

La cicatriz que duele



*No hay extensión más grande que mi herida,
Lloro mi desventura y sus conjuros
Y siento más tu muerte que mi vida.*

Miguel Hernández, Elegía

Graciela Toro*

Cómo se le puede explicar a Claudia el dolor que siente en la cicatriz que tiene en su frente, cada vez que recuerda las torturas de las que es sobreviviente?

¿De qué forma se le puede ayudar a superarlo?

¿Cómo se le explica a Sergio que su fibromialgia es secuela de las torturas de las cuales, al igual que Claudia, es sobreviviente?

¿De qué forma, lo mismo que a Claudia, se le puede ayudar a superarlo?

¿Cómo se le explican a Olfá sus dolores de espalda que no le permiten conciliar el sueño sin ayuda química, cómo se le explica su cáncer de mamas si nadie en su familia ha tenido cáncer anteriormente, si su madre de 96 años está más sana que ella?

¿Le ayudará a superarlo el entender su cuerpo, sus mecanismos de funcionamiento?

Ella es también sobreviviente de tortura. Al igual que Sergio y Claudia.

También Elena es sobreviviente de tortura, después de pasar su adolescencia en prisión, en donde fue cruelmente torturada, construyó su familia con esposo e hijas, pero no deja de sentir dolores en su cuerpo ni de soñar que sigue detenida.

Podemos explicarles las conexiones nerviosas que hacen posible estas reacciones, es posible que comprendan que el cuerpo humano funciona coordinadamente gracias a un sistema que tiene la capacidad de descifrar, elaborar, acumular e intercambiar la información que recibe, tanto del entorno social y ambiental, como también del propio cuerpo: el sistema nervioso central.

Comprendiendo básicamente tres procesos, el bioquímico, que transforma la energía química en energía mecá-

nica; el biomecánico, que entrega información acerca del desplazamiento de los segmentos óseos en función de las fuerzas que actúan en este movimiento, y el neuropsicomotor, que coordina, ordena y regula la actividad corporal, se puede llegar a entender que el sobrevivir es mucho más que contracciones musculares y desplazamientos.

¿Será posible que esa información les ayude de alguna manera?

Quizás sea de gran ayuda que ellos sepan que el sistema nervioso central no sólo recibe información sino que también capta estímulos y es capaz de reaccionar a aquellos de diferentes maneras, desarrollando respuestas estereotipadas de acuerdo a procesos típicos para su elaboración.

La memoria corporal

Que los músculos tienen memoria, eso lo debería saber toda persona que alguna vez tomó algo liviano pensando que era pesado. La

* Kinesióloga, CINTRAS

fuerza, superior a la necesaria, fue experimentada por el cuerpo. Las fibrillas musculares utilizadas fueron más de las necesarias, pero «se pensaba» que era más pesado de lo que realmente era. O cuando al bajar una escalera se acaban los peldaños y se cree que todavía queda alguno. La fuerza ejercida se nota hasta el término de la columna vertebral, la cabeza vibra por la fuerza empleada en el paso. También «se pensó» que era diferente, «se pensó» que era necesario realizar más fuerza. Estas reacciones no son reflejas, son aprendidas, están en la memoria corporal, son producto de la experiencia, pasan a ser movimientos automáticos.



Que el cuerpo tiene memoria lo sabe el amputado al que «le sigue doliendo la pierna amputada».

Es probable que esta información le ayude tanto a Claudia como a Sergio, a Olfá y a Elena a comprender que un estímulo a nuestros sentidos tiene siempre la misma respuesta: elaborar la información obtenida por los receptores, para así desarrollar una reacción. Siempre lo

mismo. Queda en la memoria corporal. Queda en la memoria.

Todo acontecimiento dejará una huella, una inscripción que permitirá el recuerdo. Se aprendió.

La elaboración de la información obtenida por el sistema nervioso central, su acumulación y su aprendizaje es lo que se denomina memoria.

Comprendidos así, el aprendizaje y la memoria son capacidades abstractas complejas del intercambio de información, puramente humanas.

Los diferentes mecanismos de la memoria continúan siendo estudiados. Al respecto se mencionan desde procedimientos neuronales tales como excitaciones de redes neuronales alrededor de un estímulo y procesos químicos que implican un cambio en los transmisores (proceso bioquímico mencionado anteriormente) y en las estructuras sinápticas (conexiones celulares), hasta la elaboración de nuevas síntesis de proteínas. Es un campo en el cual los científicos siguen investigando.

Memoria y olvido

A pesar de que la obtención de información es la base para todo desarrollo de un organismo que desea sobrevivir, una gran parte de los procesos conscientes, después de ser evaluados, pasan al olvido. Esta información acumulada será traída nuevamente a la conciencia mediante el recuerdo.

Recuerdo se define como una reproducción de algo aprendido o vivido. Aferrarse a un recuerdo pudiera no ser sano. Pero los sentidos traen recuerdos sin que participe la voluntad.

Olvidar es involuntario, sólo se deja de recordar. A veces se recuerda que algo se olvidó, es decir se sabe que había algo que ya no está; sin embargo, no ha desaparecido, sólo ha pasado al inconsciente. Pero también se puede olvidar al sustituir una información por otra.

Si se comprende que elementos básicos del pensamiento racional y conceptos son objetos de la recepción memorística, se puede entender que la memoria social, por ejemplo, a diferencia de la memoria oficial que es la que escriben los «vencedores», es «la base de las articulaciones de identidades individuales y colectivas, favorece la creación de nuevos movimientos y la producción de representaciones sociales que permitan nuevas significaciones del trauma vivido» (Méndez, 2005:15).

