

Así se deteriora el cerebro de una persona en aislamiento penitenciario

"Sobre la base de los importantes efectos psicológicos que produce, consideramos que el aislamiento por períodos superiores a 15 días debe ser eliminado", explican los neurólogos Richard Smeyne y Michael Zigmond

En España, el aislamiento puede llegar hasta los 42 días o ser indefinido en casos especiales, a pesar de que la ONU que recomienda un máximo de 15 días

El aislamiento es un factor de riesgo de muerte prematura similar al del consumo de drogas y superior al de la obesidad, según una revisión de estudios

ELDIARIO.ES (TEGUAYCO PINTO).- "La gente me pregunta si estoy loco o no... No me volví psicótico, pero si pasas 23 horas al día en una celda de 2 por 3 metros, da igual el aspecto que tengas por fuera, no estarás cuerdo". En 1973, el preso Robert King entró en una celda de aislamiento de la penitenciaría Angola, en Louisiana (EEUU). No volvería a salir hasta 2001, casi tres décadas después. El pasado 4 de noviembre, King ofreció su testimonio en una de las ponencias de la reunión anual de la Sociedad Americana de Neurología, una presentación en la que varios investigadores mostraron sus resultados sobre el impacto del aislamiento en el cerebro de los presos.

La ponencia se anunció con un pequeño texto en el que se aseguraba que, "como animales sociales, nuestra salud depende de la interacción con los demás, sin embargo, millones de personas sufren de aislamiento crónico, del cual el aislamiento penitenciario es un ejemplo extremo". En la actualidad, miles de personas en todo el mundo sufren este tipo de aislamiento y se estima que solo en EEUU hay unas 80.000. En España, más de 2.000 presos pasan cada año por este castigo y más de un centenar permanecen aislados más de 21 horas al día de forma indefinida.

La preocupación por la salud de los presos en aislamiento no es nueva, ya en 1842, durante su viaje por EEUU, Charles Dickens visitó una prisión y describió a los presos en aislamiento con "tics nerviosos, dificultad para fijar la mirada o para mantener una conversación, postura acobardada y nerviosismo". Al terminar la visita, el escritor inglés describió el aislamiento como una "lenta y diaria manipulación de los misterios del cerebro" y concluyó que era algo "inconmensurablemente peor que cualquier tortura del cuerpo".

Más allá de las licencias literarias de Dickens, sus observaciones no estaban muy desencaminadas. Varios estudios publicados durante los últimos años han demostrado que el aislamiento puede generar importantes problemas de salud incluso en los reclusos que empiezan el aislamiento en buen estado. "Gracias a muchos estudios sabemos que el aislamiento induce una serie de cambios psicológicos que van desde la depresión hasta la psicosis", explican a eldiario.es los neurólogos Richard Smeyne y Michael Zigmond, dos de los ponentes que participaron en la sesión junto a King.

Daños en el cerebro de las personas aisladas

Sin embargo, más allá de los importantes problemas psicológicos que el aislamiento puede generar, los investigadores también creen que la falta de interacción social puede provocar un deterioro del cerebro. "Aunque no podemos observar directamente los cerebros de estos individuos, podemos inferir cambios basados en los efectos que vemos en estudios en animales", explica Smeyne, director del Centro Integral sobre la Enfermedad de Parkinson de la Universidad Thomas Jefferson (EEUU).

A través de sus investigaciones en ratones, Smeyne y Zigmond han observado "cambios en la estructura de las neuronas y una reducción del volumen de las mismas de alrededor del 20%" en tan solo un mes de aislamiento. Si el confinamiento se prolonga hasta los tres meses, "estos cambios progresan hasta alcanzar una pérdida de aproximadamente el 20% de la región de contacto sináptico de la célula nerviosa", aseguran ambos investigadores.

Estudios anteriores también han demostrado que el estrés asociado al aislamiento puede generar alteraciones en el cerebro. Según una revisión de estudios publicada en *Nature Neuroscience*, "la exposición crónica a las hormonas del estrés tiene un impacto en las estructuras cerebrales involucradas en la cognición y la salud mental", particularmente en el hipocampo, un área cerebral importante para la memoria, la orientación espacial y la regulación de las emociones.

Analizando el caso de King, así como el de muchos otros presos, los investigadores han concluido que algunas de estas alteraciones pueden no ser reversibles y dejar secuelas a largo plazo. "Las conversaciones con personas que han permanecido aisladas durante largos períodos de tiempo sugieren que los déficits que se producen como consecuencia del aislamiento pueden ser permanentes", explica Smeyne.

Mayor riesgo de muerte prematura y suicidio

Este deterioro de la salud mental de los reclusos aislados termina influyendo en su esperanza de vida y así lo refleja una revisión de estudios publicada en 2015, que mostró que un ser humano confinado, sin contacto social de ningún tipo, tiene un 26% más de probabilidad de sufrir una muerte prematura. Según los autores de esta revisión, el riesgo asociado con el aislamiento social es comparable con otros factores de riesgo bien establecidos, como el consumo de drogas o la falta de acceso a la atención médica e incluso es mayor que el asociado a la obesidad.

En otra revisión de estudios reciente también se ha determinado el incremento en el riesgo de suicidio de las personas socialmente aisladas. Según los autores de esta revisión, "los datos de los estudios observacionales sugieren que el aislamiento social objetivo debe ser incorporado en la evaluación del riesgo de suicidio".

Raquel fue una de esas presas que no soportó el aislamiento. El 11 de abril de 2015 se quitó la vida en su celda del Departamento Especial de Régimen Cerrado de la prisión de Brians I, en Barcelona, tras nueve meses consecutivos de aislamiento. Según la familia, que ha denunciado a la Generalitat, los servicios psicológicos de la cárcel eran conscientes del "deterioro emocional" de la reclusa, pero no aplicaron en ningún momento el protocolo para la prevención de suicidios.

España incumple las recomendaciones de la ONU

En España, la ley penitenciaria permite hasta 42 días seguidos de régimen de aislamiento en caso de sanción disciplinaria, una medida que casi triplica la recomendación del Comité contra la Tortura de Naciones Unidas (CAT, por sus siglas en inglés), que establece un máximo de 15 días seguidos y que solo indica esta medida como extraordinaria.

Este límite está apoyado por los resultados de varios estudios científicos, incluidos los que presentaron Smeyne y Zigmond a principios de este mismo mes junto a Robert King. "El hecho de que veamos alteraciones cerebrales en tan solo un mes de aislamiento sugiere que los cambios son rápidos", afirman ambos investigadores e insisten en que "sobre la base de los importantes efectos psicológicos que produce, consideramos que el aislamiento por períodos superiores a 15 días debe ser eliminado".

Sin embargo, Raquel estuvo mucho más de 15 días encerrada, incluso más de los 42 que estipula la ley, ya que existe una excepción, el primer grado. Este régimen especial se aplica en casos de "peligrosidad extrema o manifiesta inadaptación a los regímenes ordinarios" y permite que el aislamiento se prolongue de forma indefinida. En la actualidad hay poco más de un centenar de presos en esta situación en las cárceles españolas. Algunos de ellos, pasarán casi toda su condena en aislamiento.