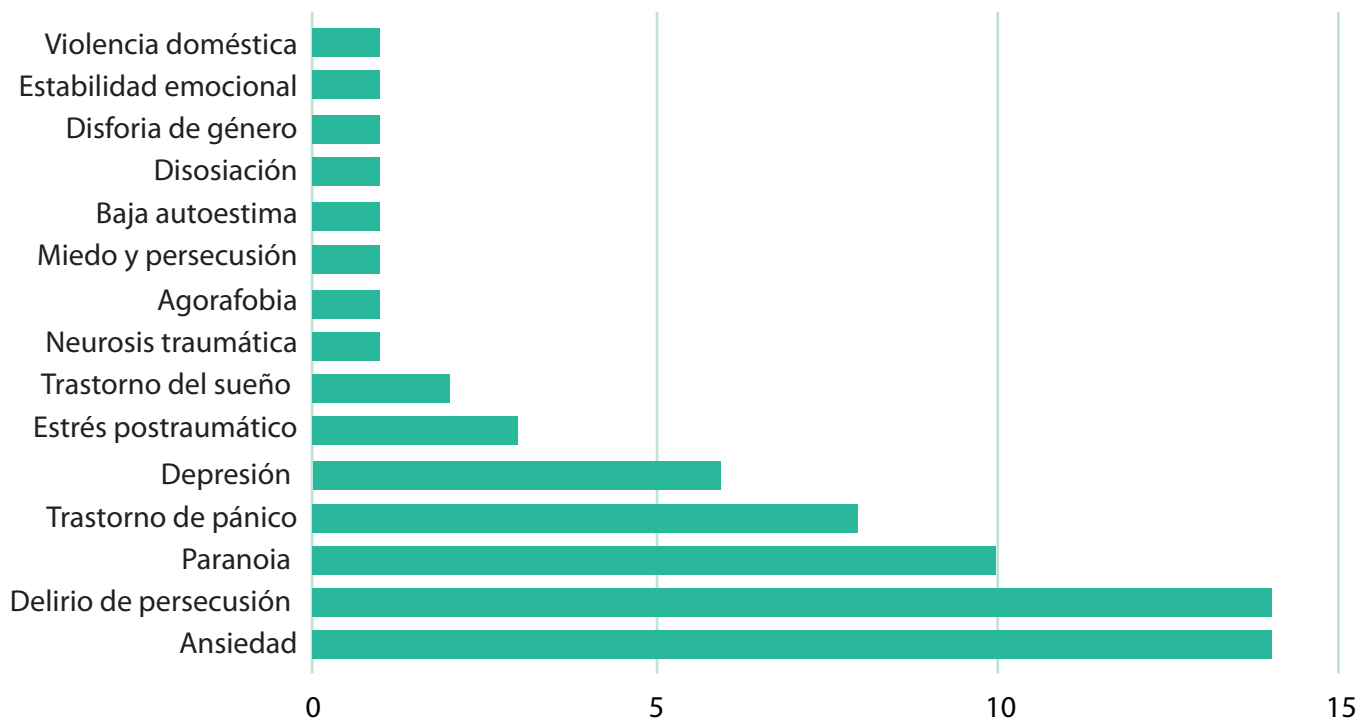
El reporte interno de asistencia psicosocial de Cuba extrae datos de enero a abril de 2022. Los resultados están basados en reportes obtenidos a partir de sesiones de terapia brindadas a 15 personas beneficiarias (11 de ellos se identifican como hombres y 5 de ellas, mujeres), elaborados por 4 psicólogas previamente capacitadas por People in Need y Psicólogos sin Fronteras a fin de dirigir sesiones enfocadas en trauma, manejo del temor, cuidado en medio de crisis psicológica y manejo del duelo.

15
Beneficiarios

4
Psicólogos

Diagnósticos encontrados

A partir del diagnóstico facilitado por las psicológicas y de un informe anónimo de las 15 personas beneficiarias, se observa que las afectaciones de los activistas tienen una tendencia hacia la ansiedad generalizadas, que se traduce en delirios de persecución, miedo y depresión provocados por la represión a la cual son sometidos periódicamente.



Sobre la salud mental y apoyo psicosocial en las sesiones

Durante las primeras sesiones, los usuarios se mostraron desmotivados, desconfiados y temerosos ante la posibilidad de ser evaluados, por lo que se realizó un abordaje informativo sobre la importancia y ayuda que implicaban las terapias, lo cual generó confianza en las sesiones posteriores. Asimismo, en las primeras evaluaciones, las personas beneficiarias presentaron una serie de síntomas psicósomáticos producto del contexto de represión, los cuales fueron debidamente tratados: dolores de cabeza, delirios de persecución, espasmos, insomnio, entre otros.

Se comprobó que la mayoría de usuarios tiene un nivel moderado de ansiedad y que la percepción que tiene de ello es casi nula, ante ello, las especialistas les brindaron herramientas de autoayuda, psicoeducación y técnicas participativas. Otro aspecto es el miedo marcado con el que acarrean las personas usuarias, especialmente el delirio de persecución provocado por los acontecimientos persecutorios a los que han sido sometidos, para brindarles ayuda, las psicólogas trabajaron en la validación de emociones, se les ofreció un sistema de apoyo, guía de autoayuda y sesiones grupales.

En cuanto a las redes de apoyo, se evidencia que muchos de ellos prefieren ocultar sus emociones y problemas de sus familias, pareja y amigos, lo cual genera problemas de angustia y sensación de soledad, para ello, se recalcó la importancia de estas redes, su acercamiento y la necesidad de descubrir refugios emocionales. Respecto a la toma de decisiones en conflictos, todos los beneficiarios se ven afectados, mostrando síntomas de ansiedad y ahogo, como resultado, las psicólogas reforzaron el tema de redes de apoyo y técnicas de ayuda para la toma de decisiones en situaciones conflictivas, así como recomendaciones a través de la psicoeducación.

Amenazadas identificadas

A lo largo de las sesiones realizadas, se identificaron 6 amenazas principales, las cuales producen las afectaciones a la salud mental de las personas beneficiarias:

Detenciones arbitrarias	Persecución política	Condiciones de pobreza o extrema pobreza
Tránsito a lo largo de la isla	Restricciones al acceso a la información y conexión	Sobrecarga de responsabilidades familiares

Conclusiones

La plataforma Eye on Cuba ha documentado la manera en la que el régimen cubano utiliza la violencia psicológica como herramienta de represión. Esta se da por medio de diferentes acciones, tales como el hostigamiento, amenazas, intimidaciones, entre otros. Estas acciones se ven recrudecidas una vez que el régimen logra poner las manos sobre sus opositores, a quienes interroga, encarcela sin un debido proceso y tortura, lo que deja secuelas de por vida en psique de las víctimas.

El deterioro de la salud mental de las personas defensoras de derechos humanos en Cuba se constató en las atenciones psicológicas que PIN proporcionó por medio de profesionales en psicología. La violencia psicológica es tan dañina como la física y la comunidad internacional debe condenarla con el mismo ímpetu.

EYE on CUBA

II Informe Temático Salud mental



EYE on CUBA
Monitoring Human Rights Abuses in Cuba

www.eyeoncuba.org