En este contexto cabe mencionar a Jean Louis Déotte, filósofo francés y profesor de Estética en la Universidad de París, quien distingue entre el olvido pasivo y el olvido activo, siendo el primero la estrategia para que la verdad no se conozca, el que predica «perdón y olvido», el que espera que todos olviden; y el segundo, el que opta por «enfrentar y elaborar la vivencia colectiva, que implica reconocer y colectivizar lo sucedido, reparar integralmente a las víctimas y sus descendientes y castigar a todos los responsables» (Méndez, 2003:5).

Entonces, ¿cómo lograr olvidar cuando una simple conversación trae desde el fondo de la memoria el dolor de una cicatriz?

Mientras el olvido pasivo dice «las culpas pasaron de moda»¹, el olvido activo nos dice que la memoria «no reniega de las nostalgias»² y nos grita que se castigue a los culpables, que se reconozca a las víctimas y sus familias la deuda psicosocial, que se

¹ Mario Benedetti.

² Eduardo Galeano.

les ofrezca la posibilidad de elaborar sus traumas.

Pero, si se supone que estos conocimientos ayudarán a Claudia, a Olfa, a Sergio y a Elena a mitigar sus dolores y sufrimientos, ¿estaría lista la tarea terapéutica?, seguramente no. La tarea psicoterapéutica y fisioterapéutica va por buen camino cuando se logra educar en ellos una actitud «sanadora» en relación con su cuerpo, conociendo cómo reacciona cada uno de ellos a los estímulos que traen a la memoria del cuerpo los recuerdos de la tortura; las posibilidades de una vida sin sombras innecesarias será mayor, las posibilidades de una vida mejor tendrán otra dimensión.

Pero hay algo más, es necesario «recordar» lo que se dijo anteriormente: el sistema nervioso central no sólo reacciona a los estímulos del propio cuerpo, la respuesta de este sistema no sólo es excitada por los sentidos, también reacciona a los estímulos externos, a los estímulos del entorno, no sólo ambiental, no sólo familiar o laboral, sino también social. Los sobrevivientes de tortura viven en el permanente riesgo de recoger estímulos provenientes de la sociedad que hacen revivir el daño, por ejemplo, leer la noticia en los diarios o ver en la televisión que el causante o uno de los causantes de la tortura, de ellos mismos o de otros, está en libertad porque se le aplicó la amnistía; que la pena que se le aplicó por haber asesinado al amigo/a, al hijo/a, al esposo/a, al padre o a la madre no fue la justa; que no existe la reparación correcta de este Estado al daño causado por el «otro» Estado; que los mensajes enviados a la sociedad con estos hechos no son lo que deberían ser, es decir, a los torturadores o asesinos no se les dice clara-

mente: si asesinas serás castigado, si torturas, también. Los mensajes a la sociedad son erráticos, confusos, poco claros e imprecisos.



Claudia, Olfa, Sergio y Elena son parte de esa sociedad que escucha, que ve, que siente estos mensajes. El sistema nervioso central responde de la misma forma que a un estímulo de los sentidos. Elabora la respuesta.

Entonces, ¿es difícil comprender por qué estas personas no logran sanar sus vidas totalmente?, ¿se puede esperar una sanación completa de estas personas?

Si se atiende al sistema nervioso central, tendrían que desaparecer los estímulos que traen a la memoria corporal los recuerdos de la tortura, tanto los internos (corporales) como los externos (familiares, sociales, laborales) y así evitar la reacción triste y dolorosamente aprendida.

¿Entonces, vale la pena el esfuerzo por ayudarles a superar sus sufrimientos, si no se va a lograr mientras no exista verdad, justicia y reparación? Seguro que sí.

Precisamente porque el sistema nervioso central reacciona a cualquier estímulo, negativo o positivo, es que vale la pena. Los estímulos positivos no sólo son necesarios sino indispensables en la elaboración del daño causado.

Es esta elaboración, con los estímulos positivos tanto internos como externos, la que les ayudará. A Claudia, a superar el dolor y a que el daño pase al olvido. A Sergio, a luchar contra la fibromialgia que lo acompañará, quizás, toda su vida. A Olfa, a dormir mejor y más. A Elena, a vivir sin pesadillas.

El Estado causó el daño, el Estado debe reparar, debe reconocer el carácter del trauma y debe ser parte importante en esta terapia. El daño causado es profundo y para toda la vida, por eso, no bastan gestos. Se les destrozó la vida, se les debe dar las facilidades para rehacer otra vida, mejor que la anterior. Los recuerdos vivirán con ellos, siempre, pero la sociedad les debe la oportunidad de aprender a vivir con ellos sin que les signifique el sufrimiento que actualmente les significa.

La sociedad debe jugar un rol sanador en esta elaboración. ¿Lo logrará en algún momento?

La esperanza, como reza el dicho popular, es lo último que se pierde. ■

Referencias bibliográficas

- Déotte, Jean Louis (1998) Catástrofe y olvido. Las ruinas, Europa, el museo. Santiago: Cuarto Propio.
- Méndez, Paola (2003) Sitios de memoria: El recuerdo que permite olvidar. En *Reflexión* N° 30: 4-8.
- Méndez, Paola (2005) Entre el silenciamiento y la memoria. En *Reflexión* N° 31: 15-19.