

# Yo sí te conozco

## Las voces que acompañan

Programa Municipal de Acogida Temporal  
Barcelona Protege a Periodistas de México



Asociación por los Derechos Humanos  
Taula per Mèxic

YO SÍ TE CONOZCO  
LAS VOCES QUE ACOMPAÑAN

*Programa Municipal de Acogida Temporal Barcelona Protege a Periodistas de  
México*

*Alba Aran  
Arturo Landeros  
Clemencia Correa  
Iratxe Sesma  
Jessica G. Arellano  
Malinalli García  
Marina Domènech  
Rosana Carvalho  
Patricia Jirón  
Xavier Giró  
Wara Revollo*

Entrevistas a  
*Patricia Mayorga  
Yaneli Fuentes  
Alí Pacheco  
Néstor Troncoso*

Prólogo de  
*David Llistar con la colaboración de Judit Salas*

**TAULA  
PER  
MÈXIC**  
TRABAJANDO DESDE  
BARCELONA POR LA PAZ Y LOS  
DERECHOS HUMANOS EN  
MÉXICO

*Asociación por la paz y los derechos humanos Taula per Mèxic*



*Ajuntament de Barcelona  
Direcció de Justícia Global i Cooperació Internacional*

EDICIÓN, DISEÑO Y MAQUETACIÓN

*Sandra Rodríguez*

ILUSTRACIÓN PORTADA

*Eduard Sales*

FOTOGRAFÍA

*Malinalli García*

IMPRESIÓN

*BookPrint Digital S.A*



*Creative Commons*  
**Asociación por la Paz y los Derechos Humanos  
Taula per Mèxic**

*Barcelona, 2020*

*“De pronto, nos encontramos cubriendo una guerra sin ser corresponsales de guerra. No entendimos que se trataba de una guerra hasta años después. A un periodista que lo envían a cubrir un conflicto armado en otro país o en otra región sabe a lo que va, sabe que habrá dos frentes. Pero en el caso de quienes somos reporteros en este país y en estados como Chihuahua, es distinto. No hay dos frentes, sino varios y no es posible distinguir entre el bien y el mal, entre la autoridad y el criminal. Las víctimas son nuestra gente”.*

Patricia Mayorga

*“La libertad de expresión no se mide por lo que se expresa, sino por la capacidad de sobrevivir después de lo que se expresa”.*

Xavier Giró

# Contenidos

Prólogo.....	13
<i>David Llistar y Judit Salas</i>	
Introducción.....	19
<b>1. El Periodismo en México 2019-2020</b>	
La situación del periodismo en México 2019-2020.....	27
Periodistas asesinados/as 2019-2020.....	39
<b>2. Vivir bajo amenaza</b>	
Periodistas en situación de amenaza.....	49
<i>Rosana Carvalbo</i>	
<b>3. Las voces del programa</b>	
<i>Periodistas en acogida durante 2019-2020</i>	
Entrevista a Patricia Mayorga.....	59
Entrevista a Yaneli Fuentes.....	69
Entrevista a Alí Pacheco.....	81
Entrevista a Néstor Troncoso.....	91
<b>4. Un Programa municipal de acogida temporal</b>	
Suma de voluntades.....	117
<i>Arturo Landeros</i>	
Surgió de la necesidad.....	121
<i>Alba Arán</i>	
<b>5. Las voces que acompañan</b>	
<i>El equipo de trabajo</i>	
ACOMPañAMIENTO INTEGRAL	
¿Por que es clave el acompañamiento en el Programa?.....	131
<i>Alba Aran</i>	



Acompañando a quien nos impulsa a entender el mundo.....135  
*Malinalli García*

#### EJE DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL

Nuestro acompañamiento psicosocial a periodistas de  
México.....141  
*Wara Revollo*

La atención psicosocial desde mi experiencia y perspectiva en el  
programa de acogida.....153  
*Patricia Jirón*

La experiencia de Aluna en el acompañamiento psicosocial a  
periodistas en riesgo.....159  
*Clemencia Correa González i Jessica G. Arellano López*

#### EJE DE INCIDENCIA POLÍTICA

Visibilizando entre cuidados.....171  
*Arturo Landeros*

#### EJE DE SALUD

El papel de la alimentación consciente en la salud de las personas  
acogidas.....177  
*Iratxe Sesma*

La importancia de conectar con el cuerpo y el alma.....181  
*Marina Domènech*

#### EJE DE FORMACIÓN

SARA (Seminario Ambulante de Reporterismo en América  
Latina.....187  
*Xavier Giró*

### 6. Nuestro horizonte

Yo sí te conozco.....193

El equipo de acompañamiento.....197

*Informe realizado en el marco del “Programa Municipal de Acogida  
Temporal Barcelona Protege a Periodistas de México”*



# Prólogo

- David Llistar -  
*Con la colaboración de Judit Salas*

Corría la primavera de 2016 cuando en el Ayuntamiento recibimos por primera vez una delegación de personas comprometidas con la defensa de los derechos humanos en México, y muy concretamente con la libertad de expresión y con aquel colectivo que la encarna como nadie en el ejercicio de su profesión, los y las periodistas. En ese momento, sin saberlo, se estaban poniendo los cimientos para la creación de lo que hoy conocemos como el *Programa municipal Barcelona protege a periodistas de México*. En aquella reunión ni siquiera existía la asociación *Taula per Mèxic*, paraguas bajo el cual, meses más tarde, ese grupo de activistas comprometidos y determinados acabaría organizándose.

A fecha de hoy, nos enorgullece, como *Dirección de Justicia Global y Cooperación Internacional del Ayuntamiento de Barcelona*, haber dado ese empujón para que naciera *Taula per Mèxic* y, poco después de que echara a andar, se hiciera cargo de un proyecto piloto de acogida temporal en 2017, que más tarde dio paso al programa municipal en 2018.

A lo largo de todo este tiempo, el programa ha ido creciendo, consolidándose, con sus aciertos y sus errores, pero con la misma fuerza y entrega que cuando, todavía en fase beta, recibió al primer periodista, el bloguero Alberto Escorcía, experto en tecnocensura, el primero de los once que la ciudad de Barcelona ha tenido el privilegio de acoger a día de hoy. Incluso en plena pandemia originada por la COVID-19, este año 2020 han podido salir de México dos periodistas para ser acogidos por el programa.

Más allá de los beneficios que el programa haya podido acarrear a las personas acogidas, éste ha contribuido a visibilizar una realidad sobrecogedora poco conocida tanto en Barcelona como en Europa: la violencia a la que se enfrenta en México el colectivo de periodistas. Las aterradoras cifras de asesinatos, desapariciones y

torturas hablan por sí mismas.

Ciertamente, como han señalado algunos corresponsales de México en nuestro país, y como han constatado los y las periodistas mexicanos que han residido temporalmente en Barcelona, la imagen que mayoritariamente se tiene aquí de lo que ocurre en México, un país de renta media y aparentemente sin conflicto armado, dista mucho de la realidad. Las entrevistas y los artículos que se han publicado en nuestros medios de comunicación acerca de las personas acogidas y la labor que desempeñan pretenden abrir los ojos a esa realidad.

Mi primer viaje oficial como director de *Justicia Global del Ayuntamiento de Barcelona* tuvo como destino México. El entonces primer teniente de Alcaldía, Gerardo Pisarello y yo nos desplazamos a México para conocer de primera mano a los colectivos de familiares de desaparecidos y a las asociaciones de periodistas que los apoyaban. En aquel entonces Fidel Herrera había sido nombrado cónsul de México en Barcelona a propuesta del presidente Peña Nieto y con el acuerdo del Gobierno de M.Rajoy, y obviamente, sin ninguna consideración del gobierno municipal. Vertían sobre él acusaciones de blanqueo de capitales, y vínculos con organización criminal ligada a violaciones de derechos humanos en el estado de Veracruz.

El encuentro con las asociaciones de familiares de desaparecidos fue reveladora, vidas enteras dedicadas a encontrar y recuperar los restos de sus hijos, hermanas, familiares que en su día fueran asesinados por organizaciones criminales a menudo instaladas en estructuras del Estado mexicano, y sepultadas en algún lugar remoto del país. Regresamos dolidos, abrumados, pero también determinados a dar nuestro apoyo desde la distancia, poniendo en juego a Barcelona a favor de la justicia de las víctimas y de aquellas personas que las apoyaran en aquella guerra descarnada.

Estas vivencias, unidas a la predisposición mostrada por las personas que desde Barcelona trabajaban por los derechos humanos en México, propiciaron que nos pusiéramos manos a la obra en la creación de un programa estable de apoyo a las víctimas de la

violencia en México. De igual manera que recordábamos la solidaridad de la sociedad mexicana con la diáspora de refugiados catalanes que pudieron escapar de la violencia y las fosas comunes del franquismo, durante y después de la Guerra Civil española, Barcelona aunque fuera de forma mucha más modesta, podía apelar a la deuda vital histórica que tienen unos pueblos con otros cuando se ayudan solidariamente en tiempos difíciles. Tratar de resarcirla en el momento más necesario para las gentes de México que luchan por la paz y la justicia. Así hicimos. Apoyamos la creación de la *Taula per Mèxic* e impulsamos un programa de protección para un colectivo clave para la lucha contra el narcocrimen y la corrupción política: los periodistas. Estaban siendo asesinados los que levantaban las tramas y crímenes, se producía a una velocidad superior a la de cualquier otro país en guerra, incluida Siria. Quizás, el programa sería como un buque de exiliados en 1939. Como una reducción y actualización del buque Sinaia que en mayo de 1939 trasladó al puerto de Veracruz a 307 familias, 1.800 personas que se habían refugiado en campos de concentración franceses y que habían aceptado la oferta del presidente de México, Lázaro Cárdenas, de ser acogidos. El puerto de esa ciudad hermana, Veracruz, hoy sede del cartel de los Zetas, y donde el ex-cónsul de México tuvo su despacho como gobernador. Estamos seguros de que los colectivos de víctimas de esa ciudad hermana lo agradecerán.

Finalmente, el *Programa* y el trabajo con la *Taula* refuerzan a Barcelona como ciudad faro de los derechos humanos bajo el lema “defender a los que los defienden”, pone luz a una misión que toma nuevas y viejas expresiones, la justicia global. Qué mejor que poner luz en una guerra oscura, silenciosa y ocultada como la que tiene lugar hoy en México para tratar de ponerle fin.

En las páginas siguientes se ilustra con datos de fuentes reputadas el estado del periodismo en México. Detrás de esas cifras alarmantes hay personas, seres humanos que sufren, pero también que luchan con la palabra y la verdad, y se ponen en riesgo para defender el derecho a la información. Cuando conoces a estas personas valientes, cuando te cuentan de viva voz sus historias, y también las historias de otras personas silenciadas a las que dan visibilidad, esas cifras dejan de ser meros números para convertirse en una

interpelación directa a la acción.

Esa acción es la que se propone llevar a cabo el programa, consciente de que se trata de una humilde contribución a una problemática compleja y enquistada.

En cualquier caso, sería injusto y reduccionista por nuestra parte considerar que el paso de las personas beneficiarias por el programa es un bálsamo de tranquilidad. Lo cierto es que los y las periodistas que aceptan venir a Barcelona demuestran nuevamente su valentía, puesto que se enfrentan a incertidumbres, renuncias personales, separaciones dolorosas y otras inquietudes e inseguridades, no solo al principio de su estancia, sino también cuando encaran el retorno a México. Cada uno de ellos vive el proceso de manera distinta, como se pone de manifiesto en las entrevistas que se incluyen en las páginas siguientes. Por ello, es básica la labor de acompañamiento que se realiza por parte de todos los actores que participan en el programa, desde las contrapartes mexicanas que proponen a las personas candidatas, hasta las personas voluntarias que hacen un poco más agradable el día a día de las personas acogidas en Barcelona, pasando por los profesionales que les proporcionan atención psicosocial y formaciones varias. Los testimonios que se recogen en esta publicación son muy ilustrativos de la importancia de sus funciones.

No quisiera terminar sin antes agradecer muy especialmente a la *Taula per Mèxic* su dedicación y compromiso con el programa y el cariño con el que trata a las personas acogidas, a las que me dirijo ahora:

Alberto, Martín, Carlos, Jacob, Luis Daniel, Mayra, Miriam, Yanely, Patricia, Alí, Néstor, os amenazan a vosotros, pero no es una amenaza individual sino colectiva, amenazan al gremio de periodistas que se atreven a investigar vulneraciones de derechos humanos, y también, cuando os amenazan a vosotros, amenazan a vuestras familias, a vuestro entorno más próximo. Se trata de un efecto dominó que tiene por objetivo acallar voces incómodas y alentar la autocensura. Esa es la prueba de que os consideran poderosos, y lo sois. Nunca podremos agradeceros lo suficiente vuestra labor.

Queremos que sepáis que no estáis solos, nos tenéis a vuestro lado, vigilantes.

\*\*\*

---

*David Llistar es director de Justicia Global i Cooperación Internacional del Ayuntamiento de Barcelona.*

*Judit Salas es adjunta a la dirección de Justicia Global i Cooperación Internacional del Ayuntamiento de Barcelona.*



## Introducción

*“Al llegar al puente el policía federal me pidió que me bajara del carro, que no había problema, a lo que manifesté:*

*— ¿Cómo no va a haber problema si están agresivos y golpeando mi carro?*

*— Yo te voy a cubrir, sólo van a hablar contigo—. Afirmó. Para de manera inmediata decir:*

*— ¡Yo ni te conozco! — Dejándome a merced de los agresores y retirándose de manera inmediata”.*

Néstor Troncoso, periodista acogido en el Programa Municipal de Acogida Temporal Barcelona Protege a Periodistas de México

La protección de personas defensoras de derechos humanos, y entre ellas las y los periodistas, es una responsabilidad internacional por lo que implica a la transformación de las relaciones de poder que generan desigualdades por todas partes y al cuidado de las personas que luchan por cambiar este paradigma.

La concepción de justicia global plantea un marco de análisis más amplio y completo que aquel que se centra en la dicotomía norte-sur y en la linealidad en el desarrollo. Resalta las crecientes interconexiones a nivel global y, por tanto, las interferencias que las acciones producen sobre otros pueblos y territorios. Pone el acento en los elementos estructurales que generan injusticias y promueve la transformación de las relaciones de poder que potencian las desigualdades. Asimismo, propone un cosmopolitismo de los derechos humanos, bajo la asunción de que todas y todos tenemos responsabilidades y obligaciones respecto de las injusticias que sufren los “demás”, independientemente del lugar donde se produzcan.

Es en este contexto que surge el Programa Municipal de Acogida Temporal Barcelona Protege a Periodistas de México. El Programa sigue la estela de otros programas ya existentes en el estado español de los cuales hemos tomado nota para brindar lo mejor de cada uno:



*Programa Asturiano de Atención a Víctimas de la Violencia en Colombia* (fundado en 2001), *Programa Vasco de Protección de Defensoras y Defensores de Derechos Humanos* (2011), *Programa Català de Protecció a defensors i defensores dels Drets humans* (2017).

Estos programas existen gracias a la colaboración de entidades y gobiernos autonómicos y municipales. Quienes formamos parte de estas organizaciones y administraciones públicas nos transmitimos experiencias y respuestas a problemáticas comunes que han enriquecido nuestra labor y fortalecido el trabajo en red. Las complicaciones de obtener un visado que pueda permitir una estancia de seis meses de acogida, o cuestiones relacionadas con problemáticas de la convivencia cotidiana en un mismo piso de acogida nos son comunes. El intercambio de saberes nos ha hecho reflexionar y, hasta en cierto sentido, homologar a mejor nuestra muy específica actividad: el cuidado y fortalecimiento de personas que defienden los derechos humanos.

Las defensoras y los defensores realizan labores extraordinarias, pero son personas. Se ven obligadas a ser desplazadas de su región y viajan con una mochila llena de cosas buenas y otras no tanto. Cada una de ellas está rodeada de complejidades y contradicciones, de muchas luces y algunas sombras. Y no siempre las encontramos en el mejor estado de ánimo cuando bajan del avión. Son días intensos para las personas acogidas y para quienes hacemos el acompañamiento, no siempre fácil. Quemarse (*burnout*) es un verbo que constantemente nos ronda. Nos encontramos reflexionando constantemente si acaso estamos haciendo lo correcto para que una persona pueda encontrar su tiempo y su tranquilidad durante la estancia. Siempre con ganas de que no se pierda ninguno de los planes que les hemos diseñado. Que desconecte de una vez con aquel país que lo atormenta para que pueda centrarse en la terapia, o en su salud. Es fácil resultar pesado y volvernos una carga extra para nuestros huéspedes.

En general las personas acogidas dentro del Programa tienen toda la libertad para elegir lo que más crean conveniente dentro de los diferentes itinerarios marcados por los ejes de trabajo, ya sean terapias o cursos. Pero necesitamos orientarlas para que puedan

utilizar su estancia de la mejor manera, a su ritmo, pero con la importancia que conlleva. La salud, la orientación laboral para el retorno, las mejoras en nutrición y autocuidado, pero también las redes que se puedan construir entre colegas de ambas orillas, así como con actores políticos y mediáticos, son objetivos de la estancia que han sido muy bien valorados por las 10 personas que han sido acogidas en Barcelona desde hace 3 años.

La solución que hemos encontrado es la de construir los itinerarios colectivamente, las 17 personas del equipo de trabajo que desde la Taula per Mèxic ejecutamos el Programa en cada uno de los ejes y en la parte técnica, en comunicación constante con la Direcció de Justícia Global i Cooperació del Ajuntament de Barcelona. Construir significa consultar constantemente a cada eje y cada persona voluntaria y colaboradora hacia dónde y cómo podríamos orientar la estancia. ¿Cuándo avanzar o retroceder en cada aspecto para encontrar el equilibrio?

Es este equipo el que hace posible la existencia del Programa. Con su voluntad y compromiso para cambiar la situación de un colectivo de personas que se encuentran amenazadas y perseguidas en un país tan contradictorio como México. Un equipo con perfiles técnicos y profesionales en constante adaptación a las necesidades de las personas acogidas. Pero sobre todo un equipo de trabajo que tiene la capacidad de construir puentes entre los corazones de las personas que se ven desplazadas de su hogar y una ciudad como Barcelona, una ciudad conectada a lo que esta pasando en el mundo, una ciudad de acogida.

Las personas que conforman el equipo de trabajo son la cara visible de una ciudad que recibe a las y los periodistas para brindarles un respiro, la reconstrucción de sentidos y el fortalecimiento de capacidades vitales. Por ello, la invitación de este libro es precisamente asomarse a los testimonios del equipo de trabajo del Programa, para que de su propia mano nos narren quiénes son y qué les hace embarcarse en la dura labor de construir justicia global a través del acompañamiento. Dura pero gratificante labor de retornar al mundo a quien con generosidad trabaja por los derechos humanos de todas las personas en el mundo, construyendo democracia

y verdad en tiempo de *fake news*.

El equipo y las personas acogidas en su propia tinta, es lo que se puede leer en este libro. Las experiencias y las voces de quienes acompañan, y de quienes han sido protagonistas del programa durante el 2019 y el muy complicado 2020. Un homenaje a las personas voluntarias que trabajan por los derechos humanos en México desde Barcelona.

\*\*\*

# 1. El periodismo en México 2019-2020





México tiene el triste récord de ser el país en “paz” que ha mantenido un alto nivel de asesinato de periodistas desde 2006, con picos importantes en años sumamente violentos que en ocasiones se explican por ser coyunturas electorales o cambios de gobierno. Cabe recordar que la violencia contra periodistas no es autoría exclusiva del narcotráfico, también son funcionarios públicos de diferentes niveles de gobierno o miembros de partidos políticos.

El año 2019 cerró con al menos 10 personas periodistas asesinadas por ejercer su trabajo, según reporta la organización Artículo 19. Se trata del primer año de gobierno del presidente Andrés Manuel López Obrador.

## La situación del periodismo en México 2019-2020

- Equipo de Investigación e Incidencia -



Concentración en Barcelona el día después del asesinato de cinco personas en la colonia Narvarte, entre las que se encontraba el fotoperiodista Rubén Espinosa, (julio 2015).

En el año catorce de la mal llamada Guerra contra el Narcotráfico, México acumula un rastro de al menos 275.817 personas asesinadas y 60.053 personas desaparecidas desde 2006, según las cifras oficiales. En 2019 el país alcanzó una cifra récord de 35.588 asesinatos, superando los 33.743 de 2018. La suma de 2019 equivale a un promedio de casi 97,5 asesinatos por día. De las cifras de 2019, 34.582 correspondieron a homicidios dolosos y 1.006 a crímenes tipificados por las fiscalías como feminicidios, tipificación diferente a los asesinatos dolosos de mujeres.

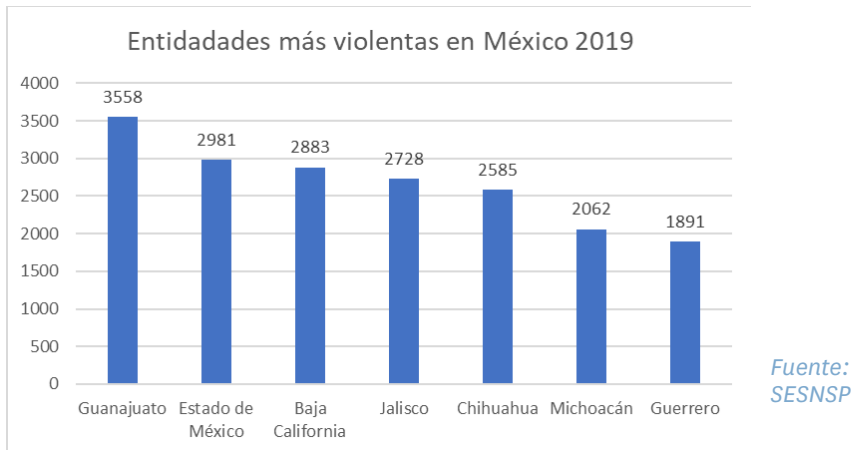
Sin embargo, aunque las cifras de personas asesinadas van en aumento, la tasa de crecimiento interanual entre 2018 y 2019 es la más baja registrada en los últimos años. La tasa de personas asesinadas en 2019, incluyendo homicidios y feminicidios, fue de 28,3 víctimas por cada cien mil habitantes, apenas un 1,8% superior a la de 2018.



Fuente:  
SESNSP



Guanajuato fue el estado de la República mexicana con el mayor número de víctimas mortales con 3.558 personas asesinadas, seguido por el Estado de México, con 2.981; Baja California, 2.883; Jalisco, 2.728; Chihuahua, 2.585; Michoacán, 2.062, y Guerrero, con 1.891.



En 2019, entre las ciudades más violentas del mundo se encontraron cinco ciudades mexicanas: Tijuana, Ciudad Juárez, Uruapan, Irapuato y Ciudad Obregón. De hecho, México acumuló 19 de las 50 ciudades con más homicidios registrados el año pasado en todo el mundo.

Ciudades más violentas en el Mundo por tasa de asesinatos según habitantes 2019

Posición	Ciudad	Estado	País	Homicidios	Habitantes	Tasa
1	Tijuana (AM)	Baja California	México	2367	1763197	134,24
2	Juárez	Chihuahua	México	1522	1455923	104,54
3	Uruapan	Michoacán	México	301	351823	85,54
4	Irapuato (AM)	Guanajuato	México	723	895515	80,74
5	Ciudad Obregón	Sonora	México	281	348154	80,72
6	Caracas	Caracas	Venezuela	2134	2858933	74,65
7	Acapulco	Guerrero	México	600	837914	71,61
8	Cape Town	Cape Town	Sudáfrica	3065	4488545	68,28
9	St. Louis	Missouri	EEUU	194	300576	64,54
10	Vitória da Conquista	Bahía	Brasil	205	341597	60,01

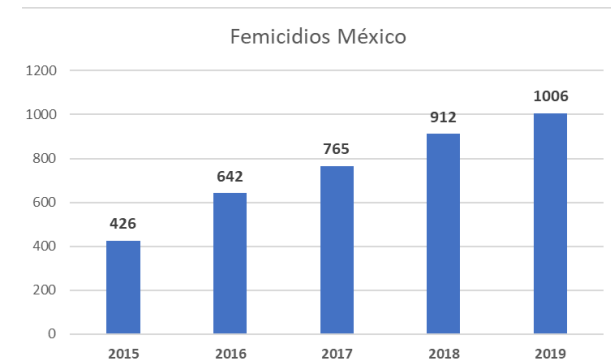
Fuente: Justicia y Paz México

A nivel nacional, en 2019 se registraron un total de 1.006 feminicidios, en comparación con los 912 de 2018, según datos del Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública (SESNSP). Las cinco entidades con más víctimas de feminicidios en el 2019 fueron Veracruz (163), Estado de México (125), Ciudad de México (68), Nuevo León (67) y Jalisco (56); en éstas se cometieron en promedio uno de cada dos homicidios de mujeres durante ese año.

Un feminicidio no sólo significa que una mujer es asesinada. Implica, además, que fue asesinada precisamente por ser mujer. Durante 2019 se registraron 1.006 presuntas víctimas de feminicidio en México, lo que significa que cada día fueron asesinadas casi tres mujeres por razones de género.

Entre los municipios y alcaldías con el mayor número de casos de feminicidios se encuentra Monterrey, que ocupa el primer lugar (19), seguido de Culiacán (17), Iztapalapa (14), San Luis Potosí (13), Tijuana (12), Juárez (12), Guadalajara (12), Xalapa (12), Puebla (11), el municipio de Centro en el estado de Tabasco (11), Coatzacoalcos (11), la alcaldía de Gustavo A. Madero (10), Toluca (10), Cuernavaca (10) y Veracruz (10). Se tratan, en general, de municipios y alcaldías de carácter urbano, muchos de ellos incluso son sedes en la capital del estado.

La tendencia indica que entre 2015 y 2019 los asesinatos por razones de género se incrementaron de 426 casos en 2015 a 642 en 2016, a 765 en 2017, a 912 en 2018 y a 1.006 en 2019.



En estos cinco años, el número total de mujeres y niñas asesinadas tanto por razones de género como por homicidios dolosos incrementaron en alrededor del 77%, es decir, de un promedio de seis mujeres y niñas asesinadas al día en 2015, se pasó a ocho crímenes en 2016, a nueve en 2017 y a diez en 2018 y 2019, respectivamente.

Actualmente, los 32 estados del país han tipificado el delito de feminicidio en sus respectivos códigos penales como un delito autónomo; sin embargo, es posible advertir diferencias en cuanto a la definición del tipo penal, las hipótesis que consideran para acreditar las razones de género y los agravantes del delito que se contemplen en algunos estados.

El feminicidio se incorporó al Código Penal Federal mexicano en el 2012 y es precisado como el delito de privar de la vida a una mujer exclusivamente por razones de género, que se enlistan así: violencia sexual previa al asesinato; lesiones físicas previas; antecedentes de violencia doméstica; relación sentimental con el agresor; amenazas, acoso u hostigamiento previo; privación de la comunicación y exposición pública del cuerpo de la víctima. Cabe señalar que la tipificación de los casos de feminicidio depende de las fiscalías regionales, por lo que los datos sólo reflejan eso, los datos presentados por dichas fiscalías.

Sumado a todo lo anterior, México se sitúa entre los 10 países con mayores niveles de impunidad de los 69 analizados por el Índice Global de Impunidad, elaborado por la Universidad de las Américas Puebla (UDLAP), en un análisis que cubre el sexenio de Enrique Peña Nieto (2012-2018). El estudio señala los principales fallos detectados: policías poco preparados, fiscalías anticorrupción con escasos recursos y un número de jueces muy por debajo de los estándares internacionales. Este último factor señala que en México existen 2,17 jueces por cada 100.000 habitantes, frente a los 17,83 en promedio mundial. A diferencia de los jueces, el país cuenta con 347 uniformados por cada 100.000 habitantes, frente a los 314 de media en el resto de países analizados. México es un país de pocos jueces y mucha policía. Desde el inicio de la llamada Guerra contra el Narco, la estrategia de seguridad de los últimos 3

gobiernos se ha apoyado principalmente en el Ejército. Una de las primeras decisiones de calado del actual Ejecutivo, Andrés Manuel López Obrador, fue la creación de la Guardia Nacional, un nuevo cuerpo de carácter civil, pero composición militar, para hacer frente a la crisis de seguridad.

López Obrador ha hecho de la lucha contra la impunidad una de sus prioridades, tras los excesos de la anterior administración de Peña Nieto. Sin embargo, se mantiene un porcentaje de casos no resueltos cercano al 99%.

El Gobierno actual ha reformado la Constitución para tipificar la corrupción como delito grave y aumentar las penas. Además, ha manifestado su apoyo a la Fiscalía General de la República en el lanzamiento de investigaciones de alto impacto mediático a antiguos altos cargos, entre ellos el exdirector de Petróleos Mexicanos (Pemex), Emilio Lozoya. Pese a estas acciones, los niveles de inseguridad se han mantenido estables y la política de austeridad hace temer un debilitamiento de las instituciones, especialmente en el funcionamiento del sistema de justicia.

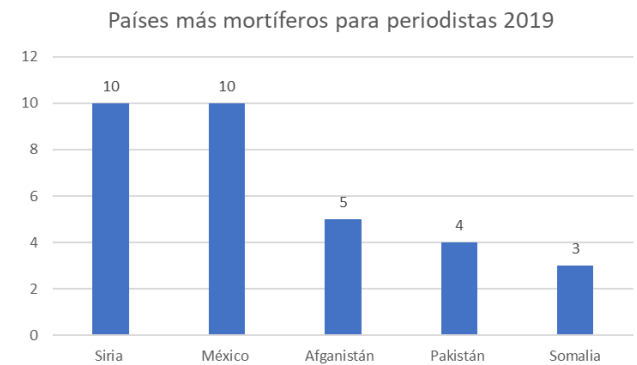
## EL PERIODISMO EN MÉXICO 2019-2020

México fue en 2019 el país del mundo con más periodistas asesinados por realizar su trabajo fuera de un país con una guerra convencional, como es el caso de Siria. Según varios informes presentados por organizaciones internacionales como el Comité para la Protección de Periodistas (CPJ) o Reporteros Sin Fronteras (RSF), la tendencia sobre el asesinato a periodistas ha bajado en los últimos años, esto probablemente debido a la estabilización de algunos conflictos en regiones donde los periodistas eran alcanzados por balas perdidas, explosiones, fuegos cruzados o en algunos casos asesinados expreso.

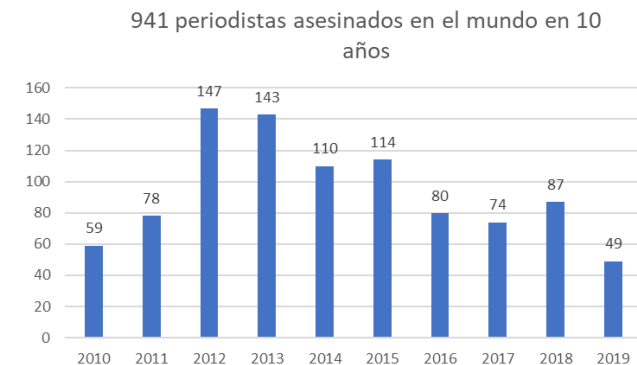
Es importante mencionar que en México ha aumentado la incitación a la hostilidad contra el periodismo por varias vías, desde el desprestigio y la estigmatización, hasta el asesinato. En el primer caso se reportan incrementos en actos y discursos hostiles con mi-

ras a intimidar a periodistas y sembrar la desconfianza en la información profesional, donde las mujeres periodistas en particular sufren más ataques.

En el segundo caso se agravan los ataques físicos y las desapariciones de periodistas en un contexto de impunidad inacabable. México es un ejemplo de la situación de peligro en que las personas periodistas realizan su actividad. Desde el año 2000 se ha documentado el asesinato de 132 periodistas según informa la organización internacional Artículo 19. De estos, 47 ocurriendo durante el gobierno de Enrique Peña Nieto (2012-2018) y 14 en el actual de Andrés Manuel López Obrador. Es en el estado de Veracruz donde más periodistas han sido asesinados, especialmente durante el mandato del gobernador Javier Duarte (2010-2016) con 28 muertes de periodistas.

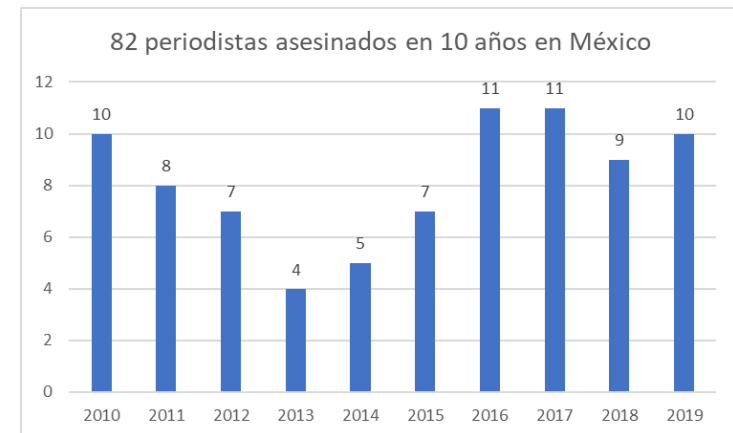


Fuente: RSF



México tiene el triste récord de ser el país en “paz” que ha mantenido un alto nivel de asesinato de periodistas desde 2006, con picos importantes en años sumamente violentos, que en ocasiones se explican por ser coyunturas electorales o cambios de gobierno. Cabe recordar que la violencia contra periodistas no es autoría exclusiva del narcotráfico, también son funcionarios públicos de diferentes niveles de gobierno o miembros de partidos políticos. Por ejemplo, en 2018, año electoral, integrantes de partidos políticos cometieron 86 agresiones, mientras que el crimen organizado fue responsable de 28. Al año siguiente, las posiciones se invirtieron, el crimen organizado cometió 49 agresiones y los militantes de partidos políticos 13.

Así, el año 2019 cerró con al menos 10 personas periodistas asesinadas por ejercer su trabajo, según reporta la organización *Artículo 19*. Se trata del primer año de gobierno del presidente Andrés Manuel López Obrador. La tendencia se mantiene desde que se reportaran los años más violentos durante el gobierno del ex presidente Enrique Peña Nieto (2012-2018), especialmente el año 2017, uno de los más violentos contra periodistas y personas defensoras de derechos humanos.



Fuente: Artículo 19

**Número de agresiones y asesinatos durante los sexenios de EPN y AMLO**

GOBIERNO	AÑO	NÚMERO DE AGRESIONES	NÚMERO DE ASESINATOS
ENRIQUE PEÑA NIETO 2,522 agresiones contra la prensa, entre ellas, 47 asesinatos de periodistas	2012 (1 al 31 de diciembre)	20	0
	2013	330	4
	2014	326	5
	2015	397	7
	2016	426	11
	2017	507	12
	2018 (1 de enero al 30 de noviembre)	516	8
ANDRÉS MANUEL LÓPEZ OBRADOR 637 agresiones contra la prensa, entre ellas, 11 asesinatos de periodistas	2018 (1 al 31 de diciembre)	28	1
	2019	609	10
	2020		Al menos 4 personas al 08/08/2020

Fuente: Artículo 19

Sin embargo, en cuanto a número de agresiones, la tendencia va en aumento. En 2013, *Artículo 19* documentó 330 agresiones en contra de periodistas. Para 2019, el número aumentó a 609, lo que representa un incremento de 85%. Con respecto al 2018, el 2019 incremento las agresiones en un 11,9%. Las fiscalías regionales siguen siendo cómplices de la violencia contra la prensa y no dan signos de que los niveles de impunidad vayan a revertirse.

De 1 614 casos de agresiones contra periodistas en trámite desde que la Fiscalía Especial para la Atención de Delitos Cometidos contra la Libertad de Expresión (FEADLE) en 2010, sólo ha logrado 14 sentencias. De ahí que el 99.13% de los casos permanezca impune. Las regiones donde más se efectuaron agresiones contra la prensa fueron: la Ciudad de México, con 84 casos, equivalentes a 13,79% del total, seguida por Quintana Roo, sede del balneario Cancún, con 57 agresiones, un 9,35%. En tercer lugar, se encuentra Guerrero, con 51 agresiones, un 8,37%. En cuarto lugar, com-partido Oaxaca y Veracruz se documentaron 33 ataques en cada uno, un 5,41%.

Para *Artículo 19*, uno de los factores que impulsó el incremento de agresiones en la Ciudad de México, por ejemplo, fue la estigmatización de la prensa por parte del discurso del Estado. Según esta organización, se han incrementado los ataques para denostar a quienes critican o cuestionan al presidente López Obrador, a través de escalar el nivel de confrontación hacia la prensa. Para *Artículo 19*, el hostigamiento proviene de las redes sociales que funcionan como bases de apoyo del Lopezobradorismo que adoptan el discurso de enfrentamiento del presidente contra periodistas, cuestión que se materializa en ataques por twitter u otras redes sociales, e incluso amenazas de ataques físicos.

La independencia de la prensa mexicana ha sido un tema difícil de tratar a través de los diferentes gobiernos, pero especialmente desde el año 2006 con la llegada de Felipe Calderón a la presidencia. Recientemente su ex secretario de seguridad pública Genaro García Luna fue detenido en Estados Unidos señalado por mantener relación con carteles del narcotráfico, mientras era el principal responsable de ejecutar la política en materia de seguridad nacional. Se menciona especialmente su relación con Joaquín El Chapo Guzmán, quien fuera líder del poderoso Cartel de Sinaloa.

García Luna protagonizó algunos episodios de montajes televisivos de falsas detenciones de delincuentes e imputación de personas inocentes, en complicidad con medios de comunicación como Televisa y de periodistas como Carlos Loret de Mola, que han destapado una práctica común entre medio, periodistas al servicio de un régimen político de continuidad que comenzó en el calderonismo y se reforzó durante el gobierno de Peña Nieto. En este contexto, la lista de periodistas afines a los regímenes anteriores y sus muy probables complicidades en procesos de corrupción política han llevado a una narrativa parcial de la labor del periodismo en los últimos 12 años.

Sin embargo, se olvida que durante los gobiernos de Felipe Calderón y Enrique Peña Nieto existieron reportajes y artículos de investigación que colaboraron en sacar a la luz el grado de corrupción de ambos regímenes. Situación que hoy está en las primeras páginas de los diarios en México, y en la prensa internacional, tras

la detención del ex director de Petróleos Mexicanos (Pemex), Emilio Lozoya, quien parece haber llegado a un acuerdo con el gobierno mexicano para delatar las prácticas corruptas del calderonismo y del peñismo a cambio de rebajar su condena por aceptar dinero del multicitado caso Odebrecht, la trama de corrupción más importante a nivel Latinoamérica.

Pero el ambiente creado por las situaciones vividas en la relación prensa y gobiernos anteriores, parece tener una fuerte implicación en el presente gobierno. Esta segregación entre periodistas que fueron beneficiados por Calderón o Peña Nieto para “hablar bien” de sus iniciativas y acotar a sus adversarios, y la actual actitud de López Obrador para colocar a los periodistas críticos en ese mismo saco, es sumamente peligroso para la Libertad de Expresión e Información, tan necesaria en un país como México.

La independencia que pueda ejercer el periodismo, junto con un poder judicial independiente, desempeñan un papel fundamental en la prevención de la toma del poder estatal con fines privados. Proteger la Libertad de Prensa es velar por la rendición de cuentas de los titulares del poder y de los deberes en cuanto a la protección de los derechos humanos. Pero también de los poderes fácticos, de las empresas privadas y de sus propietarios, de la convivencia del crimen organizado con gobiernos de diferentes niveles.

Cuando los periodistas están protegidos por la ley, cuando pueden investigar, informar y publicar libre y profesionalmente sin estar atados a programas específicos de élites o grupos de interés poderosos y sin temor a ser atacados, es cuando pueden desarrollar su pleno potencial democrático. Pueden pedir cuentas al poder, promover la transparencia, difundir información de calidad y contribuir a un ecosistema de comunicaciones éticas y basadas en hechos.

Para que los funcionarios judiciales puedan salvaguardar eficazmente la libertad de prensa, la seguridad de los/as periodistas y la independencia de los medios, deben existir leyes y sistemas que protejan adecuadamente todo ello, así como la libertad de expresión.

### Periodistas asesinados en México durante 2019-2020

Fecha	Periodista	Entidad	Medio
2019/1/20	Jesús Alejandro Márquez Jiménez	Nayarit	Orión Informativo
2019/2/20	Rafael Murúa Manríquez	Baja California Sur	Radiokashana
2019/3/15	Samir Flores Soberanes	Morelos	Radio Amiltzinko 100.7 FM
2019/05/02	Santiago Barroso	Sonora	Noticias Red 653 / 91.1 FM Río Digital
2019/05/16	Telésforo Santiago Enríquez	Oaxaca	Estéreo El Cafetal 98.7 FM
2019/06/11	Francisco Romero	Quintana Roo	Ocurrió Aquí
2019/07/30	Norma Sarabia	Tabasco	Semanario Chontalpa
2019/08/02	Rogelio Barragán	Morelos	Guerrero Al Instante
2019/08/02	Edgar Alberto Nava López	Guerrero	La Verdad Zihuatanejo
2019/08/02	Jorge Celestino Ruíz Vázquez	Veracruz	El Gráfico de Xalapa
2019/08/24	Nevith Condés Jaramillo	Estado de México	El Observatorio del Sur
2020/03/30	María Elena Ferral	Veracruz	Diario de Xalapa/Quinto Poder
2020/05/16	Jorge Miguel Armenta Ramos	Sonora	Medios Obson
2020/08/02	Pablo Morrugares Parraguirre	Guerrero	PM Noticias
2020/09/09	Julio Valdivia	Veracruz	El Mundo de Córdoba

Fuente: Artículo 19





## Periodistas asesinados/as 2019-2020

- Equipo de Investigación e Incidencia -

Recordamos a los/as periodistas que han sido asesinados/as durante 2019, hasta agosto de 2020.



**Jesús Alejandro Márquez Jiménez**, director del medio digital *Orión Informativo*, su trabajo se caracterizaba por ser muy crítico con funcionarios y servidores públicos locales. Anteriormente trabajó en el *Diario Crítica*.



**Rafael Murúa Manriquez**, director de la radio comunitaria *Radio Kashanay* y miembro de la Asociación Mundial de Radios Comunitarias (AMARC). Dos años antes de su asesinato, fue agredido y tuvo protección de las autoridades federales. Las amenazas siguieron. Según las fuentes, venían por parte de una persona relacionada con el crimen organizado, quien le exigía eliminar o publicar ciertas notas. También denunció que estaba siendo víctima de amenazas por parte del presidente municipal de Mulegé, Felipe Prado.



**Reynaldo López Salas**, periodista y conductor quien por muchos años colaboró en la sección deportiva en la cadena *Televisa* en Sonora, la cual había dejado tres meses antes de su asesinato para producir el programa “Motores del Desierto” que se transmitía en la televisora oficial, *Telemax*.



**Samir Flores Soberanes**, defensor de derechos humanos y fundador de la radio comunitaria *Radio Amiltzinko 100.7 FM*. El periodista indígena náhuatl también presentaba el programa musical “Amanecer Grupero”, era integrante del Frente de Pueblos en Defensa de la Tierra y el Agua Morelos, Puebla, Tlaxcala (FPD-TA-MPT) y delegado del Concejo Nacional Indígena (CNI). Fue amenazado, criminalizado y difamado desde el 2012. Cubría temas relacionados con las problemáticas comunitarias, los efectos y riesgos del Proyecto Integral Morelos (PIM) y la puesta en marcha de una termoeléctrica de la Comisión Federal de Electricidad (CFE) en la comunidad indígena Huexca.



**Santiago Barroso**, locutor de *91.1 FM Río Digital*, director de *No*

*ticias Red 653* y colaborador del semanario *Contraseña*. Los últimos temas que destacan antes de su asesinato son los relacionados con un grupo de migrantes liderados por un traficante de personas cruzando la frontera; así como al narcotráfico, en concreto el papel de San Luis Río Colorado en las rutas de trasiego de drogas del Cártel de Sinaloa y colaboradores locales.



**Telésforo Santiago Enríquez** fue un periodista radial mexicano, fundador de la estación de radio indígena de la comunidad "El Cafetal" en la región indígena del sur de México, en la ciudad de Juchitán, Estado de Oaxaca.



**Francisco Romero** era administrador y director de la página informativa de Facebook “*Ocurrió Aquí*”, además de colaborar para distintos medios en Playa del Carmen, Quintana Roo.



**Norma Sarabia** fue periodista del diario *Tabasco Hoy* durante 15 años. Un grupo armado la atacó en su domicilio, ubicado en Hui

manguillo, el municipio más grande del estado tabasqueño, donde los agresores la asesinaron.



**Rogelio Barragán**, de 47 años, había colaborado con los medios de comunicación locales *Ecos de Guerrero* y *Agencia Informativa Guerrero*. Más tarde, fundó y dirigió la página de noticias *Guerrero Al Instante*. En ella escribía principalmente para la sección judicial y de Nota Roja.



**Edgar Alberto Nava López** administraba la página de Facebook *La Verdad de Zibuatanejo* y era el director de Reglamentos de ese municipio.



**Jorge Celestino Ruiz Vázquez** era reportero del diario *El Gráfico*, en Xalapa, Veracruz. Según medios locales había denunciado amenazas de muerte e incluso hace tiempo su hogar fue atacado a balazos.



**Nevith Condés Jaramillo** era director del portal informativo *El Observatorio del Sur* en el Estado de México. Su labor periodística se concentraba en coberturas sobre el narcotráfico y el despojo de los recursos naturales en la Tierra Caliente, integrada por varias comunidades de los estados de Guerrero, Michoacán y México, azotada por la violencia en los últimos años.



**María Elena Ferral Hernández** era fundadora del portal informativo *Quinto Poder* de Veracruz. Había colaborado por más de 20 años con el *Diario de Xalapa* como corresponsal en la zona de Poza Rica-Papantla. En 2005 ganó el Premio Nacional de Periodismo. Su trabajo abarcó desde la cobertura de los asesinatos políticos, así como la labor de los colectivos de personas desaparecidas.



**Jorge Miguel Armenta Ramos** era dueño de *Grupo Editorial Medios Obson*, que publicaba el diario *El Tiempo*. Fue asesinado cuando salía de un restaurante, en el que comió con tres funcionarios públicos, en Ciudad Obregón, Sonora. Le abrieron fuego con armas de distintos calibres. Estaba adherido al Mecanismo de Protección para Personas



Defensoras de Derechos Humanos y Periodistas.



**Pablo Morrugares Parraguirre** fue asesinado a tiros en Iguala (Guerrero), según reconoce *Artículo 19*. Fue el director de la página de Facebook *PM Noticias* y hacía investigaciones sobre los grupos delictivos de la región, según indica *Reporteros sin Fronteras*.



**Julio Valdivia**, reportero y corresponsal del diario *El Mundo de Córdoba*, fue asesinado por presuntos integrantes de la delincuencia organizada en Tezonapa, Veracruz. El reportero hacía coberturas sobre enfrentamientos, ejecuciones y documentaba la violencia que vive la región de la zona limítrofe entre Oaxaca y Veracruz.

\*\*\*

---

*El equipo de la Comisión de Acción política, incidencia e investigación de la Taula per Mèxic trabaja para generar un espacio de análisis y reflexión sobre la situación sociopolítica, especialmente referente a México, desde la óptica de la protección de los derechos humanos, dentro de la organización. Asimismo, dicha comisión también se encarga de establecer relación con otras organizaciones, con el objetivo de construir alianzas con redes internacionales sobre distintas temáticas; así como en la investigación, análisis y elaboración de insumos para documentar los efectos de los procesos que ponen en riesgo los derechos humanos en México.*

## 2. Vivir bajo amenaza



“Es necesario considerar que asesinar periodistas en México suele ser un mensaje que es absorbido por las y los demás periodistas de todo el país que temen al ver peligrar su vida.

Esta es la fuerza perlocucionaria del conjunto de actos de violencia involucrados en una situación de amenaza: asegurarse de que la amenaza última, el asesinato, tenga una presencia constante dentro de la vida de las personas subyugadas”.

## Periodistas en situación de amenaza

- Rosana Carvalho Paiva -

Cuando hablamos de amenaza de muerte hacemos referencia al hecho de que una persona, mediante palabras o actos, exprese su voluntad de asesinar a otra persona bajo la condicional de que la víctima haga o deje de hacer lo que quiere quien agrede. En este sentido, las personas periodistas mexicanas amenazadas de muerte no suelen sufrir una sola agresión, como un evento único y aislado. Es importante remarcar que suelen estar involucrados en una situación de amenaza de muerte. Esta noción es incorporada aquí para referirse a una totalidad que abarca un conjunto de múltiples actos de violencia que ocurren por un largo tiempo, se infiltran en el ordinario de la vida cotidiana y tienen como objetivo último promover la inmovilización política de las víctimas.

Los actos de amenaza y de hostigamiento pueden valerse de medios verbales (hablados o escritos) o no verbales (por diversas acciones o medios simbólicos). Esos medios verbales o no verbales pueden ser manifestados de manera directa a la víctima principal, o indirecta, es decir, utilizándose de otras personas como intermediarios. Entre los demás actos de violencia se incluyen las torturas, desapariciones, secuestros, agresiones físicas, detenciones arbitrarias, violaciones, extorsiones, asesinatos y masacres.

Entre los actos relacionados con la situación de amenaza, también existen aquellos específicos que tienen que ver con la labor periodística, como los bloqueos informativos y remoción de la información. Las profesionales menos mediáticas y ya marcadas por la precariedad son las más afectadas. La ausencia de apoyo por parte de los medios en que trabajan también es una constante. La situación de amenaza más frecuente es en la que se comprometen a estar en la línea de frente al reportear en los pueblos o trabajando de manera independiente, fuera de los grandes medios. Bajo toda situación mencionada, seguir reportando e informando se convierte en una acción de resistencia continua.



*Reunión con el diputado Gerardo Pisarello, Portavoz de la Comisión de Exteriores del Congreso de los Diputados, con los periodistas Néstor Troncoso y Alí Pacheco.*



Las víctimas tampoco pueden ser consideradas como individuos aislados. Alrededor de cada persona en riesgo está todo un colectivo afectado. En primer lugar, por el círculo más cercano, compuesto por familia, compañeras o compañeros de trabajo, comunidad o vecindario; luego también las redes más amplias de trabajo, apoyo y acción política.

Claro está que hay personas que sufren un mayor riesgo. Suelen ser aquellas que recaudan más visibilidad por lanzar una voz de oposición. Sea como voceras o lideresas de un colectivo, o ejerciendo el periodismo, el acto de denunciar, al cuestionar el orden y el status quo acaban por quitar la capa de naturalidad bajo la cual se pretenden mantener las prácticas de injusticia, violencia y explotación económica. Estas personas en riesgo necesitan de programas y acciones de protección y apoyo inmediato.

Sin embargo, los efectos psicosociales de la situación de amenaza se ramifican mucho más allá de la persona en mayor riesgo, generando un sufrimiento social. En otras palabras, una amenaza es capaz de crear una herida por el trauma individual y colectivo cuyos efectos se alargan por muchos años, afectando tanto a la salud de los individuos como al tejido social.

Tal y como explica la antropóloga india Veena Das sobre los efectos de la violencia, hay eventos críticos capaces de poner el mundo en desorden y las víctimas pasan a tener mucho trabajo y esfuerzo a lo largo de los años para intentar ponerlo en orden otra vez.

Lo que se observa en el caso de México es que este trabajo de reordenación del mundo se convierte en algo más difícil gracias a la falta de justicia por parte de las agencias estatales, lo que se revela en la impunidad y en las medidas insuficientes de protección a la vida. La indefensión y el no reconocimiento del sufrimiento generan un gran sentimiento de impotencia.

Como resultado, se generan sentimientos de miedo y angustia que, como ya se ha mencionado, representan efectos que se extienden tanto a la o el periodista que sufre mayor riesgo de muerte, como a todo un colectivo. Se observa cómo familiares y compa-

ñeras más cercanas han reivindicado ser incluidas en las políticas y acciones de apoyo psicosocial y protección.

Es necesario considerar que asesinar al periodista en México suele ser un mensaje que es absorbido por las y los demás periodistas de todo el país que temen al ver peligrar su vida. Esta es la fuerza perlocucionaria del conjunto de actos de violencia involucrados en una situación de amenaza: asegurarse de que la amenaza última, el asesinato, tenga una presencia constante dentro de la vida de las personas subyugadas.

Esta presencia constante de la muerte puede convertirse en el miedo crónico. El miedo es una reacción emocional natural cuando uno está delante de algo que le puede dañar, física o moralmente. Se convierte en crónico cuando habita el pensamiento de manera constante día y noche entre los sueños o en la ausencia de ellos. El miedo crónico está asociado a la angustia y a la incertidumbre por el futuro, sea este para dentro de un año, o para el mismo día, cuando un periodista sale de casa a trabajar y no sabe si volverá vivo. Esta inseguridad constante se mantiene delante de la posibilidad de que se dé un nuevo acto de violencia consigo o con su familia, amigas y compañeras de trabajo, del vecindario, de la comunidad.

Así que cada agresión, sea una amenaza directa, un atentado y principalmente un asesinato, se enmarca en una estrategia para silenciar e inmovilizar no sólo a esta persona en sí misma, sino también a todo el colectivo que está involucrado en la misma lucha por la justicia y la verdad.

Además del miedo, la experiencia relacionada con el sufrimiento y el trauma se corporifica y se expresa en enfermedades físicas, emocionales y psíquicas. Así, encontramos síntomas relacionados con trastornos de estrés postraumático, de ansiedad y depresión, alcoholismo o agravamiento de enfermedades crónicas. Entre tantas muertes de seres queridos, el duelo es parte de la experiencia de sufrimiento social y alcanza una dimensión pública y política, ya que los muertos se convierten en un emblema de las luchas que deben ser seguidas por los vivos. Sin embargo, en el caso de las



personas desaparecidas el proceso psicológico y social del duelo no se completa, ya que no se puede llevar a cabo la debida ritualidad de la muerte. Los ritos que demarcan el pasaje de un estado a otro hacen parte del proceso de duelo, por el cual los vivos pueden al largo del tiempo recomponer por lo menos parte del desorden del mundo causado por el asesinato de una persona querida.

Cuando hay una desaparición forzada, las ceremonias de entierro no son posibles. Sin los debidos ritos que separan el mundo de los vivos y de los muertos, esta frontera se queda desbordada. Si no hay un cuerpo, los familiares no tienen certeza de la muerte y siguen en la angustia, mezclando el duelo con la esperanza.

Este es el complejo vivido como situación de amenaza: una estrategia utilizada para inmovilizar, paralizar, silenciar a través del miedo crónico, de la angustia, del sufrimiento, del dolor y del duelo. Cuando se tienen a las y los periodistas como blanco, como persona en mayor riesgo, lo que se intenta hacer es impedir la investigación, la transmisión de información, la denuncia. Como resultado, puede darse el fin de la oposición, o la limitación al uso exclusivo de alternativas de resistencia cotidiana, pasiva y de no enfrentamiento. Puede darse el desplazamiento forzado a otro territorio geográfico. El periodista también puede desplazarse sin moverse en el espacio, cuando deja de ejercer la labor periodística.

Por otro lado, la resistencia contra la situación de amenaza empieza donde la persona periodista busca alcanzar. Se protege la vida. Se busca la sanación, la cura para el dolor del alma y del cuerpo. Se escribe, resiste, se habla, se denuncia, se difunde, teje redes nacionales e internacionales. Dan el paso y difunden con más fuerza lo que intentan mantener oculto.

Cada periodista o defensora de derechos humanos que tiene su vida protegida y que tiene la posibilidad de sanar el dolor y su corporificación representa una fuerza para todo el colectivo amenazado.

En oposición, la situación de amenaza también se fortalece gracias a la impunidad y al no cumplimiento de la obligación de justi-

cia y de verdad por parte del Estado. Por un lado, los relatos de los y las periodistas y observadores enfatizan que por diversos factores, las acciones de protección facultadas por el Mecanismo para la Protección de Personas Defensoras de Derechos Humanos y Periodistas son insuficientes. A parte de desplazar temporalmente a las víctimas a Ciudad de México, muy pocas acciones son hechas para garantizar la protección. Además, hay periodistas amenazadas por agentes vinculados al Estado y que, por lo tanto, se sentirían todavía más vulnerables si estuvieran incluidas en un programa gestionado por una agencia gubernamental.

Además, también se cuestiona cuáles son las actuaciones sobre las causas de los conflictos. Para que un periodista sufra un acto de violencia, para que se intente silenciar su voz, es necesario que ya exista una situación de injusticia, violencia, explotación socio ambiental y violación de derechos humanos que la periodista se compromete a reportear, investigar, denunciar.

Entre los fines últimos de los agentes de amenaza está el de proseguir con la expansión territorial de negocios y mercados, estén éstos relacionados con proyectos infraestructurales, industriales o agroindustriales, o con el comercio de narcóticos. Para esta expansión económica es imprescindible el terror, o el control político de un territorio a través de la combinación entre violencia y diferentes actos institucionales hechos por vías legales, ilegales; o ilegales con una apariencia de legalidad.

Los autores físicos e intelectuales de los actos de violencia van más allá de los narcos, como el imaginario fuereño sobre México normalmente lo considera. Pueden estar entre los grupos delincuenciales que platican secuestros, extorsiones o la trata de personas. Suelen ser también empresarios y toda cadena de agentes vinculados a los emprendimientos y grandes proyectos económicos privados.

Mucho más a menudo, se encuentran entre los agentes criminales los políticos o candidatos a cargos electivos y funcionarios vinculados a agencias del Estado, en lo que se incluye el poder judicial, las fiscalías y procuradurías, las fuerzas de seguridad (policías y

militares) y grupos paramilitares o policías no estatales.

Los agentes vinculados al Estado, cuando no son ellos mismos los autores intelectuales o materiales de los actos de violencia, también se comprometen cuando ofrecen el necesario apoyo para la perpetración de las agresiones, protegiendo y garantizando la impunidad de los agentes privados. En resumen, los agentes criminales suelen ser políticos, funcionarios estatales, policías, militares, empresarios y narcos. Hay que considerar los vínculos de coalición entre narcos, políticos, empresarios, militares. Es en un universo donde la distinción entre autoridades y criminales muchas veces no tiene sentido, y donde por “crimen organizado” también se debe entender lo que se comete a nivel institucional.

En este contexto, es necesario reflexionar que la situación de amenaza se inscribe en el proceso histórico de colonialismo y de capitalismo autoritario, enfatizados por los recientes sucesos neoliberales. Los tratados neoliberales son un marco para el aumento exponencial de la violencia en México en las últimas décadas.

Parte de la labor periodística de resistencia está en desnudar lo inaceptable, la naturalización de la violencia y su presencia como hecho inextricable del ordinario de la vida. Obedecer a lo que está siendo exigido en la situación de amenaza, dejar la acción política y el periodismo de trincherera puede sentirse como una manera de dejarse morir en vida. En otras palabras, delante de la angustia al ver acercarse la muerte, escoger enfrentarla es la manera de apearse a la vida.

\*\*\*

---

*Rosana Carvalho Paivaes es doctora en Antropología Social por la Universidad Federal del Amazonas (Brasil), investigadora sobre protección a defensorxs de derechos humanos y conflictos territoriales. Desde 2017 colabora en PAT-P, donde ha participado como votana.*

## 3. Las voces del programa

Periodistas en acogida durante 2019-2020



Durante las convocatorias de 2019 y 2020 han pasado por el *Programa Municipal de Acogida Temporal Barcelona Protege a Periodistas de México* las y los periodistas: Patricia Mayorga, Yaneli Fuentes, Néstor Troncoso y Alí Pachecho Romero. En este capítulo nos explican, a través de distintas entrevistas, cuál es su historia y cómo han vivido su paso por el *Programa*.





Fotografía realizada por Aldo Nicolai en el marco de una entrevista para el periódico El País.

## “Con el tiempo entendí que alejarse no significa abandonar un proyecto, o una cobertura, es cambiar de posición”

- Entrevista a Patricia Mayorga -

Patricia Mayorga comenzó su carrera como periodista en el año 2000, cubriendo temas de salud y educación. Más tarde enfocó su trabajo hacia temas de corrupción, violencia, feminicidios y violaciones a los derechos humanos en Chihuahua. Sus primeros trabajos los realizó publicando para medios como el *Heraldo de Chihuahua* y más tarde colaboró en el *Diario de Juárez*. Es reconocida por su trabajo como corresponsal del semanario *Proceso*, donde ha publicado trabajos denunciando las violaciones a los derechos humanos de los pueblos indígenas en la Sierra Tarahumara, así como la violencia y el narcotráfico en dicha zona del estado de Chihuahua. Es fundadora de la *Red Libre Periodismo Colectivo*, que tiene por objetivo la promoción de la libertad mediante la capacitación a periodistas independientes en Chihuahua.

En marzo del 2017, tras el asesinato de su compañera periodista Miroslava Breach Velducea, Patricia se vio forzada a abandonar su residencia en la ciudad de Chihuahua, luego de recibir diversas amenazas por el ejercicio de su labor periodística. En noviembre del 2017, el CPJ (Comité para la Protección de Periodistas), le otorgó el Premio Internacional a la Libertad de Prensa, reconociendo su trabajo y trayectoria. En el 2019 fue beneficiaria del Programa de Acogida Municipal Barcelona Protege a Periodistas de México, postulada por la organización *Artículo 19*.

### ¿Cómo conociste el “Programa Municipal de Acogida Temporal Barcelona Protege a Periodistas de México”?

Por organizaciones de periodistas de las que formo parte, princi-

palmente *Periodistas de a Pie*.

### ¿Por qué decidiste venir?

Porque en ese tiempo estaba cerrando un ciclo de mi vida, dentro del desplazamiento forzado que me tocó pasar. El programa me pareció muy completo e interesante por el esfuerzo que hace un grupo de personas, incluidas periodistas, para mejorar las condiciones del ejercicio periodístico en México.

### Tuviste que vivir un desplazamiento forzado en Perú, ¿cómo viviste esa etapa y qué diferencia encontraste en comparación con el programa en Barcelona?

Perú representa para mí, el lugar que me permitió reconstruirme, un refugio que me salvó, porque llegué después del asesinato de una amiga y periodista con la que trabajé de manera muy cerca, con quien compartí riesgos. De Perú tomé lo necesario para aprender a vivir más plena, de la mano de gente maravillosa y sobre todo, de uno de los mejores equipos periodísticos que he conocido. Logré soltar México, Chihuahua, y entender que otro ambiente y otro escenario de vida es posible. Lo que menos quieres cuando te expulsan del país, a fuerzas, es estar lejos de tu tierra: tú no eres delincuente, los delincuentes se quedan viviendo en la impunidad. No es justo.

Sin embargo, la vida continúa y con el tiempo, entendí que alejarse no significa abandonar un proyecto, una cobertura, es cambiar de posición, de estrategia en la guerra que vive mi país. Llegó un momento en que mi dependencia emocional con Perú, me impedía dar un paso más. Por eso acepté la postulación que me propuso *Periodistas de a Pie*.

### ¿Cómo te sentiste en el programa?

El programa me parece muy completo por los ejes que contempla: académico, psicológico e incidencia. Sin embargo, el equipo humano es la gran riqueza de este programa. En lo personal, sabía de antemano que contaba con un equipo humano y expertos en

distintas áreas, para dejarme apoyar, dejar caer todo lo que no había podido soltar o expresar abiertamente. No me equivoqué, mis expectativas fueron superadas por cada una de las personas que formaron parte de ese acompañamiento.

### ¿De los ejes que maneja el programa psicosocial, salud, formación e incidencia, cuál fue el más importante para tu estancia?

El área psicosocial y salud, para mí fueron fundamentales. Tenía un acompañamiento psicosocial desde mi salida de Chihuahua, pero no había tenido terapias continuas, como el caso de *EXIL*. Esas terapias fueron fundamentales para hacer elecciones fundamentales y preparar mi estrategia para continuar. Ahí opté de manera consciente, por la vida. El acompañamiento de Wara en el día a día me hizo tomar conciencia del abandono en el que dejamos la atención médica y hábitos diarios, por el ritmo del periodismo. Aunque desde Perú había iniciado un proceso de activación física y de cambio de hábitos alimenticios, en Barcelona procesé mejor lo que había vivido. Además de Wara, las votanas, todas, fueron fundamentales para voltear a verme. Ellas son espejo, son una guía, que sin proponérselo, ayudan a armar el rompecabezas que llegamos para rearmarnos.

El área de formación, que en mi caso elegí sólo el seminario con Xavi Giró, fue un complemento del área anterior con el insumo elemental: el periodismo. Es difícil expresar en unas líneas lo que significó cada persona y Xavi no es la excepción. Su capacidad periodística es inspiración para mí, fue un complemento además, de lo que le aprendí en Perú, a Gustavo Gorriti, quien se convirtió en mi jefe y guía, mientras estuve en Lima, Perú. El análisis de Xavi Giró en las clases, desde el periodismo, ayuda a construir una estrategia para seguir haciendo periodismo poderoso, pero con vida y desde la vida. La incidencia es justo donde me di cuenta que mi estrategia de vida, para ejercer el periodismo, fue cambiando o se fue afianzando.

Gracias a que había un equipo detrás de mí, me sentí libre en las entrevistas, enfocada y con fuerza. Algunas entrevistas incluso

para mí fueron reveladoras, como cuando dije que el periodismo para mí era una vocación, pero desde hace más de tres años, a partir del asesinato de Miroslava Breach, se convirtió en una misión.

**¿El programa te ayudó a retomar alguna lucha o encontrarle sentido a alguna que antes no te habías planteado?**

Creo que reforzó o le di forma a lo que ya me había planteado y estaba construyendo antes de llegar a Barcelona. He continuado con lo que tenía planeado: hacer periodismo. Sigo cubriendo Chihuahua de manera más cercana. Hay proyectos colaborativos, sobre todo con la *Alianza de Medios* conformada por once medios regionales o de provincia, a través de *Periodistas de a Pie*. La cobertura de corrupción, indigenismo y medio ambiente son una de mis prioridades y lo estoy haciendo.

**¿Desde que terminaste tu estancia en Barcelona, ha cambiado en algo tu situación?**

No ha cambiado la situación en sí, pero regresé justo cuando inició el confinamiento por la pandemia. Esa situación cambió un poco mis planes o la estrategia que me había planteado. Tengo que estar más alerta porque estoy en mi tierra, pero creo que la distancia y el entrenamiento que he tenido, me ha ayudado a plantarme y enfocarme de manera distinta. El riesgo continúa, el sistema político y narcopolítico sigue intacto.

**¿Qué significó recibir en el 2017 el Premio Internacional Libertad de Prensa, concedido por el Comité para la Protección de los Periodistas?**

Es un premio difícil de aceptar, sobre todo, cuando el asesinato de Miroslava Breach estaba muy reciente y cuando unos días antes de que me lo anunciaran, asesinaron a Javier Valdez en Sinaloa. El proceso para entender que se trata de una oportunidad para hacer visible una situación terrible en México, es difícil, pero cuando lo entiendes, da fuerza y energía. Es entender también, que aunque hayan asesinado, lamentablemente, a varios periodistas, si no hubiera un trabajo detrás, de quienes quedamos vivos, no habría pre-

mio. Es quitarte fantasmas, telarañas, prejuicios negativos contra ti, de la cabeza, para aceptar el valor de este tipo de premios. Para elevar el nivel de exigencia. Sobre todo, en un gremio tan individualista y con tantas críticas negativas entre nosotros. Es difícil alcanzar a verte, pero cuando se logra, es poderoso, aunque tengas que luchar todos los días contra esos fantasmas. Aquel premio cambió radicalmente mi perspectiva.

El equipo del Comité Internacional para la Protección de Periodistas (CPJ por sus siglas en inglés), se encarga de hacerte entender el valor de tu trabajo, de ti mismo. Cuida cada detalle y también hay incidencia para que trascienda en otros organismos internacionales, la situación del gremio en México. Hasta ahora, CPJ continúa en constante comunicación conmigo, son una organización muy cercana al gremio en el día a día. También fue poderoso porque me acompañó mi hija, quien hasta ese momento se dio cuenta (por el ambiente que CPJ crea), de la importancia del periodismo y de mi trabajo. Nos unió más y ella inició un proceso de búsqueda de ella misma, que ha sido poderoso y que hasta ahora continúa.

**¿La culpa es un sentimiento que aparece en muchos periodistas que han visto como compañeras y compañeros han sido asesinados por ejercer su trabajo, tú has experimentado ese sentimiento, si es así cómo lo manejas?**

Sí, claro. No sólo respecto de los compañeros o compañeras que han asesinado, sino porque pones en riesgo hijos, hijas y a tus padres, por ejemplo. Lo que me ha ayudado es entender el contexto en el que vivimos y en el que ejercí y ejerzo. Es necesario entender que se trata de una guerra (no convencional, pero guerra), en donde el periodismo de investigación y/o con enfoque de derechos humanos, juega un papel importante. Ayuda entender el rol de este tipo de periodismo, para leer los intereses que puedes afectar y la reacción de quienes se sientan agredidos o descubiertos. En ese sentido, colocas responsabilidades y obligaciones, ubicas a los perpetradores que cometieron los crímenes. El proceso es estar en constante contacto con la muerte y la vida, porque te dicen «*o era ella o eras tú*», «*podiste haber sido tú*», entre otras expresiones que se van introyectando en ti. La culpa entonces, va de la mano con el

miedo, por eso es necesario nombrar una y otro y reconocerlos en ti mismo. Es enfrentarlos y verlos de frente para acomodarlos en tu cuerpo, en tu mente y trabajarlos. En el caso de la culpa, pareciera que es inherente sobre todo a las mujeres en una cultura como la nuestra, por eso es un proceso del día a día porque brota en cualquier circunstancias. Trabajarla, procesarla, nombrarla, ayuda para ubicarte dentro de cada contexto y asumir lo que sea necesario para mejorarlo, o para soltar lo que necesites. El miedo es un sensor indispensable para medir el riesgo, pero es necesario reconocerlo y conocer cómo se siente o se acomoda en tu cuerpo. Por eso, para mí, es indispensable la activación física: defensa personal, yoga, baile, pesas, correr, caminar, lo que cada quien elija, pero entrar en contacto con tu cuerpo de manera consciente.

La culpa también es necesario procesarla de cara a la familia. Tendemos a “protegerla” de nuestro trabajo, nos aislamos, no los mantenemos enterados de riesgos y cuando nos pasa algo, es más difícil para ellos entenderlo o saber qué hacer. Por experiencia personal, es potente que ellos sepan los impactos de nuestro trabajo o que los comentemos, porque siempre los saben. La comunicación es indispensable. Los papás nos conocen, ellos nos formaron y a los hijos se les dan mejores herramientas con la comunicación, sobre todo respecto de nuestro trabajo. Eso no significa contarles detalles de todo, pero sí comentar los riesgos inherentes a nuestro trabajo

**¿Qué significa Miroslava Breach para ti? y ¿cómo te sentiste al escuchar la sentencia de cincuenta años para Carlos Moreno Ochoa alias “el Larry” por ser el autor material del asesinato de Miroslava?**

Miroslava se quedó para siempre en mi vida. Es como un tatuaje, se aprende a vivir con ella en un lugar muy hondo. Su recuerdo, su presencia surge en cualquier momento con un dolor profundo, que se va integrando a tu propio día a día. Fue difícil ubicarla frente a mí, sin las voces e imposiciones que, creo que es normal, la gente te va colocando por sus mismas necesidades, por la forma en que consideran que debes colocarte frente a este tipo de situaciones. Me llevó unos dos años identificar ese peso en mí, me costó iden-

tificar mis culpas, mis miedos, nombrarlos y decidir quitarlos para avanzar. Creo que he logrado vivir con ella, con la experiencia que viví con ella en el periodismo y en las pláticas personales para integrarlas a mi proceso, a mi vida y agradecerle su cariño, su interés, su solidaridad y la protección que me dio. Ahora estoy segura que ella me protegió desde que nos conocimos. La audiencia de la sentencia la viví tranquila, no esperaba más ni mucho. Creo que la FEADLE (Fiscalía Especial para la Atención de Delitos cometidos contra la Libertad de Expresión) y *Propuesta Cívica* trabajaron lo suficiente para demostrar la culpabilidad del único detenido por el crimen de Miroslava, Juan Carlos Moreno Ochoa, “el Larry”.

El proceso más difícil fue antes, desde que lo detuvieron. Primero porque la Fiscalía General de Chihuahua y el mismo gobierno, mostró que no hay voluntad para indagar e ir al fondo de un sistema de narco política que se instauró en la región de Chínipas, un municipio serrano de Chihuahua, que colinda con Sonora. De ahí era originaria Miroslava Breach, ahí estuvo siempre su corazón y su indignación porque conocía perfectamente las injusticias que ahí ocurrían, y de ahí, surgieron las amenazas que la llevaron a la muerte.

Después porque hasta ahora, no hay un proceso que contemple también a quienes colocaron a un precandidato narco que se evidenció en los reportajes que dieron pie al inicio de las amenazas. Sólo hasta que se hizo pública la relación de ese precandidato con el cartel que controla Chínipas, el PRI (Partido Revolucionario Institucional) lo quitó y de ahí, se hicieron evidentes las complicidades de las autoridades locales, que eran panistas, (otro partido político PAN). Todos han callado o han señalado de manera discrecional, sólo a algunos, no a todo el sistema que mantiene el control en esa y región y muchas otras de Chihuahua.

Vivir el proceso a la distancia, de nuevo, se vive con culpa y con mucho dolor. Pero hay grupos de periodistas locales, nacionales y de organismos internacionales, decididos a impulsar el caso y esto da fuerza y esperanza. Ojalá que en cada región, se impulsaran investigaciones colectivas, de los homicidios de cada periodista. Considero que nos toca poner el foco en los procesos judiciales para entender



el grado de impunidad y entenderla, a partir de cada uno.

El inicio del juicio contra Juan Carlos Moreno inició en febrero, cuando me encontraba en Barcelona. La decisión fue no viajar para declarar de nuevo. Esa decisión fue tomada con un equipo de análisis de riesgo, por razones de seguridad. Fue un proceso también difícil, la decisión fue tomada desde la vida y aunque en ese momento estaba serena, me generó una crisis por distintas circunstancias. Hay grupos de periodistas locales, nacionales y de organizaciones internacionales, determinados a continuar con el caso de Miroslava. Esa determinación da esperanza y fuerza, da sentido al ejercicio periodístico. Considero que cada gremio local debería impulsar investigaciones colectivas, poner foco a los procesos judiciales para entender las razones de la impunidad que prevalece en cada caso.

**¿Cómo te ves en el futuro con respecto a la profesión y a la situación de los periodistas en México?**

Mi opción sigue siendo la cobertura de las constantes violaciones de derechos humanos, la corrupción, seguir preparándome en métodos de investigación, de sistematización de información y en periodismo narrativo. Cuando vives impactos como éste, hay bloqueos emocionales y mentales que no son fáciles de quitar. El entrenamiento mental sobre todo, es la herramienta más eficaz en un país donde la impunidad ya es costumbre. Algunos en México, le han llamado “impudemia”. Estoy convencida que la capacitación, las terapias desde el periodismo narrativo, me ayudan a quitar esos bloqueos. Sin embargo, también me ayuda pensar que el periodismo es una opción, que tengo muchas más para elegir una vida plena. Por ahora, sigo optando por el periodismo.

\*\*\*



*Patricia Mayorga en los estudios de Catalunya Radio.*



Fotografía realizada por Aldo Nicolai en el marco de una entrevista para el periódico El País.

## “No hay una edad para que te reconozcan y te respeten por la labor que estás realizando”

- Entrevista a Yaneli Fuentes -

Yaneli Fuentes Morales es periodista y defensora de Derechos Humanos. Trabaja en el Diario Alternativo desde 2014, donde se encarga de escribir la nota general en la región de la Costa Chica de Guerrero. A partir del año 2017 cubrió movilizaciones y conflictos sociales, en especial las relacionadas con la Unión de Pueblos y Organizaciones del Estado de Guerrero (UPOEG). Desde marzo de 2017, integrantes y consejeros de la UPOEG la amenazaron por publicar denuncias ciudadanas que señalaban su forma de operar que, según sus reportes, iban desde detenciones arbitrarias, agresiones físicas a los detenidos y extorsiones. Asimismo, la organización emprendió una campaña de desprestigio en contra de la periodista y del medio en que trabaja.

Desde julio de 2019 se encuentra en situación de desplazamiento forzado con recursos del Mecanismo de Protección Oficial para Personas Defensoras de Derechos Humanos y Periodistas de México. Fue beneficiaria del *Programa Municipal de Acogida Temporal Barcelona Protege a Periodistas de México* desde septiembre de 2019 hasta marzo de 2020, postulada por la organización CIMAC.

### ¿Cómo te iniciaste en el periodismo?

Yo me inicié en el periodismo hace seis años. En noviembre de 2014 salió la primera edición del *Diario Alternativo*. Me inicié en el taller, mi trabajo se centraba en la producción, administrar las ventas, coordinar vendedores, vender publicidad, cobrar a los ayuntamientos cuando había convenios. En fin, realizaba más trabajo administrativo que de periodismo, en un principio, pero fui aprendiendo dada la necesidad al no tener muchos reporteros. Tuve que

entrarle sin sueldo y hasta la vez sigo sin sueldo. Lo hago por amor, amor al periodismo.

*Risas*

### ¿Qué situaciones son las que desencadenaron que estés desplazada?

A raíz de que empecé a trabajar denuncias ciudadanas empecé a tener problemas con un grupo armado que se llama UPOEG. Había violaciones de derechos a los ciudadanos, torturas, asesinatos, secuestros, extorsiones, de todo. Eso generó las primeras amenazas: mandarme a reeducar a una de las cárceles comunitarias. Hubo varios episodios y no pararon. Incluso en 2018 ya hubo agresiones físicas en mi contra. Tuve que desplazarme, me tenían acorralada. Sentía que debía salir de ahí lo antes posible. Me fui por mi propia cuenta, todavía no sabía que el Mecanismo podía darme el desplazo si se consideraba en el análisis de riesgo. Pero nadie más conoce tus riesgos como tú misma. Yo conozco la situación ahí, conozco de lo que son capaces y sabía que tenía que irme. Cinco meses estuve afuera y regresé. Y como todo desplazo, regresas y no tienes nada. Tienes que volver a empezar, pero mientras estuve desplazada empecé a recibir acompañamiento por parte de CIMAC (Comunicación e Información de la Mujer A.C.) y a partir de ahí ya no me soltó.

### Y, ¿cómo conociste la Taula per Mexic?

En 2018 yo había escuchado del programa de la *Taula* por algunos compañeros desplazados. Martín (uno de los periodistas acogidos por la Taula) se comunicó conmigo para ver la manera de postularme. Sólo que en ese momento yo no estaba segura de irme. Pasó el tiempo y me fui olvidando, pero en marzo de 2019 yo ya tenía escoltas porque ya habían venido a por mí una vez y no me encontraron. Encontraron a un compañero y le hicieron disparos a los pies. Semanas después me pusieron a un vigilante permanente afuera de donde vivía. Ya me estaban cazando.

La UPOEG estaba ganando poder, se estaba aliando con la CRAC

(Coordinadora Regional de Autoridades Comunitarias). Yo había estado trabajando temas de denuncias en contra de la CRAC, de la Policía comunitaria. Estaba visibilizando las torturas que ejercían la UPOEG y la CRAC dentro de las cárceles comunitarias. Las ejecuciones que se estaban cometiendo amparados por el Sistema de Justicia. Estaban ejecutando personas, desapareciéndolas. Estaba trabajando ese tema pero lo que yo no sabía, si lo hubiera sabido no hubiera tenido tantos problemas, era que uno de los coordinadores de la CRAC era promotor y miembro de la UPOEG. Ya había un caso de infiltración dentro de la CRAC. Recuerdo que una vez me dijo uno: «Por eso la UPOEG no la quiere». Y entre broma, me dijo: «Le vamos a echar a la UPOEG». No se me ocurrió que pudiera ser una amenaza hasta después.

### ¿Es en ese momento que te planteas seriamente postular para el programa?

Un día CIMAC me dice: «Estimada, ya salió la convocatoria para la Taula. Te queremos postular a ti para el programa». De alguna u otra manera, mi familia me reflejaba en cada una de esas torturas. Se imaginaban que en algún momento yo pudiera ser una de esas personas que pudieran ser torturadas. Un día, estando con mi familia, me llamaron y dijeron: «Ya giraron orden de aprensión en tu contra, van a ir por ti. No sabemos si va a ir la CRAC a traerte o la UPOEG. Y si va la UPOEG ya sabes lo que va a pasar».

Toda la bronca se la iba a llevar la CRAC y la UPOEG iban a ejecutar como les diera la gana. Sí, me asustó. Yo he estado documentando de primera mano. Imagínate ser yo ahora la protagonista de todas esas historias terribles. Me quedé en shock por un rato, no sabía qué hacer. No sabía a quien llamar, a quien decirle. Le dije a mi mamá: «La CRAC me ha girado orden de aprensión y me dijo: Te tienes que ir». Mi mamá fue la que me activó. Me quedó superclaro que no iba a pasar esa noche porque ellos operan en la madrugada, operan amparados por la oscuridad. No iba a pasar yo de esa noche. Porque mi idea era salir de mi casa, despedirme de mis amigos, de mi familia y poder llegar a Barcelona fresca, contenta, alegre. Esa era la idea, no salir huyendo a medianoche y no despedirme absolutamente de nadie.



### **Y ya en Barcelona, dentro del programa de acogida temporal. ¿Qué te ha servido que notes tú un cambio a tu regreso?**

Una de las cosas que hay que reconocer es toda la estructura y el equipo que estaba allá esperándonos. Mira, el primer desplazo fue por mi propia cuenta y fue muy, muy traumático: la cosa más fea que me ha pasado en mi vida. Pero la primera vez que es saliendo del país se agradece, se reconoce que hayan tenido todo bien listo, no sólo llegar y ocupar el espacio. Tenían todo bien planeado. Había un equipo que nos estaba esperando y que iba a hacer más llevadero ese tiempo. Porque yo no me estaba yendo nada más a un programa de acogida temporal a periodistas sino que yo me estaba yendo a un desplazo, a un exilio. Yo tenía muy reciente el haber salido. Traía todavía el daño que me había provocado el haber tenido que salir a medianoche de casa sin poder despedirme de nadie. Traía todavía ese daño que no había podido procesar. Entonces, llegar allá y tener a todo ese equipo me ayudó. Estaba todo ya muy bien preparado para nosotras.

### **¿Cómo te sentiste con el acompañamiento psicosocial?**

Ciertamente, con el tema del acompañamiento psicosocial, primero yo pensaba: «*Le tienen mucha fe a las terapias*» porque yo estaba en una etapa de enojo. Me sentía que era injusto tener que salir de casa y aunque me parecía maravillosa la idea de ir a Barcelona cuando se da el desplazo forzado ya no era eso que me había imaginado, iba con todo ese enojo acumulado y ya no me sentía como una persona que iba a recargarse de energías, a liberarse un poco... Era una persona que estaba huyendo, era una persona que tenía que refugiarse. Siempre se habló que no era un programa de emergencia, de reacciones inmediatas porque van incluso periodistas que siguen en sus casas. Para mí fue el primer lugar de refugio al cual me iría porque el tiempo que estuve en México, siempre todos me decían: «*¿Cuánto tiempo vas a estar? Nos dijeron que vas a estar poquito tiempo*». Casi casi me estaban corriendo, así como: «No es pedo de nosotros. Tú nada más estás en lo que se arreglan tus cosas y te vas.». Incluso con el Mecanismo iba a haber Junta de gobierno para el Diario Alternativo y me dijeron: «*Ab, no, tú es que ya te vas a ir de todos modos*». O sea, no me estaban tomando en cuenta como des-

plazada sino como alguien a la que le estaban haciendo un favor en lo que se arreglaba su situación para irse. Así llegué yo a Barcelona. Lo sentí el espacio donde iba a vivir mi desplazo, el lugar donde iba a tener que superar el duelo de haber perdido el trabajo, la libertad. De repente, me molestaba casi todo lo que hacían, no porque estuviera mal sino porque yo estaba muy enojada. Al principio, lo último que yo quería eran terapias. Afortunadamente lo dije a tiempo porque lo único que quería era enrollarme con un montón de cobijas en la cama y quedarme ahí hasta que se pasaran los meses. Al principio no quería saber nada del mundo ni que el mundo supiera de mí. No era así como lo había planeado y es frustrante que las cosas no se den como las imaginaste. Pasando esos primeros meses, cada una de las actividades que se hicieron allá sirvieron mucho para ir abonando.

### **¿Qué sucedió entonces?**

Pude reconocer algunos riesgos que no estaba tomando en cuenta y que desde la distancia, desde afuera, podía ver más claro. Reconocí la importancia de no alejarme de las personas. Porque, mira, que yo me haya alejado de todas ustedes allá, eso no las hizo a ustedes alejarse de mí y se agradece porque, hójole, ni quien te aguante cuando andas en un momento así. Y, de repente, dices: «*Ay, no manches, aquí siguen*». A mí me hizo sentir en lo personal acompañada, sentirme que en esta vida no puedes pasar los malos momentos sola. Que no deberíamos pasar ninguna situación traumática sola. Necesitamos tener personas ahí con nosotros. Por eso te decía que me aterraba, de repente, la idea de pensar: «Voy a regresar y voy a regresar a vivir sola nuevamente.». Tenía miedo de cómo se iba a dar, pero afortunadamente las cosas pasan de maneras muy extrañas y, al final, no estoy sola, no estoy completamente sola.

En el acompañamiento psicosocial, después me sentí mal porque faltaba muy poco tiempo para que regresara y es cuando sentí que era el momento. Dije: «*Ya, sí necesito la terapia*». Y fue cuando recurrí a Wara, la psicóloga de referencia la Taula per Mèxic. No es que necesitara más tiempo, influyó mucho la manera en que yo salí de aquí. Creo que hubiera sido diferente si hubiera salido de la manera en que había planeado.



Con la asociación *Exil*, tuve mucho miedo de sacar cosas que han estado ahí apartadas en un lugar donde sienta que no me pueden lastimar, pero finalmente están ahí. No las voy a poder sacar hasta que no les dé su tiempo de sanar. No ha sido sencillo para mí hablar con psicólogos. Pensaba: «*Charlatanes de la mente, ¿qué me van a hacer?*». Yo en mis tonterías pero siempre les he tenido miedo. (...) Se me hacía cómodo contigo porque no tenía la presión de que: «Si no van, tienen que avisar». Con Wara, la psicóloga de la Taula, no me sentía presionada y, a parte, hablaba de lo que yo quería hablar.

### ¿Y qué función tuvo para ti la incidencia política dentro del programa?

La incidencia: me ayudó bastante el programa de *Ciudades de Defensoras de derechos humanos*. En él pude conocer a otras personas defensoras, conocer el trabajo que están realizando, a lo que se enfrentan, es muy revelador. Te haces de contactos. Me agradó bastante conocerlos, sobretodo porque la mayoría eran jóvenes. Es bien lindo porque siempre vemos que los defensores son personas grandes que ya han tenido toda una carrera de defensa y, hasta ahora, se la están reconociendo o figurando en algo.

Y nosotros éramos todos muy jóvenes y estábamos ocupando ya un espacio de reconocimiento que le otorgan a personas que han estado años en esto. Eso fue *superchido* (genial) porque todas las defensoras con las que he tenido algún taller, algún encuentro, han sido señoras grandes y ahora me tocó con jóvenes. Eso lo hizo más agradable y me hizo sentir que no hay una edad para que te reconozcan y te respeten por la labor que estás realizando. Siempre ha recaído sobre mí el estigma este de: «*Estás bien joven todavía*». Y yo: «*¿Y porque estoy joven, por esa razón, mi palabra no vale? o ¿no me van a hacer caso?*». Ya tengo 30 años. Cuando me pusieron los escoltas y me vieron, dijeron: «*¿Es ella?*». Y se quedaron así de: «*Esperábamos una señora, quién sabe cuántos años, con nietos y todo*». Pareciera que la edad es un problema en algunas situaciones, no en todas.

### Regresando a los contactos...

Fueron muy lindas las redes que se formaron allá. Con el Colegio

de Periodistas de Cataluña quedó la promesa de conectarme en cualquier radio comunitaria que ande de poder transmitir desde donde esté a Radio Mataró. Incluso antes de regresar a México la periodista bajó a Barcelona a despedirse de mí. Eso fue super lindo.

*Se emociona.*

### Encuentros significativos...

Siempre es grande el conocimiento que te llevas cuando platicas con personas que te entienden, cuando las conoces. La experiencia con cada una de ellas la fui recogiendo y la traje conmigo. No me habían tomado tantas fotos en mi vida y no me habían hecho entrevistas como las que me hicieron allá. Eso fortaleció mucho mi confianza. Me ha hecho sentirme más segura a la hora de hablar con otras personas, a la hora de exponer, incluso de mi situación. No es fácil de repente hablar en público. Yo puedo entrevistar a la gente pero que me entrevisten a mí... No sé, me siento desnuda.

Entonces, todas las actividades que tuvieron que ver con Incidencia sí me fortalecieron. A parte que me hace sentir segura, que estoy haciendo lo correcto, que yo estoy bien.

### ¿Y el eje de formación, con el Seminario Ambulante de Reportero en América Latina (SARA), con el profesor Xavier Giró?

En el seminario con Xavi Giró, él era de movernos: «*Di algo, menciona esto, opina sobre esto*». Se volvía incómodo en ciertas ocasiones pero incluía a más personas. Conocí historia de mi país que ignoraba, y entre todos se fue recreando y armándola. Lo que yo no sabía, lo sabía otra persona. Me fui haciendo una idea de en qué país vivo, porque yo no salgo de lo local. Sé exactamente cómo está el asunto local, adentro de mi estado, pero ya salirnos del estado y analizar la situación en todo el país para mí ya es un tema un tanto más complejo porque no le dedico tiempo a las cuestiones nacionales. Pero ahora que estoy fuera, sí voy viendo cada una de las situaciones que se van dando.

El seminario me ayudó mucho a mejorar mi capacidad de analizar las situaciones y eso es en lo que ahorita he estado más enfocada. Analizo las noticias con más facilidad que antes.

### **También recibiste formación en la Escuela de Cultura de Paz de Barcelona.**

En la Escuela de Cultura de Paz, sí me quedé con mucho de ahí. Tanto que mi estrategia de trabajo es diferente. Antes de irme para allá todavía pensaba: *«Voy a regresar, malditos, y me van a conocer de nuevo»*. Esa era la idea que traía porque iba muy molesta, tenía que vengarme, tenía que dar yo. Una de las enseñanzas superchidas que me dejó es a reconocernos en ellos. Todo ese tema de la empatía. Incluso las personas que son malas o hacen daño, hay una razón atrás de todo esto, del por qué lo están haciendo, cómo nos comunicamos con ellos. Por ejemplo, alguna vez hablando con Patricia Mayorga (periodista también acogida en el PAT-P), a la hora de hacer una nota: cómo damos esa información, de qué manera la damos que nos pone en riesgo. Tenemos que ser muy prudentes y ponernos en los zapatos del otro para poder entender por qué hacen las cosas, qué podríamos hacer para mejorarlas. No nada más se trata de hacer un periodismo de denuncia y para visibilizar, sino también podríamos hacer un periodismo con aportaciones, con ideas que pudieran ayudar a mejorar la situación que ahí se está denunciando.

También aprendí algo muy importante sobre el debate y no es justamente eso que siempre hemos considerado que es el debate: *«no es una pelea»*. Siempre tenemos la idea de los debates por las campañas políticas y siempre es como estas guerras de rimas en los raperos: *«Y el que diga más insultos es el que gana»*. Las actividades que nos hacían ahí, en un principio me parecían: *«Ay, qué ridículo, qué tonto, qué cursi, pero no»*. Nos ponían a vivir cada una de las situaciones y debatir. Y te das cuenta de que no tenemos control, nos descontrolamos a la primera provocación porque no somos capaces de aceptar que nos equivocamos en ciertas cosas y a huevo queremos tener la razón. Digamos que me ayudó a llevar cada una de esas situaciones a mi vida, aplicarlas a mí. Tengo otras posibilidades, y a lo mejor de que las cosas funcionen mejor para mí.

### **En relación al eje de salud, ¿qué te aportó?**

Se abrió la oportunidad de acceder al sistema de salud sin que me costara un peso y también de tener tiempo, cuando estaba en Marquelia no tenía mucho tiempo.

Las clases de nutrición con Iratxe, como una distracción, estuvo superchingón. Me agradaba cuando venía y cocinábamos algo. A mí me gusta mucho cocinar, pero que lo vayamos a seguir acá no. No estoy cuidando porciones, ni medidas, como lo hacía con ella allá. Las últimas dos sesiones fueron de plantas medicinales y te puedo asegurar que lo estoy aplicando. En cualquier situación que tengo ahorita recurro a las plantas. Ahí tengo mis frascos de maceraciones en aceite, de tinturas... Tengo bastante fe en la medicina ancestral porque en su momento así nos curábamos. De hecho, estuve superenferma, tanto que pensé que me había dado covid hace una semana. No tomé ningún medicamento, todo fueron tés y puras infusiones con todas las hierbas que eran para eso.

El asunto del yoga es muy suave y está muy chido. Hay veces en las que mi cuerpo está superentumido, adolorido por todos lados y lo que hago es eso, las sesiones de yoga de Marina. Así voy relajándome para estar tranquila y andar sin problemas. En toda esta cuarentena voy por la 8a vez que quiero que se me haga rutina (risas). La octava etapa de la vida *fitness* que nunca se da.

### **Veo que eres persistente en los intentos. Algo bueno le viste...**

Sí, eso sí.

### **¿Cuáles han sido las consecuencias del desplazamiento forzado en relación a tu trabajo como periodista?**

Estoy tratando de hacer mi trabajo así a la distancia y volver a escribir para Diario Alternativo pero, de verdad, se me ha hecho muy complicado. Estoy pasando por una etapa de contradicción y confusión terrible porque quiero seguir formando parte del Diario Alternativo porque inicié con ese periódico. Y, a la vez, de repente me abruma y pienso que no vale la pena, que debería soltarlo. Ten-

go ese bloqueo bien feo. También me siento mal porque muchas personas de allá que me conocían ya no es que me hablen para decirme: «Oye, pasó esto. Oye, está sucediendo acá». Ya no, ya nadie me habla, ya nadie me escribe. Es como si ya hubieran asimilado (la sociedad) que no formo parte del *Diario Alternativo*.

### ¿Porque ya no estás ahí?

Claro, pero se siente bien feo, se siente horrible. Por eso ya me quiero regresar. Quiero nuevamente ir a casa.

### ¿Has publicado algún artículo ahí desde que regresaste a México?

No. He documentado algunas cosillas y he servido como informante pero yo no he escrito nada en absoluto. Investigo, busco con mis contactos y se arma la noticia, pero no la hago yo. No sé porqué no la hago yo. Debería hacerla si ya tengo toda la información. Pero, sabes, es un bloqueo que tengo yo. Ahora que lo pienso hablándolo en voz alta, tengo todos los recursos. Ahorita con estos medios digitales finalmente es con lo que vamos a trabajar. Lo único que me está limitando soy yo. Estoy bloqueada. Me niego, te juro, me sigo negando a realizar un trabajo que no sea allá, presencial. Quiero volver a eso. Me niego a estar detrás de una computadora escribiendo. Estar desde el escritorio y desde aquí llamadas. No, no es así. No me gusta eso. Me gusta estar ahí (reporteando). Creo que es eso: no asimilo, no acepto esta nueva forma de trabajar (por el desplazamiento).

### Tal vez, probando puedas encontrarle algún sabor que imaginándolo no puedes saber.

Claro, creo que sólo es cuestión de que me decida a hacerlo. Tendría que arriesgarme a trabajar en esta nueva normalidad. En fin, así estoy con *Diario Alternativo*.

### Y, ¿cómo ha ido el regreso con tus relaciones personales?

Fue un respiro bien chido. Fue un reencuentro bien padre con-

migo, con mi familia, con mis hijos. Esta situación nos llevó a unirnos un poquito más. Les impactó tenerme bastante lejos. Me sintieron tan lejana y vulnerable que se sintieron asustadas por el riesgo que estaba pasando. Cuando te llegan a reconocer como una persona en riesgo, ven que es algo a lo que hay que prestarle atención. Algo mal está pasando conmigo. Cuando estuve de regreso tenían ciertas consideraciones que no tenían antes para conmigo. El pasado 15 de septiembre se reunieron para pasarla conmigo. Yo me quedé: «¿Es en serio? Si nunca se reúnen y mucho menos por mi causa.». Nunca nos reunimos para nada y habían decidido reunirse justo aquí para que yo pudiera estar. Yo era como el sol y ellos los planetas girando alrededor de mí. Fue superlindo. Está chido que la familia se una en una situación como ésta.

### ¿Qué conclusiones extraes de tu experiencia?

El haber estado en el Programa hizo posible que fuera más llevadero este asunto del desplazamiento. No lo asimilo todavía, no asimilo que estoy desplazada, no asimilo que todavía no puedo regresar a casa, que no sé para cuándo voy a regresar ni en qué condiciones, ni siquiera sé si hay algún lugar donde pueda regresar allá... Pero fue bueno que en el peor momento de crisis del desplazamiento, que es al principio, me haya tocado estar dentro del programa. Hubo todas las herramientas ahí para hacerlo más agradable. Si así los primeros meses fueron terribles. ¿Te imaginas cómo hubieran sido esos meses desde aquí sola? Sin haber tenido la oportunidad de estar con personas que no se rindieron, que estuvieron conmigo ahí, aún en mis momentos más *Grinch*. Para mí el salir de casa y saber que tenía una opción segura como era el Programa es algo que me gustaría que a todas, a todas y a todos los que pasamos por esta situación, nos pudiera suceder.

\*\*\*



Fotografía realizada por Albert Salamé en el marco de una entrevista para el medio Vilaweb.

## “No conozco a una sola persona que haya empezado a ser periodista y lo haya dejado”

- Entrevista a Alí Pacheco -

Yamil Alí Pacheco Romero es hijo de Francisco Pacheco Beltrán, periodista asesinado en el 2016 en Taxco, Guerrero, por ejercer el oficio de informar. Francisco Pacheco había creado su propio portal de noticias *El Foro de Taxco*. Sus hijos no quisieron permitir que el proyecto muriera con su padre y han continuado con él. Pero desde lejos, porque la familia ha recibido amenazas e intimidaciones debido a su búsqueda de justicia. Alí es periodista freelance en *El Foro de Taxco* e *Imagina Periódico*.

Desde marzo de 2020 es beneficiario del *Programa Municipal de Acogida Temporal Barcelona Protege a Periodistas de México*, postulado por la organización *Artículo 19*.

### ¿Cómo fue que conociste el Programa?

*La Taula* salió en una plática por un compañero de la organización *Artículo 19* en México con la que tenemos una red de apoyo con mi familia, Julio César Colín, me dijo que había un programa de acogida para periodistas, acá en Barcelona. Le mandé los documentos a Julio y él se los envió a la *Taula*. Yo la verdad pensé que no me iban a aceptar porque hay colegas con más situación de riesgo. Pasó el tiempo, le perdí la pista, hasta que un día revisé mi correo, y decía que había sido aceptado en el programa.

*Cuando Alí tenía todo arreglado para viajar a Barcelona, apareció la COVID-19 y es como si hubieran apretado el botón de pausa. Él era optimista, pensaba que todo iba a pasar rápido, la gente le empezaba a preguntar que si iba a venir, Alí les decía que cada día se actualizaba la información, y que cada día que no le decían nada, significaba que si iba a venir, pasaba el tiempo, cuando apareció el confinamiento en España fue que pensó que en cualquier*



*momento iba a perder la oportunidad. Fue en ese momento que Arturo (técnico del programa) avisa que no se puede venir.*

Incluso mi hermana estaba aquí (España) por Reporteros Sin Fronteras, también estaba haciendo una acogida temporal de tres meses, cerquita de Madrid.

*Su hermana tuvo que regresar a México porque la organización no sabía cuánto tiempo iba a durar el confinamiento, no había las condiciones óptimas para su estancia y era importante salvaguardar su salud. Su hermana le contaba lo que se vivía en Madrid, con las calles solas, muerto... y es ahí cuando perdió un poco la esperanza.*

### ¿Qué pensaste cuándo te dijeron que no podías viajar?

Y ahora qué hago. Me quedo en el limbo.

*Pero para no dejarlos en el limbo a (Alí y Néstor, el otro periodista acogido al programa), la Taula empezó a hacer un seguimiento de manera virtual, era una novedad.*

### ¿Cómo viviste el acompañamiento virtual?

Yo decía qué voy a hacer si yo estoy aquí, me van a enseñar Barcelona por diapositivas, en algún video, estaban también confinados.

*Y así fue, durante un tiempo hubo sesiones online del ámbito psicosocial, salud y con sus votanas. Alí dice que al principio no sabía si iban a tener resultado, porque está nueva realidad le parecía un poco caótica, era extraño pero a la vez funcional.*

### ¿Dudaste en venir?

Si, la verdad sí. Sí lo dudé, no pues a qué voy, está todo muerto, ¿no? En primer lugar, al no poder salir, dije pues qué voy a hacer, si parece que no va muy bien en España, en su realidad no les va muy bien. Entonces si lo dudaba, entonces lo platicué con mi mamá.

*Su madre lo convenció de que tomara la oportunidad, de que algo bueno iba a*

*salir y que se le estaban abriendo las puertas al mundo, y es que Alí antes de los treinta años quería visitar las Europas (sic).*

Fue tomar la decisión, fue hacer la maleta y meterle cachos de esperanza, de a ver qué sale, ¿no?, y pues mucha incertidumbre.

*Después fue dejar a cargo de un amigo, la publicación Imagina Periódico, del cual Alí es fundador y que este año cumple trece años y también dejar en orden el periódico que había fundado su papá El Foro de Taxco. Se subió al avión y después tomó el tren para llegar a Barcelona. Su primera impresión fue el tren de alta velocidad, el paisaje de los pueblos y lo que más le impresionó fue que en medio de los pueblos había iglesias muy antiguas y le dio la sensación de que estaba parado en un pedazo de historia, y es que Alí es historiador.*

### ¿Cómo pasaste la primera noche?

Todo zonzó, despistado, cansado por el viaje, agobiado, te da miedo.

### ¿Por la pandemia?

Porque en una de esas te contagias. Yo sudaba, sudaba, sudaba, yo todo el viaje estuve sudando, yo pensaba a lo mejor estoy estresado, tenso. Después tocó estar los quince días confinados.

*Su recorrido en el encierro era ir de punta a punta del piso, una y otra vez, asomarse al balcón y esperar a que acabara la cuarentena.*

Lo que si me súper gusta que yo creo que es el objetivo del programa es que no tienes miedo. En México, estamos expuestos a cualquier cosa, una amenaza, una balacera, un susto y aquí no. Aquí estoy más tranquilo. Entonces empecé a notar que mis niveles de estrés empezaban a bajar, ya no me muerdo las uñas.

Comencé a tener pensamientos más claros con lo que iba a hacer con mi vida, comencé a extrañar mucho a mi familia, pero Patricia Jirón de la fundación *Exil*, me dijo que era lo más normal del mundo, que está muy bien porque tienes mucho arraigo con los tuyos. Desde ahí me di cuenta del valor que tiene mi gente.

*Recuerda a su familia, a sus hermanas, a su madre, a su hija y eso lo lleva a Taxco.*

El balcón es lo que más me gusta del piso porque puedo salir y estar tranquilo, ver la gente, escuchar los sonidos, escuchar cómo pasa el viento. Me recuerda mucho a mi casa en Taxco, me recuerda la tranquilidad de la adolescencia y la niñez. Me trae buenos recuerdos.

*Me explica los sonidos alrededor de la ciudad, el ruido de las ambulancias, los coches, la gente y aún así dice quedarse dormido en el balcón.*

### ¿Qué expectativas tenías de la ciudad?

Supera las expectativas. En mi vida había visto una muralla romana, en mi vida había visto algo romano. Y veía el piso, dos mil años de historia aquí, frente a mí.

*Alí en su tiempo libre se ha dedicado a recorrer la ciudad y sus alrededores. Una de las plazas que le gusta más es la plaza Sant Felip Neri, le parece muy potente por las marcas en las paredes de las metrallicas de una bomba lanzada por la aviación durante la guerra civil española, pero a la vez tranquila, le hace recordar una escena de la película Perfume que se filmó aquí. Al principio de la estancia tenía miedo, incluso de entrar a un comercio a pedir algo de comer, tenía miedo que le preguntaran, se paraba afuera de la cafetería, pero no se animaba a pasar y los encargados esperaban a que diera el paso para entrar, pero no lo daba, hasta que pudo.*

Ahora ya me siento como si fuera un barcelonés cualquiera.

### ¿Has recuperado esta parte también de movilidad, de poder estar solo, de poder estar en la bici, cosas que deberían ser normales, pero que en México son difíciles de hacer?

Es difícil porque allá da miedo salir y aquí no. Se hace, pero no se disfruta mucho y aquí sí. Cosas cotidianas, pero sin miedo, sin incertidumbre. En nuestra casa (México), están las cámaras que dio la Secretaría de Gobernación, para salir te fijas en las cámaras, en el interfono que no haya nadie y ya sales y ves que no hay nadie y te

vas, pero eso es nuestra vida cotidiana. En México es así. Y si sales te cambias de acera cotidianamente por si te sigue alguien o no, o te vas por enmedio de la calle y caminas rápido, tú quieres bajarle las revoluciones a la caminata, de repente vas despacito porque no hay nada, pero de pronto comienzas a agarrar el paso rápido.

### ¿Por qué decidiste que tenías que venir a este programa?

Decidí que quería venir acá, uno porque eran mis expectativas personales, de mi sueño de venir a Europa, otro porque te cansas de todo, te cansas de estar con miedo, de que si sales a reportear que te toque algo feo, que te pegue la policía, te amenacen.

### ¿Recuerdas la primera vez que sentiste miedo por ejercer el periodismo?

Sí, pero no ejercía el periodismo, veía como lo ejercía mi papá. Yo empecé repartiendo periódicos en Taxco, el periódico que tenía mi padre. Me llevaba los periódicos y los vendía. Era voceador, muy pequeño. Recuerdo una vez con mi padre había un operativo de los militares, estaba en la prepa, entonces mi padre saca su chaleco, su cámara y comienza a tomar fotos, se le acerca un militar, y le dice no puedes tomar fotos, y yo viendo en el carro, el militar encañonado, entonces mi papá saca la memoria de la cámara y se la da. Me dijo, «nunca te le pongas a un militar porque a él no le importa la libertad de expresión, a él no le importa nada, él está programado para disparar». Otra cosa que me acuerdo muy bien fue que un día le marcaron por teléfono y lo estaban amenazando, yo estaba chico. Lo estaban amenazando por teléfono por una nota. Cuelga y me dice «así es esto». Yo impactado.

### ¿Cuándo ya te metiste en el oficio, fue un oficio aprendido de tu padre?

Desde el 2011 con Peña Nieto, yo tenía 21 años y comencé a ir a los movimientos, yo siempre he sido de mucha protesta, y de pronto las empecé a cubrir, cuando empezamos el periódico en la ciudad de Toluca, comencé a cubrir las manifestaciones, era ir a tomar una foto, porque era el movimiento que estábamos participando y

si nadie le daba cobertura, mínimo que yo le diera cobertura. Una vez nos aventaron un camión, el camionero decía «*Quítense hijos de la chingada porque les voy a pegar, váyanse a sus casas*». Siempre tienes miedo cuando un policía se te acerca, eso es normal, yo creo que todos los compañeros tienen miedo cuando un policía te dice «no puedes hacer eso, no puedes grabar, no puedes tomar fotos». Sientes miedo, sientes un poco de miedo con la gente que se te pone al brinco, que te quiere tirar tus cosas. Sientes miedo de estar en la calle, que te roben. Fue cuando me di cuenta que era arriesgado, cuando empecé a ver que mataban a los periodistas.

### ¿Alguna vez pensaste, el siguiente podría ser yo?

Sí, yo creo que a todos nos pasa. Bueno al menos a los que decimos que no somos aduladores, los que realmente ejercemos el periodismo. Quizás *la banda* (la gente) que es muy ortodoxa pues nada más quiere informar, pero hay otras cosas que mueven como los casos de La Casa Blanca, Tlataya, Ayotzinapa, los feminicidios, que mueven los cimientos del poder.

*Su familia y él viven desplazados, debido a las amenazas recibidas por su insistencia de esclarecer el asesinato de su padre. Hace poco tuvieron que ir a Taxco a recoger unos papeles, y con esa acción, se exponían a que los agredieran.*

Ayer lo pensaba, que te llegan pensamientos profundos. Tienes que dejar de hacer esto y mi yo me decía esto del periodismo es una adicción. Quieres dejar de hacerlo, pero no lo puedes dejar

### ¿Pero es un asunto personal o por el arraigo con tu padre?

Pues, quien sabe, es una adicción. Yo hago mi chamba por intentar dejar de hacerlo. Yo no siento que cambie el mundo, pero siento que puedo ayudar en algo. Si al menos puedo aportar algo, lo aporto.

*A raíz del asesinato de su padre y de otros sucesos, Alí tuvo que ir al psiquiatra y el tipo de atención se reducía a la pregunta: “¿cómo vas con el medicamento?” y ahora las sesiones que vienen del eje psicosocial por parte del programa le hacen otro tipo de preguntas y él se cuestiona otras cosas.*

Antes no lo pensaba porque nadie me incentivaba a pensarlo. Ahora me preguntan: «¿estás cómodo con lo que haces?, ¿te gusta esto?», las preguntas están encaminadas ¿para dónde vas? y cuando me dijeron «es normal que no quieras hacerlo más», pues dije a lo mejor no quiero hacerlo más o a lo mejor no quiero hacerlo de esta forma, de estar siempre en la primera línea. Aunque no sean los grandes trabajos en el narco o la corrupción, pero es un trabajo honesto que ayuda a un sector es por eso que no lo dejas. No soy el periodista cinco estrellas de Toluca, pero al menos saben que a nosotros no nos van a comprar, saben que nosotros vamos a decir las cosas y el fondo de las cosas. Pero sientes una gran satisfacción personal y colectiva cuando estás ayudando a los demás. Ayudar al colectivo, a la población, y viene también la otra parte, la gente que te dice que eres un mentiroso.

*La publicación “Imagina Periódico” inició en el 2007 como un proyecto estudiantil en los tiempos en que Alí cursaba la preparatoria. Renace en el 2011 cuando Alí se muda al Estado de México para cursar la carrera de Historia en la Universidad Autónoma del Estado de México.*

### ¿Qué significan esos trece años?

Significa empezar desde abajo, trece años de trabajo, de satisfacciones, de cambios, yo creo ahora son los trece años que llegamos más fuertes, si estamos entre los diez diarios digitales más importantes de Toluca, la gente sabe de nosotros, te los encuentras y te preguntan ¿cómo va *el Imagina?*, somos parte de colectivos, ahí tenemos una buena base social que comparte también los ideales de libertad de expresión.

### ¿Cómo ha sido ver desde la distancia el periódico?

Súper bien. Escribo y veo lo que escriben. El medio es colaborativo y a *la banda* le gusta.

### ¿Pueden contribuir con sus textos?

Claro, esa es la idea. Es la esencia, ese es el sello. Nosotros tenemos la plataforma. Si nadie te quiere publicar, nosotros te publicamos.

No te vamos a cobrar.

### ¿Y verifican la información que reciben?

Claro, tenemos un consejo editorial, tenemos un código de ética. Nada más no calumnies, no mientas, no ataques a una persona. Con las compañeras feministas, ellas tienen su espacio, si quieren publicar algo, adelante. A nosotros nos va bien porque generamos tráfico y contribuimos a su lucha. Lo que hace uno como figura visible del periódico es que tienes que soportar, aguantar vara de los políticos y la gente que no va contra el periódico sino contra la persona, eso sí que no permito es que se metan con mi familia. Se creó la imagen o se estaba creando la imagen de que el periódico era yo, es que el periódico nunca he sido yo, han sido todos, todos ustedes, todos los que nos mandan sus fotos, todos los que nos mandan sus textos. Somos todos, desde mi compa camionero que nos manda las fotos de los accidentes hasta el doctor que escribe sus columnas, por eso digo colaborativo y eso nos tiene un poco alejado del riesgo.

### También es una tendencia el periodismo colaborativo, es una forma de protegerse.

Vas aprendiendo a proteger tu integridad física y psicológica. Antes no lo veía así, yo quiero que sea visible mi imagen, pero ya después dije no, ya no quiero que sea visible, ya me estaba arriesgando.

### ¿Qué hizo que hicieras este cambio, pasó algo que hicieras el cambio de perspectiva?

Cuando ya no puedes solito, mucho trabajo y que tú andas siempre metido, quieres delegar funciones, quieres darle a alguien chamba para que vaya formándose en eso y también cómo dicen eso que el *Imagina* soy yo, no es cierto, nunca me ha gustado tener toda la atención. Imagina es de todos. Se fue pensando la idea de que sea para todos. Con el Programa, con la acogida temporal, con el apoyo y conocer varios puntos de vista, fortalece más mi idea colaborativa. Yo si agradezco un buen, conocer todo este abanico de posibilidades que hay acá.

### ¿Cuál es la valoración del programa en cada uno de sus ejes?

Con salud muy bien, ya bajé siete kilos. Los talleres de cocina son muy buenos. Además tengo todos los servicios de atención médica. Yo creo que la parte más fuerte del Programa es lo psicosocial porque llegas en tu cabeza en una caja y no sabes qué hacer y retomas sentimientos que traías guardados y visualizas el futuro, le bajas a las revoluciones, valoras más a la familia, te haces más sentimental, pero positivo y te haces las preguntas correctas que en México no te las haces, preguntas que te van guiando a estar vivo. La incidencia política es fundamental. Lo que se hace de denunciar desde acá, ayuda mucho a los compañeros que están allá. Siempre presentamos nuestros caso, pero es que nuestros casos son los mismos para otras personas y es importante visualizarlo acá. No tanto personal si no decir que lo que pasamos nosotros pasan todos los compañeros y es súper chido que se abran estos espacios, y que se creen otras relaciones con los compañeros periodistas, con las asociaciones, también es de lo mejor que tiene el programa. El de formación, pues muy bueno porque se abre el debate y también te ayuda a pensar lo que estás haciendo si lo quieres mejorar, si lo quieres cambiar. Es importante que el poder en México vea que al menos en España se está hablando de lo que no quiere hacer que es defender a los periodistas. Están protegiendo los derechos humanos, brindando ayuda, formación, un techo, un apoyo económico, incidencia política, todo en un solo programa. Allá en México no, ahí lo hace una, lo hace otra, lo hace mal, se cruzan la información, tienes que hablar con uno para que te resuelvan el caso, tienes que hablar con otros para que te resuelva lo otro, y el Programa es el ejemplo de que sí se puede defender a los periodistas. Si se puede dar un cuidado, una atención íntegra que en México no la hay.

*Vuelve a hablar del periodismo como una forma de adicción, como quien no puede dejar de fumar.*

No conozco a una sola persona que haya empezado a ser periodista y que lo haya dejado. No conozco a ni una sola, y entre mis colegas de mi edad si hay que intentan hacer otras cosas, pero regresan.

\*\*\*





Fotografía realizada por Albert Salamé en el marco de una entrevista para el medio Vilaweb.

## “Las autoridades mexicanas siguen traficando con la justicia”

- Entrevista a Néstor Troncoso -

El día 31 de mayo del 2019, el comunicador y defensor de derechos humanos Néstor Troncoso fue víctima de un intento de homicidio, robo de pertenencias y quema de su vehículo después de haber entregado ayuda humanitaria a personas que habitan en el Ejido Buenavista, municipio de Hidalgo, Tamaulipas. Desde el mes de abril de 2019 el periodista tuvo conocimiento de la situación de aislamiento en la que se encuentran alrededor de 100 personas por parte de un grupo armado de autodefensas, autodenominado “*Columna Armada General Pedro José Méndez*”, vinculado al Cartel del Golfo. Desde principios de abril del 2019, Néstor realizó diferentes denuncias ante el gobierno federal sobre la situación que prevalece entre los habitantes de la comunidad del Ejido Buenavista. Al mismo tiempo, solicitó al *Mecanismo de Protección para Personas Defensoras de Derechos Humanos y Periodistas* acompañamiento para llevar apoyo humanitario a esa población, lo cual fue aprobado. Así, a finales del mes de mayo, recibió una llamada de un policía federal para acompañarlo a realizar la entrega, lo cual ocurrió el 31 de mayo de 2019. Después de entregar la ayuda en la comunidad y al entrar en la cabecera municipal de Hidalgo, un grupo de gente de la Columna Armada los detuvo y el policía federal decidió entregarles a Néstor, al mismo tiempo que le decía: “*Yo [a ti] ni te conozco*”.

Fue beneficiario del *Programa Municipal de Acogida Temporal Barcelona Protege a Periodistas de México*, postulado por la organización *Artículo 19*.

**Uno de los temas por lo que estás desplazado es la cobertura mediática que has realizado de la situación en el Ejido Buenavista, en Tamaulipas.**

Después de un largo proceso entendí el trasfondo de todo esto. Y todo tiene que ver con el fracking, todo tiene que ver con la energía de las supuestas energías limpias. Que para hacer todo eso

necesitan tierras. Y extrañamente donde hay fracking, donde hay campos de energía eólica, donde se está produciendo este tipo de energía, donde se está extrayendo la gasolina robada, hay crimen organizado y hay gente desplazada por todos lados.

Estoy hablando de San Fernando, por ejemplo, que está muy cerca del Ejido Buenavista, que hay un conflicto muy fuerte por el fracking, hay gente enferma, hay gente que perdió sus tierras, hay gente con cáncer. Las tierras dejaron de producir por todo lo que sale del subsuelo. Entonces, todo lo que están desplazando ahí tiene esa finalidad. Están queriéndose apropiarse de las tierras. Existe la posibilidad, bueno, una de dos: el ejidatario puede vender sus tierras, y se las compran pero al precio que ellos dicen y es muy bajo, es como para que nomás se cambien de ciudad y puedan allá alquilar una casa o algo, y te hablo de gente que tiene por generaciones han vivido en esas tierras; y la otra es ser víctima del crimen organizado y te tuviste que desplazar y pasado un cierto tiempo tu pierdes tus derechos sobre la tierra. Está la ley. Entonces, ese es el verdadero fondo de todo esto. Por eso el caso de Buenavista es un buen ejemplo.

**Tú eres comunicólogo, periodista, y también abogado y psicólogo, algo que está ayudando mucho a la tarea que realizas.**

Antes que nada, me gustaría decir que primero fui defensor de derechos humanos. Y una de las herramientas que yo utilicé como defensor de derechos humanos fue la denuncia pública ante los medios de comunicación. En el 2012-2013 empecé a denunciar a nivel nacional en la revista *Proceso*, en revistas que se leían no solo en México, sino también en otros países, sobre los carteles, las estructuras públicas, sobre lo que estaba sucediendo con las personas, cómo se estaban viendo afectadas. Como consecuencia de eso, empiezo a ser perseguido por el crimen organizado, y es cuando me incorporo al Mecanismo para la Protección de Personas Defensoras de Derechos Humanos y Periodistas adscrito a la Secretaría de Gobernación, ya en el año 2014. Y sigo con mi labor.

Las publicaciones que hacía eran muy peligrosas, haciendo las denuncias, muchos medios, muchos, te puedo decir el 80% de los

medios empezaron a negarme el acceso a la denuncia pública. Les dio miedo, es entendible. Ya nadie quería publicar mis notas. Y es cuando empiezo a administrar una página que se llama *El Sol del Sur Tampico*, que actualmente todavía existe, que era del periodista Mario Segura, secuestrado en el 2012. Deja la página, y le doy seguimiento yo. Pero empiezo a realizar la denuncia pública en ese medio, es cuando me involucro ya de lleno en el periodismo. Estoy hablando del 2012, año en el que me encontré escribiendo y administrando la página, pero en el 2014 me involucro de lleno creando mi propia página. Ya cuando Mario regresa, nuevamente a ejercer de periodista. Habían pasados dos o tres años en los que estuvo aislado sin publicar, por lo dañado que estaba por su secuestro, entonces cuando él regresa me dice que la página era mía, no suya.

Pero se la dejé completamente, jamás volví a publicar ahí. Yo hice mi propia página, que se llama *Corresponsal Mx*, y ahí sigo haciendo las denuncias. Es cuando me involucro ya de lleno en el periodismo como responsable de una página en la que se está denunciando. Entonces empieza a causar mucho impacto esta página. La mantuve durante tres años, casi. A la par, estudié la carrera de derecho. Primero fui psicólogo, estudié derecho para precisamente fortalecer la defensa de los derechos humanos. Salía muy caro pagar abogados, así que por experiencia personal me dije que, en vez de pagarlos, me sacaría la carrera de derecho yo.

Ahí empiezo a denunciar jueces, ministerios públicos, policías, con las mismas leyes. Entonces, algo muy peculiar que me dicen: *“oye, porque te echas de enemigo al juez, no te conviene”*. Pues sí pero también es un ser humano y también le entran las denuncias. La gente les tenía miedo y un respeto que ellos malinterpretaron. Que los mismos jueces se aprovecharon de ese respeto que la sociedad les tenía para intimidar. Para extorsionar, estafar, mentir. Y era algo que a lo mejor las personas sin ninguna preparación no podían ver. Pero lo detecté y empecé a denunciarlo. Lo empiezo a publicar. De ahí, sigo denunciando, pero tuve que dejar la página de *Corresponsal Mx*, porque no me alcanzaba el tiempo. Entonces, lo que hacía era escribir, y hasta la fecha sigo escribiendo, y lo publicaba a través de mi página de facebook, a través de mis páginas personales, de redes sociales. Y los mismos medios, cuando les interesa algo, lo

toman de ahí. Ahorita que estoy en Barcelona ha habido varias notas que los periodistas han tomado sin pedir permiso ni nada, ya lo publican. Pero para eso lo hice público.

Hace casi dos años ya, empecé a hacer transmisiones en vivo. En un portal al que llamé *Charlando con el Pueblo*. Anteriormente hacía las transmisiones en vivo, así que agarraba a los policías robando y yo mismo lo transmitía en ese momento. Por eso me hice famoso en mi región, porque me metí en medio. Y los empezaba a transmitir. Entonces, ¿de dónde nace esa idea? De que las personas me decían que no les hacía caso el juez, que no les hacía caso el diputado, que no les hacía caso el presidente municipal... Que no los escuchaban las autoridades... Me llegaban a diario esos casos, no me daba yo abasto.

Me acuerdo de un caso; una señora de la tercera edad que no tenía agua desde hacía años, estaban violando sus derechos humanos, y me dice en ese momento casi llorando: “*¡nadie me escucha, señor!*”, y yo le decía: “*vaya con el diputado... Él tiene la obligación de atender.*” Pero me decía: “*allá fui, nadie me quiere escuchar*”. Y le dije: “*a ver, yo sí la voy a escuchar, vamos a charlar usted y yo*”. Y allí la pasamos charlando. De ahí nació la idea de charlar con el pueblo. Entonces, la gente me empezó a llamar. Que se trata de eso, de que el pueblo no es escuchado, pero ahí los vamos a escuchar y vamos a hacer la denuncia pública del pueblo a través de mi portal.

### ¿Y cómo evolucionan estas causas?

Es que se pone en evidencia a la autoridad. Y si algo le molesta a una autoridad, más bien diría yo que le duele, es que ataquen su imagen. Y con pruebas, decir la verdad: “*oye, le estás quitando el agua a una persona de la tercera edad, eres un canalla, eres un miserable, eres un desalmado*”, porque eso es lo que son. A final de cuentas, no buscar un arreglo, sino decir “*me pagas 20.000 pesos [800 euros] y lo resuelvo*”, a una persona de la tercera edad que apenas vive de su pensión, y la quieren obligar a pagar eso, entonces yo no le encuentro ni congruencia, ni lógica. Es un servidor público insensible, incapaz de tener empatía con alguien porque no sabe de la problemática más allá de su puesto. A él le interesa cobrar, nada más. Pero si

partimos del hecho de que el agua es un derecho humano, que no es una mercancía, como ellos quieren hacer ver a las personas, entonces estamos peleando un derecho humano

### ¿Te acuerdas de algún caso concreto de esa época, que fuera el que activara que de pronto las miradas fueran hacia ti? ¿Sobre algún caso concreto?

Sí, en el 2010 yo tuve un problema con un narcotraficante, un abogado. Y, como muchos, puedo decir que, como la mayoría de la gente de México, los delitos se los fabrican. Entonces a mí me fabricaron un delito. Me torturaron dentro de una cárcel y me fabricaron el delito. Cuando yo salgo de esa cárcel, salgo muy enojado. Y es cuando empiezo a denunciar jueces, ministerios públicos, y al mismo abogado, que se decía intocable porque era del Cártel del Golfo, estuvo un día detenido. Soltó mucho dinero y por eso salió. Si no, no hubiera salido. Por eso las miradas se voltearon hacia mí. Y ahí empezó una persecución mediática inclusive, acusando de delincuente, de asaltante, de estafador, de extorsionador. Por un lado, decían que yo publicaba para extorsionar al presidente municipal, al regidor, a los que yo denunciaba, y, por otro lado, decían que yo estafaba a las personas.

Decían que yo estaba denunciando al narcotráfico, porque pertenecía a un grupo contrario al Cártel del Golfo que estaba en esa región. Me involucraron con los cárteles, de hecho. Y era perseguido por todos lados. Porque por un lado el gobierno, por otro los cárteles que decían que yo estaba involucrado con un grupo u otro. Y, obviamente, la campaña mediática que hacían a través de los periódicos pagados, de los portales que estaban pagando, por ahí hicieron un video acusándome de que yo me dedicaba a asaltar bancos, y ese video toman una foto de cuando yo era joven. Y obviamente que estuvo bien editado, un video que cualquier chamaco se va a dar cuenta de que son fotos editadas y que lo ponen como un hecho. Esta nota todavía la traen por ahí, varios grupos que me quieren agredir.

Ese abogado, todo el mundo sabía que trabajaba para el Cártel del Golfo. Me empieza a buscar, a intimidar, a hostigar. A través



de redes sociales, en los juzgados... yo me presentaba y ahí se me acercaba para intimidarme, amenazarme. Nunca pudo. Hasta que un día le pregunté: *“a ver, qué es lo que traes, qué quieres, qué se te ofrece. Yo miedo no te tengo”*. *“Pero me lo vas a tener...”*, me dijo. Y le respondí: *“No, para mí eres un payaso”*. Me di la vuelta y me fui. Ante esa persecución me fui a vivir a San Francisco durante seis meses. Pensé que se les iba a olvidar. Pero no. Estando en San Francisco publican una nota de un periódico local que andaba huyendo de la justicia. Que tenía una orden de aprensión. A través de un abogado solicito el amparo de la justicia federal y me sale que yo no tengo absolutamente nada, nuevamente.

Me regreso a Tampico, supieron que andaba en Tampico, y es cuando me agarran junto con mi hijo. Me torturan, me meten en una cárcel. La idea era desaparecerme en ese momento, pero como era una persona más o menos conocida en Tampico, al reclamar la gente se les complicó el asunto. Entonces me fabrican eso. Y me sacan en los periódicos como un asaltante. Que yo me había metido a asaltar llevándome una cadena de 600 pesos. Y por eso me habían agarrado. Entonces, a partir de ahí empieza mi enojo y mi indignación contra las autoridades porque se prestaron a eso. Y diez años después las autoridades no han cambiado. Bueno, han cambiado de mal en peor. Porque la última vez las mismas autoridades me entregaron al crimen organizado. Es una lucha de 10 o 12 años contra criminales y contra las mismas autoridades involucradas con los criminales.

### ¿Cuándo empiezas a darte cuenta del riesgo que corrías?

Primero me di cuenta del peligro en el que estaba, y los derechos humanos para mí fueron una herramienta. Fueron un medio para defenderme, tratando de hacerme valer mis derechos, aunque hasta la fecha no se haya llevado a cabo. Fue el intento de desaparecerme por un capricho. Porque un abogado se sintió humillado. Fue la agresión de la policía al levantarme y torturarme. Te estoy hablando de más de diez policías agredíendome, golpeándome, bañado en sangre. Con toques eléctricos, con tablas, golpeándome. Y creo que en esta ocasión vi de cerca la muerte. Por eso digo que primero conocí el peligro. Ponerme a estudiar, a ver las leyes, fue

para mí una herramienta. Algo con lo que yo me podía defender. Ahora ya podía responder si me intimidan: *“sí, ¿y qué? ahorita le puedo denunciar a usted por andar solapando”*. En varias ocasiones utilicé ese tipo de expresiones ante los ministerios públicos. Se sentían incómodos conmigo.

En el año 2015, al ver que no resolvían nada, fui a hablar con el delegado, en Tampico, el jefe de todos los ministerios públicos, así como la policía, y le dije: *“si no sacan este caso, yo me voy a quedar allá fuera sin comer”*. Y me dijo: *“oye no vaya a hacer eso, que acá está muy peligroso en la noche”*. A lo que conteste: *“¿es una amenaza? Tú me prometiste que en algún tiempo ibas a sacar el caso, y no se ha hecho nada. Y yo sí cumplo mis promesas”*. Y así lo hice. En siete días judicializaron el expediente, después de estar siete días sin comer allá fuera. De esta manera empecé con los actos de resistencia pacífica. Ya los hacía con alguna protesta con alguna denuncia en los medios. Pero hasta ese ayuno no había llegado tan lejos.

En esa ocasión me entrevistó el periódico *La Jornada* y otros medios, bajo frases como: hambre por justicia. Con lo que estaba poniendo en evidencia a la fiscalía. Fue como empecé a ir todavía más allá en mis actos de resistencia. En la Comisión Nacional de Derechos Humanos, por el caso de la comunidad del Ejido Buenavista, hice tres días de ayuno, porque no les llevaban alimentos. Y dije: *“yo de aquí no me muevo hasta que no lleguen alimentos. Yo aquí no como hasta que ellos no coman”*. Y en tres días llegaron los alimentos.

Es la manera en la que me he conducido para pelear. Pero creo que el coste para mí, en lo personal, ha sido dar el todo por nada. Porque hasta la fecha, si bien he tenido unos pocos avances, ni a medias, en pequeñas partes, no se ha logrado nada. Las autoridades siguen traficando con la justicia. Sigue habiendo una corrupción en la que no hay respeto por el ser humano. Y lo dije en una ocasión de manera pública: el gobierno no le va a devolver la dignidad al pueblo. Quien se la va a devolver son los defensores de derechos humanos. En las oficinas de las fiscalías, todos ellos son una bola de bandidos, delincuentes, sentados en un escritorio sin resolver nada. Que están pidiendo dinero al pueblo. Los únicos que vienen aquí son los defensores de derechos humanos, a recla-



marles, a hablar por el pueblo. Entonces, no son ellos, ni un político, ni el recomendado por el gobernador. Nada de eso funciona. Siguen siendo una bola de bandidos.

Entonces, ahí también hay un precedente, porque las personas ya no tienen miedo a los ministerios públicos y van y los denuncian. Porque aquellas autoridades que eran respetadas y que abusaban de ese respeto que la gente les daba... las personas les perdieron el miedo. Igual los jueces, igual las personas denuncian. Pero los funcionarios públicos también la pasan mal. Las condiciones de trabajo no son dignas para nadie. Entonces, en vez de reclamarles a sus jefes, se aprovechan del pueblo para hacer su negocio también. Es un círculo vicioso, porque el pueblo en sus impuestos tiene una partida precisamente para impartición y procuración de justicia. La cual no se ve reflejada. Los automóviles que se usan para investigación no tienen mantenimiento. La gasolina la tienen que ir pagando los mismos policías. Y luego van y la compran donde se vende gasolina robada y se la regalan, pues a ellos les sale bien. En lugar de investigar a quien vende gasolina robada, pues lo protegen, porque para ellos es gratis la gasolina.

A final de cuentas llega una persona que dice que las cosas son de esta manera, y resulta que el delincuente eres tú. Tú eres el que delinque, tú estás violando la ley. No echan al que roba la gasolina. Y así me eché todo un equipo encima.

### **¿Qué motivación hay, sabiendo que a día de hoy tienes tanta gente que tiene sus ojos puestos encima de ti?**

Primero sufrí el daño. No me levanté un día y dije: me voy a dedicar a defender los derechos humanos. Andas peleando por tanta injusticia y, ¿te vas a volver uno de ellos? Afortunadamente, uno sabe trabajar de otra manera y lo poco o lo mucho se lo gana de una manera digna. Se puede sentar uno a comer a gusto, porque los alimentos le saben rico, porque son producto del trabajo. Pero no puedo imaginarme que un día vaya a estar en una fiscalía, en una oficina del gobierno, haciendo lo mismo que ellos hacían. Entonces, ya es la naturaleza de uno. Creo que son cosas que uno ya trae muy arraigadas. Imagínese, tengo 57 años, actuando siempre

de manera frontal. Y no es que sea un justiciero. Más bien, cuando atentas contra tus propios principios, te estás agrediendo a ti mismo. Te estás tratando de una manera indigna. Si quieres justicia, impartiendo injusticia, no puede ser. Es incongruente. ¿Quieres tener el respeto de la gente pisoteándola?

Tenemos el caso del actual gobernador de Tamaulipas. Tiene en su mente delirante que la gente lo quiere y que ha hecho mucho por Tamaulipas. Cuando se ha dedicado a pisotear la dignidad del pueblo. ¿Y quiere respeto? Jamás lo va a lograr. Pero la gente lo repudia porque fue lo que sembró. Y yo creo que esa es la naturaleza de uno. Naturaleza de cualquier persona sensata, con sentido común, va a decir: no voy a robar porque vienen por mí.

### **¿Qué hace que hoy estés aquí en Barcelona en el Programa Municipal de Acogida Temporal para Periodistas?**

Lo voy a exponer, así como va, como yo lo siento. Creo que esto fue una obra de Dios. Me puso en un lugar en el que yo ni tenía idea que podía estar. Barcelona yo la conocía en los mapas. Entonces todavía, en el 2019, ni siquiera me imaginaba que yo podría estar en esta ciudad en un programa de acogida temporal. A mí me propusieron. En lo personal, *Artículo 19* me propuso, me dio a elegir. Y yo dije que sí por decir que sí. No creía yo que hubiera algo así. O sea, no creía yo que hubiera gente que se preocupara por la demás gente. Además, estaba viviendo un estrés postraumático muy agudo. Para mí fue muy dolorosa esa época, muy estresante. Pero, todavía cuando me avisan en diciembre de 2019, que había sido elegido para acceder al programa, pues pensé: está bien. Y ya en enero, en febrero, cuando ya se debían tramitar los papeles, todavía no entendía que estaba preparándome para un viaje a Barcelona, para una acogida temporal. Hasta que empezó marzo, con la llegada de la pandemia global, fue cuando ya empecé a pensar: *“me voy en marzo; ¿con quién?, ¿quiénes son?”*

*Se ríe.*

¿Quiénes son esas personas realmente? Con Arturo, el técnico del programa, había hablado en México en alguna ocasión, pero to-

davía no me la creía. Más bien, no sabía qué sucedía: “¿pertenece a alguna organización secreta que busca información?, ¿o a algún grupo radical?”. ¡Uno se imagina muchas cosas! Se pospuso la llegada por la pandemia, la cual causó un desajuste completo en muchos sentidos. Tanto en México, como aquí. Y no nada más con el programa porque se pospuso hasta nuevo aviso y no sabíamos cuándo, realmente, iban a continuar con lo planeado. Y finalmente se dio en junio la llegada para acá. Y aún en el avión venía pensando: “¿a qué voy?, ¿qué voy a hacer?, ¿qué va a pasar? A la primera que me salga agarro un avión de regreso”. El temor de no saber a qué venía. Y ya me habían explicado el programa, pero estamos tan acostumbrados en México a desconfiar y a que nos engañen, o nos utilice el gobierno, de alguna manera.

Y llegando aquí fue tan natural todo, sin presiones de ningún tipo... Salir a una calle como las de Barcelona, y ver toda esta gente caminando despreocupadamente en las aceras, para mí es asombroso. Para la gente que vive acá puede ser muy normal, vivir en una ciudad y ver personas caminando todo el rato, incluso a ciertas horas en la noche, para uno no. Ver la gente tranquila, confiada. Llego aquí y me pareció que estaba viviendo un sueño, algo surrealista. O sea, ¿dónde estoy?, ¿estoy soñando o qué pasa aquí?, ¿por qué esta gente y estas personas? Y poco a poco fui aterrizando con las pláticas en mis sesiones de psicoterapia, al ver las actividades en las que me fui involucrando... La práctica del yoga, por ejemplo, me ayudó mucho. Fue algo que se hizo específicamente para mí, cosa que yo agradezco, porque venía todo golpeado, dolorido en el cuerpo, y me he ido recuperando. Y, bueno, me he hecho la promesa de que, si un día me animo a salir de México, sería para venir a Barcelona a vivir. Si un día decido o determino de alguna manera porque me he sentido como nunca me había sentido en otra ciudad. Con esta tranquilidad. Cómo puedes salir a la calle sin cuidarte de nada ni de nadie. ¡Perdí mis llaves y me las entregó el de la tienda después de dos semanas!

*Se ríe.*

¡Para mí son cosas increíbles! Aunque el de la tienda no habla español, la conversación la tenemos en inglés, por ahí estaban, y nos

comunicamos de una manera muy familiar, a pesar de no hablar el mismo idioma. Es increíble.

**Pensando en los distintos ejes que hay en el programa: psicosocial, salud, incidencia política, formación. ¿qué podrías decir de lo que a ti te ha aportado? También pensando que hubo un acompañamiento de más o menos tres meses de manera online, algo inédito en el Programa, ya que nunca se había dado la circunstancia de encontrarnos frente a una pandemia global.**

De los puntos fuertes que tienen aquí, es que son muy visibles. El acompañamiento psicosocial es formidable, y por ahí debería empezar cualquier organización con todas las personas que venimos de allá. Nosotros tendemos a esconder todo, porque no podemos estar hablando de cualquier cosa. Ya por costumbre. Abrir emociones es muy difícil, pero yo creo que aquí lo hacen muy bien. Y eso es primordial para ir ubicando a cualquier persona. En lo personal, me sirvió mucho. La cuestión es que se dio en un momento muy peculiar con la llegada de la pandemia, y además yo venía golpeado, no podía caminar mucho y cosas así... Pero sí ha habido disponibilidad. En cuanto a la incidencia política, a mí me parece formidable. Lo ponen a uno en otra plataforma. Lo relacionan a uno de tal manera que uno ni en sueños podía tener la idea de que podía existir este tipo de personajes que pueden hacer tal cosa, que pueden pronunciarse, que pueden pues apoyarlo a uno de alguna manera con su sola presencia, con una foto con ellos ya es mucho apoyo, la verdad.

¿Qué faltaría? Únicamente, yo lo pondría en una situación de más claridad. No quiero decir con eso que no sean claros, sino que faltaría más precisión en la comunicación. Y es que a la vez ni siquiera la Taula tenía toda la información antes de venir para acá. La organización no sabía ni la fecha exacta en la que íbamos a venir.

*El viaje se postergó por la emergencia covid19 que restringió los vuelos a España.*

Entonces hubo mucha incertidumbre. Pero se pudo haber sido

más claro explicando: “*oye, no depende de nosotros, estamos al pendiente*”. Algo que entiendo, pero podemos ver como un punto que les faltó en determinado momento. El acompañamiento desde la salida de México, ya que uno va a otro país y necesita saber punto por punto para que no haya un detalle malicioso. Uno viene dañado. Entonces, saber: mira, vas a llegar aquí, vas a hacer esto... Más desmenuzado, más platicado. No nada más: “*ten, acá están los boletos, acá te espero*”. Para mí no hay problema, pero sí sería un poco de mejorar esa situación. Y nada más, todo está bien.

En la actualidad existe la facilidad de las redes sociales para comunicarse en cualquier parte del mundo. Aquí creo que hace falta una cosa. Los problemas en México no dejan de existir para uno. Ha habido dos eventos fuertes para mí, en los que he estado aquí [*en Barcelona*]. Uno es que atacaron a mi asistente el 13 de agosto. Y el otro es que saltó una alarma que afectó a mi mamá en su salud. O sea, el mismo Mecanismo [*de Protección a periodistas en México*] activó esa alarma y la estuvieron llamando que dónde estaba yo, que si estaba bien. Mi mamá se puso muy mal de salud. Entonces yo no tenía manera de comunicarme con mi mamá porque ella no maneja redes sociales, puro teléfono. Un poco angustiante, esa situación. Entonces, sí que tomar nota de esos puntos sobre esas personas que dependen de ti. Porque yo los tengo escondidos. Qué puede causar un problema o un factor estresante aquí que puede suceder allá. Yo creo que sería, a final de cuentas, lo que les haría como observación. ¿Por qué digo esto? Porque a veces da uno prioridades. Y lo de mamá lo viví con mucha angustia.

**¿A ti qué te está ayudando para poder estar más centrado en lo que estás viviendo, tanto en poder hacer incidencia, en darte espacios para cuidarte, para relacionarte, para generar tus redes, tus contactos, para disfrutar?**

Fíjate que es muy buena tu pregunta, porque cuando uno llega aquí llega fuera de sí. Uno no se cuida. Uno no tiene cuidados para uno mismo. ¡Inclusive en mi caso en México se me olvidaba comer! Hasta que sentía hambre, que era cuando me iba a comer algo. Pero si no, no tenía horarios, se me olvidaba. Entonces, cuando llego aquí, lo que me mantiene en contacto es precisamente que

hay un grupo multidisciplinario que está al tanto de lo que pasa conmigo.

Al principio no le hablaba a nadie. Ahorita ya puedo tomar el teléfono con confianza y decir: oye necesito hablar de esto, o te puedo platicar esto otro. Ya me comunico porque me han dado esa confianza. Pero al principio no. Estaba ahí y si me hablaban bien. Entonces, este tipo de cuestiones me han ayudado a irme conectando con el lugar, y estar aprovechando las oportunidades, la plataforma, porque uno se adapta. Pero también uno no puede soltar las cuestiones que uno deja en México. Entonces desde aquí aprendí a trabajar de una manera diferente. Aquí entendí que no necesito estar en un lugar de riesgo para atender una situación de riesgo. Y no me expongo. Por ejemplo, en cuanto al conflicto en Buenavista, sin necesidad de estar en Buenavista, sin necesidad de estar en el municipio de Hidalgo, se giraron órdenes de aprehensión que desde aquí estuve manejando. Desde aquí estuve detrás de la fiscalía haciéndoles saber. Hasta que se lograron esas órdenes de aprehensión. Si hubieran salido cuando yo estaba allá, me buscarían para matarme como lo han hecho con otra gente. Entonces, ya me hubieran buscado. Y acá no. Aprendí todo eso. No ponerme al alcance tan fácil. Y claro que me la ha hecho saber el equipo, no lo entendí yo solo. Ha sido a través de las pláticas que he tenido con las diferentes personas que conforman el *Programa Municipal de Aco-gida Temporal*. Desde el ámbito periodístico, el ámbito psicológico, el ámbito social. Han sido conclusiones que he tomado con todas las pláticas que he tenido.

**El eje de formación tiene un seminario con el profesor Xavier Giró. Ahí se genera un espacio de reflexión con el que poder ver donde uno se está colocando en el periodismo y ver si existen formas más efectivas, o en las que uno esté en un lugar de riesgo menor.**

En los espacios de reflexión como el de Xavi Giró, me parecen muy buenos porque te ayudan a hacer introspección y a preguntarte qué estoy haciendo bien o qué estoy haciendo mal. Me fortalece mis habilidades en cuanto al periodismo. Pero, yo creo que sería formidable que se diera formación técnica en cuanto a periodismo.

Yo no traigo una formación periodística. De hecho, mi manera de escribir cambió a raíz de que llegué aquí. Yo escribía más apegado a lo que era derechos humanos y derecho penal. Ponía hasta artículos en los que mencionada dónde y cómo, y en los que para mí era importante el lugar de los hechos. Fue una manera diferente de hacer las cosas. Ahorita lo vuelvo a hacer, pero de una manera más simple, de una manera en la que todo el mundo lo entienda. Y se ha reflejado, porque ahí están más de 18.000 seguidores en mi página de Facebook, más de no sé cuántas reproducciones en un video. O sea, porque he aprendido a hacer un periodismo. Pero han sido conclusiones de aquí o de allá. Si hubiera un eje en el que dijera: este eje es de periodismo exclusivamente, vamos a dedicarnos a la reflexión, luego vamos a dedicarnos a la manera de escribir, por otro lado, a la expresión. Por ejemplo, Violeta, voluntaria de acompañamiento, que me decía “*se escribe de esta manera...*”. Aprendí mucho. Entonces, esta es la primera vez que yo tengo una formación como periodista. Y me ha servido, obviamente, y salta a la vista en el efecto de mis notas. Tengo una nota que escribí en el diario *20 minutos*, sobre la situación del gobernador en Tamaulipas. Lleva más de 200 veces que se ha compartido, más lo que se ha reproducido en otros portales de comunicación. Entonces, definitivamente, la formación la logré con los libros, una carrera de psicología con maestría y posgrado, luego una carrera de derecho con maestría en criminología y posgrados de derecho... Tenía que entender rápido.

Antes de que yo llegara aquí me corregían mucho mis notas la gente de aquí del Programa. No me corregían, porque nunca corrigen, más bien lo dejan hacer a uno y preguntan: “*¿y esto por qué?*” Y lo que al principio puede sonar como una crítica molesta, es un espacio de reflexión en que me puedo corregir. Entonces, yo digo, si hubiera un espacio, o un periodista, o alguien que diera una formación de “*ser periodista es esto*”. Ahora ya tengo mi conclusión: saber narrar una cuestión para que todo el mundo lo entienda. Y, anteriormente, narraba con mucho tecnicismo, con mucho número, estadística, que no toda la gente puede entender. Luego, de repente, he observado que hay periodistas que escriben igual que yo escribía, pero ellos escriben porque andaban en el campo de batalla. Luego, la redacción les falta, la sintaxis... y son muy repetitivos, hacen notas muy largas diciendo lo mismo. Entonces, esa precisión

del periodista profesional es la que les hace falta luego. Entonces, igual como en todo, hay abogado muy buenos o muy mediocres, hay buenos psicólogos o psicólogos que nomás no le echan ganas. Es como en todo.

Por otro lado, ¿qué es ser un defensor de derechos humanos? ¿Que van muy de la mano! ¿Es andar gritando en la calle?, ¿andar haciendo protestas? Un defensor de derechos humanos es una persona no violenta, así debe ser, no promueve la violencia en ningún sentido. Ahorita, cualquiera que va y rompe vidrios en la calle dice que es defensor de derechos humanos, y no es así. Los defensores de derechos humanos tienen un “reglamento” que emanó directamente desde la ONU, en la Convención para los defensores de los derechos humanos, y ahí vienen todos los “reglamentos” a seguir. Y me parece formidable que exista eso. Porque no se le ha dado la importancia tampoco, inclusive la difusión, para que las personas que luchan por los derechos humanos no salgan de ahí. Porque ahí tienen una herramienta muy importante. Y hay otras herramientas que se pueden utilizar como las de gente que ha luchado por los derechos humanos de una manera no violenta, como Gandhi, Luther King... Pero que al final de cuentas todo recae en la ley. Todo tiene una consecuencia legal. La persona que se pone violenta, la aprovechan para meterla en la cárcel. Pero si seguimos esos principios, pues puedes seguir luchando, y lo único que pueden hacer es matarlos a traición, y de una manera cobarde, como lo han hecho. Porque ya no les queda otra. Entonces, yo creo que, si el *Programa* pone las bases de eso para periodistas, les caería muy bien. Así como yo no era periodista y entendí, también les caería muy bien entender qué es un defensor de derechos humanos y cuáles son los principios que lo rigen. Igual para los defensores de derechos humanos que no tienen una base, que tengan la base. ¿Qué es ser realmente defensor de derechos humanos?

**Hay otro eje, el de salud, donde se trabaja el cuerpo y la mente con yoga y también con nutrición saludable. ¿Puedes comentar un poco de qué manera a ti te ha servido o no?, ¿o qué aspecto añadirías o quitarías?**

Están muy bien. En cuanto a la alimentación, como decía, a mí se



me olvidaba comer. En las pláticas con Iratxe [*colaboradora en el área de nutrición saludable*], lo vi con ese sentido. Comía lo que tenía a la mano, lo que se me ocurría. Entonces, aprendí que los nutrientes tienen que ser los adecuados, y que los problemas de salud luego surgen precisamente por esos malos hábitos. Comer no es alimentarse. Entonces, me sirvió mucho eso y creo que en otros casos igual ya tienen conocimiento de eso.

Lo del yoga me sirvió, desde el principio lo tomé como una cuestión de fisioterapia. Dije: *“me va a ayudar para aliviar esto o aquello”*. Pero yo lo recomendaría para todas las personas, inclusive lo implementaran, porque te centra con tu persona, con tu ser. Te hace sentir tu cuerpo. Yo le decía a Marina [*la profesora de yoga*]: *“acabo de tomar consciencia de que existen músculos que no tenía consciencia de que existían”*. Entonces, sería algo muy benéfico, más que un gimnasio. El yoga es muy adecuado para el tipo de problemas que nosotros traemos. O sea, si yo digo: *“traigo un estrés postraumático, un estrés agudo, voy al gimnasio y ahí me desquito y saco todo el estrés que traigo”*. Pues sí, pero lo saco de manera momentánea. Y el yoga es otra cosa, te va ubicando, te va relajando, te va ayudando a que tomes consciencia. Entonces, como complemento me parece formidable. Complemento como método de salud, de terapia.

**Para quien no conozca el contexto mexicano en cuanto al trabajo del periodismo, cuando hablas de estrés postraumático, puede resultar un poco sorprendente. Cómo se están enfrentando a realidades de salud que afectan tanto su experiencia vital, su forma de relacionarse, esa cuestión de tener que estar con esta hipervigilancia.**

Los periodistas en México, generalmente, no son personas que estén rebotando de buena salud. Definitivamente, que no. Carecen, inclusive, de salud mental. Les hace mucha falta. El que más, que menos, trae delitos de persecución. El que nunca ha sido agredido se cuida del mismo compañero periodista. Se cuidan de cualquier persona que se les pueda acercar. Y no es para menos. Han sido víctimas de violencia, no solo de desapariciones y de muerte, sino han sido agredidos en alguna manifestación... van cubriendo la manifestación y los golpean, les quitan sus equipos, los mandan al

hospital. Y no hay consecuencias para quienes agreden. No hay consecuencias ni jurídicas, ni humanas, de ningún tipo.

Entonces, es un país donde está reinando la impunidad y cualquiera se siente desprotegido. Es muy difícil para el periodista mexicano vivir eso, sobre todo el reportero que anda en la calle cubriendo notas, son unos héroes. Se exponen porque tienen que seguir órdenes del crimen organizado, de que, si vieron una muerte o un accidente, y ven que fue provocado, se tiene que callar, porque si no les puede costar la vida. O sea, si ellos hablan lo que realmente sucede en este “supuesto” accidente, entonces son hostigados, obligados, violentados... son personas que tienen que obedecer a ese patán que trae un arma, porque les puede costar la vida.

Es indignante, es humillante para el periodista, estresante, vivir de esa manera y con miedo. He platicado mucho con los periodistas y todos tienen miedo. Por eso se callan. Por eso no publican lo que sucede. Es el miedo el que los tiene así. Muchos dicen que, porque los tienen comprados, no... no es eso. Porque inclusive los periodistas que yo sé que tienen algún tipo de convenio con algún Ayuntamiento o gobierno, no es la gran cosa, y no les permite vivir de manera decorosa. Es una dádiva que les dan ahí, como a cualquier persona que *“pues que hiciste un favor, toma esto”*. Más bien una dádiva, más que un convenio. Dicen: *“es que le dan dinero, por eso lo callaron”*. Y no, no creo que sea por eso.

**¿Y qué les dirías a esos periodistas que están siendo extorsionados, agredidos, con tu experiencia?**

Pues primero, que tienen que formar un grupo entre ellos. De amigos. Y digo de amigos, no de, vamos a decir de todos los periodistas de toda la región o de todo México no. Amigos en los que puedan confiar. Amigos con los que puedan compartir sus experiencias. Porque una persona por sí sola no creo que pueda sacar una conclusión. O saca conclusiones erróneas debido al temor con el que anda conduciendo. Un grupo de amigos y además que ese grupo, aunque no sean periodistas, sean solidarios en todos los sentidos.

Puede ser que un periodista tenga un amigo abogado, o el vecino,

el taxista. Porque son sus informantes luego. Esos amigos hay que cuidarlos, y ser solidario con ellos. Porque tiene una herramienta aquí que le llaman el cuarto poder y tiene que hacerlo valer. ¿Y quién lo va a hacer valer? No el político, ni el gobierno, sino sus mismos amigos. Quienes son solidarios con él. Quienes están con él en ese momento. Para el pueblo los periodistas o están de parte del gobierno o están comprados por alguien, o reciben órdenes de alguien. Ese es el concepto que hay del periodista y se tiene que acabar con ese estigma.

Es muy raro que haya un periodista que digas es el periodista del pueblo, que escuche al pueblo, como el caso del periodista Mario Segura en Tamaulipas. Mucha gente lo quiere, porque sí les publica sus cosas, los escucha y publica sus notas, y está cerca de esa gente. Pero la mayoría no. Inclusive estar cerca de la gente es también protegerse. Protegerse a sí mismo, porque tiene amigos. De lo contrario, cuántos periodistas han desaparecido y cuántos amigos hacen ruido si te pasa algo. Si lo desaparecieron en Veracruz, se pronuncian en la Ciudad de México, se pronuncian en Guerrero, se pronuncian en Nuevo León... a lo mejor hasta fuera del país. Y sus compañeros periodistas ¿dónde están?, nunca hablan, no sé si han observado eso, que ellos no hablan por temor, porque saben que les va a ir igual.

**¿Cómo ves tu regreso? ¿Cómo visualizas a día de hoy el regreso, también a la luz de esta nueva forma de comunicar y de informar desde un lugar más seguro?**

Aquí yo creo definitivamente tengo que hacer un cambio radical en cuanto a esta estrategia. Comenté que aquí aprendí que no tengo que estar en el lugar de los hechos. Y puedo ser mucho más efectivo que estando allí. Entonces, tengo que cambiar a mi llegada a México, voy a cambiar la manera en que me conozco, tengo algunos planes. Me desempeñaba como abogado y defensor de derechos humanos y publicando en diferentes portales. Pero ahora, tengo que reducir eso para atender a mi persona. Dedicar un tiempo a mi desarrollo personal. Por ejemplo, a mí me encantan las artes marciales. Entonces, practico donde puedo y donde voy. Y el yoga que me llevo de aquí que me gustó mucho. Voy a buscar

algún lugar donde pueda seguir.

Tal vez pueda crear una asociación de ayuda a personas defensoras de derechos humanos y periodistas. Estoy viendo manejar casos jurídicos, pero pues sí tengo que apoyarme mucho en organizaciones internacionales por seguridad también.

**Cuéntanos sobre esta organización. ¿Qué objetivos tiene? ¿Te ha ayudado el coaching laboral que estás haciendo en el Programa?**

Me nació en México la idea, cuando voy a todas las instituciones, no hay un reconocimiento jurídico para el defensor de los derechos humanos. Es algo que no existe. No existe la figura jurídica, mucho menos alguien que pueda ser reconocido como defensor de derechos humanos. A mí me abrían puertas por mi carrera de derecho, pero al defensor de derechos humanos le llaman revoltoso, le llaman conflictivo. Es como los definen, es la definición que les está dando el gobierno a todos ellos. Y entonces, la idea nace precisamente de dar esa seriedad y apoyar a los defensores de derechos humanos para que los que quieran entender y aprender cómo defender derechos. Podemos enseñar. Podemos darles algún curso. Y, al mismo tiempo apoyar o coordinarse mejor dicho con organizaciones internacionales. Por ejemplo, una de las organizaciones que vimos al principio se dedica a cuestiones de refugio. Entonces coordinar por allá. Que hay alguien en una urgencia, o en una emergencia que se quiere salir del país... porque eso es cotidiano en México.

Aquí traigo unos mensajes en el teléfono de *“oiga cómo le hago para irme a Canadá, porque yo quiero irme, ya no aguanto aquí, me están persiguiendo”*. Entonces, coordinarme con esas organizaciones para decir *“a ver aquí tengo a dos personas que se quieren ir, ¿cómo le hacemos?, que me orienten, que me digan o que me apoyen también”*. Organizaciones de periodismo que puedan también orientarme, apoyarme. Este tipo de organizaciones, es con el que me quiero coordinar para no depender del gobierno mexicano. Y la idea y la visión que se tiene de esta organización es que se llegue a tener una relevancia tal y cual como *Artículo 19* o *Periodistas sin Fronteras*, pero en el ámbito de los

derechos humanos, no tanto en el periodismo. No hay en México. Aquí puede haber y en otros países `puede haber y se les da la importancia que tiene. En México no.

Precisamente cuando hablo de cursos o charlas, la idea es que, para mí, un periodista es un defensor de derechos humanos. Entonces, va enfocado especialmente a ellos, porque el miedo que tienen es por el desconocimiento. Están acostumbrados a enfrentarse tanto a las situaciones así, a puro valor marino, como decimos, confrontando, que por eso luego el gobierno hace lo que quiera con ellos, por el desconocimiento que tienen de las leyes y por eso los espantan. Saber que tienen a la Fiscalía General de la República encima y que hay una investigación fabricada sobre ellos. A mí me lo dijeron: es que te tiene una investigación, la Fiscalía. Y dije: *“Pues que me abran una investigación, pero que me lo comprueben, eso va a ser lo difícil”*. Pero alguien les dice: oye te tienen bajo investigación y se espantan. Entonces, esas son precisamente las herramientas que yo quiero darle al periodista. En general, a todo defensor de los derechos humanos. Para que no se dejen intimidar con tanta sencillez.

Y que si el gobierno dice: Los tengo “maiceados” [*les he entregado dinero*], como dicen allá, cuando tienen algún tipo de convenio, pues que lo hagan y que lo hagan bien, es válido. Es válido porque el gobierno tiene presupuesto para publicidad. Y todo eso se lo quedan los gobiernos y sus amigos. Y al periodista, ¿qué le dan? Entonces, no es un dinero que no exista o que les vayan a hacer el favor de darle, para eso existe, para eso está. Ponerte en conocimiento de que el gobierno de la República tiene un presupuesto para comunicación social, para su publicidad. Y de ahí a ti periodista te corresponde una parte, porque estás cubriendo sus notas. Si no, pues nos vamos a un amparo o los denunciarnos o a ver qué hacemos. Es el desconocimiento que tienen ellos de todo eso.

**¿A raíz de la pandemia por Covid19, has percibido cambios en el periodismo, teniendo en cuenta esta cuestión del riesgo?**

Sí, fue muy palpable. Fue un cambio para todo el mundo y en el periodismo se notó porque de repente no se hablaba más que de

eso, del Covid. Y con datos, estadísticas, y le siguieron el juego al gobierno sin investigar a fondo. Pero, ¿cómo le hacían?, ¿dónde consiguen esos datos de estadística? Lo que dice el gobierno de la República, lo que dice el Estado, lo que dice la ONU. Y ahora se vieron inmersos en eso, como todo el mundo. Pero ¿y las otras notas? pues no hay notas, porque todo el mundo está encerrado. Y ¿cuáles son las otras notas? la política. Vamos a hablar del gobernador. O vamos a hablar del presidente municipal. Nada. Entonces claro que les afectó porque dejaron de generar la nota que esperaba el pueblo en general, sus lectores.

**Por último, ¿estás observando cambios en la situación del periodismo en México con el nuevo gobierno de Andrés Manuel López Obrador?**

Pues mira, ha habido cambios. Definitivamente que sí. Ahora existe una supuesta apertura, porque no es del todo una apertura, hacia los periodistas, hacia la información. Lo que realmente hace López Obrador es estar exhibiendo que hicieron las administraciones pasadas y darles a los periodistas acceso a todo eso. Y han salido escándalos mediáticos, que han sido, bueno, no dejan de ser escándalos mediáticos porque en realidad no ha habido una sola persona que esté en la cárcel por todos esos actos de corrupción. Ha sido para el show mediático del presidente que ha estado manipulando de una manera magistral, diría yo.

Es una persona bastante inteligente, creativa, con capacidad de improvisación, y te pongo un ejemplo, la rifa del avión presidencial [*como promesa de campaña prometió vender el avión y dedicar lo obtenido a cuestiones sociales*]. A todo el pueblo le dijo que iba a rifar el avión. La rifa del avión fracasó. Pero resulta que no era rifa del avión, sino que eran de 20 millones de pesos a quien sacara los premios. Y el avión ahí sigue. Y mientras la rifa del avión y todos los medios hablando de la rifa del avión, como quien vendió la Torre Eiffel. O sea, no hubo tal rifa. Pero lo manipuló tan bien que todo el mundo se creyó que había la rifa de un avión.

Y ha hecho buenas cosas, es innegable, o ha hecho lo que otros presidentes no habían hecho. Pero en relación al periodismo no.

Necesitamos aventarnos una investigación a fondo de este señor. Ser un crítico real de él. No participamos en la polarización que él ha estado haciendo con los medios de comunicación, que si el periódico Reforma es de tal porque les trabaja a los conservadores, que si tal medio es esto o aquello. Si publicas una crítica contra el presidente, entonces eres de los contrarios a ellos. Si hablas bonito ni voltean a verte. Entonces, quitarse esa mentalidad o descubrir, más bien, la manipulación que existe atrás de todo esto para poder salirse de ahí, porque si hay cambio, pero seguimos siendo manipulados en información.

\*\*\*

## 4. Un programa municipal de acogida temporal





“El derecho a la libertad de expresión y de acceso a la información son fundamentales en todas las sociedades. Facilitan el escrutinio y el debate públicos y son fundamentales para la promoción y protección de los derechos humanos. Cuando se ataca a periodistas, profesionales de los medios de comunicación, no es sólo su trabajo lo que se pone en peligro, sino también el derecho de la sociedad en general a ser informada.

Quienes se centran en poner al descubierto los abusos contra los derechos humanos, incluidos quienes informan sobre conflictos armados, delincuencia organizada y corrupción, se enfrentan a niveles especialmente elevados de ataques. En muchos casos, la violencia contra periodistas, blogueros y profesionales de medios de comunicación conduce a la autocensura y puede convertirse en un instrumento eficaz para silenciar las críticas hacia quienes ocupan el poder”.

## Suma de voluntades

- Arturo Landeros -

En la primavera de 2016, fue fundada la *Taula per Mèxic*. Su creación era la respuesta de un grupo de personas que se habían autoorganizado para denunciar los abusos y violaciones de derechos humanos que se viven en México desde hace más de 14 años. En aquel no tan lejano 2016 se había abierto un debate mediático internacional al cumplirse justamente 10 años de la “Guerra contra el Narcotráfico”, declarada por el entonces presidente mexicano Felipe Calderón en diciembre de 2006. A esto se sumaba la reciente designación del entonces nuevo cónsul de México en Barcelona, Fidel Herrera, ampliamente cuestionado en la prensa mexicana por casos de corrupción en su papel como gobernador de Veracruz, y una presunta vinculación con el cartel de los Zetas.

La preocupación generada por la deriva del país hizo que desde la sociedad civil y la comunidad migrante mexicana se reclamara una respuesta a la comunidad internacional, rechazando los crímenes del Estado mexicano y contra la impunidad. Desde Barcelona, esta rabia se canalizó en la creación de la *Taula per Mèxic* y el apoyo institucional del Ayuntamiento de Barcelona.

La construcción de la *Taula per Mèxic* se logró a partir de convocar a diferentes grupos, colectivos y personas que realizaban actividades de solidaridad con México de manera informal, aislada e intermitente, para dar pie a una entidad con carácter jurídico, y en vía hacia la especialización y profesionalización. Desde 2016 se iniciaron actividades de denuncia y sensibilización con mesas redondas, exposiciones, actividades culturales, y se acogió a un periodista con los propios recursos de la *Taula*. En 2017, iniciamos lo que fue el proyecto piloto de acogida de personas defensoras mexicanas. Acabado el año 2017, hubo una propuesta del Ayuntamiento para convertirlo en un programa municipal, debido a que tenía la voluntad explícita de trabajar con defensoras de derechos humanos. De las negociaciones y las propuestas que trabajamos *Taula per Mèxic* junto a la Dirección de Justicia Global y Coopera-



*Equipo de acompañamiento del Programa.*

ción Internacional (DJGCI), se estableció un programa concreto de protección, como lo dictaba su Plan Director 2018-2021, pero dirigido exclusivamente a personas relacionadas con el mundo del periodismo y la comunicación en México: reporteros, articulistas, locutores (incluidas radios comunitarias), blogueros. De esta manera surgió el *Programa Municipal de Acogida Temporal Barcelona Protege a Periodistas de México* (PAT-P).

## ¿POR QUÉ PROTEGER PERIODISTAS?

El derecho a la libertad de expresión y de acceso a la información son fundamentales en todas las sociedades. Facilitan el escrutinio y el debate públicos y son fundamentales para la promoción y protección de los derechos humanos. Cuando se ataca a periodistas, profesionales de los medios de comunicación, no es sólo su trabajo lo que se pone en peligro, sino también el derecho de la sociedad en general a ser informada con verdad. Quienes se centran en poner al descubierto los abusos contra los derechos humanos, incluidos quienes informan sobre conflictos armados, delincuencia organizada y corrupción, se enfrentan a niveles especialmente elevados de ataques y amenazas. En muchos casos, la violencia contra profesionales de medios de comunicación conduce a la autocensura y puede convertirse en un instrumento eficaz para silenciar las críticas hacia quienes ocupan el poder.

El PAT-P se enfoca en brindar un espacio de respiro para personas defensoras de derechos humanos amenazadas en México, concretamente a periodistas y a quienes defienden la libertad de expresión e información. Para ello ofrece acompañamiento psicosocial, sanitario, formativo y de incidencia política de las personas que son acogidas en la ciudad de Barcelona durante un periodo de 3 a 6 meses. Un programa que también pretende ser un espacio donde las personas acogidas realizan labores de análisis y divulgación de la situación de violencia hacia las personas que defienden el derecho a la libertad de expresión e información. Así mismo, se busca crear vínculos y relaciones con otros actores sociales que apoyen a promover el diálogo para impulsar la paz y la justicia social desde los ámbitos locales y regionales.

De este modo, podemos decir que a la fecha el *Programa Municipal Barcelona Protege a Periodistas de México* marcha adecuadamente habiendo acogido a 10 periodistas al día de hoy. Cuenta con un respaldo social e institucional amplio tanto en Barcelona, como en Catalunya. Si bien el Programa es conocido en México entre las organizaciones contrapartes y algunos sectores sociales, incluidas asociaciones de víctimas, falta mucho para poder establecer interlocución con el Estado mexicano. Este es un punto fundamental del Programa como iniciativa de diálogo para la construcción de paz en México.

El Programa surgió por una visión conjunta de voluntades y sueños de cambio, un proyecto en construcción, no estático. Es la trayectoria de un grupo de personas que estando en Barcelona han encontrado un espacio para apoyar procesos de transformación social en México. Estas voluntades de alguna manera se han materializado en la *Taula per Mèxic* como resultado de todos estos procesos. Desde colectivos y personas que han acompañado las luchas indígenas a mediados de los años noventa, denunciando las manipulaciones del gobierno de Vicente Fox para dejar fuera de la carrera a un candidato a la presidencia en 2005, de la denuncia contra la Guerra de Felipe Calderón especialmente en 2010, el movimiento estudiantil contra la imposición de Peña Nieto como candidato a la presidencia en 2012, la exigencia de justicia en el caso de los estudiantes de Ayotzinapa en 2014, y las miles y miles de muertes y desapariciones forzadas que incluso hoy en día siguen ocurriendo en este México de 2020.

\*\*\*

---

*Arturo Landeros es técnico del Programa Municipal de Acogida Temporal Barcelona Protege Periodistas de México y co-fundador de la Asociación por los Derechos Humanos y la Paz Taula per Mèxic.*



## Surgió de la necesidad...

- Alba Aran -

Recuerdo que hubo una primera experiencia de refugio improvisado en casa de compañeras cuando aún no existía la Taula per Mèxic... nos llegó a la *Asamblea Ayotzínapa* una persona amenazada de muerte pidiendo ayuda. Eso movió a las personas ya organizadas en distintos colectivos, pero también a personas nuevas a crear una asociación “registrada” e incluir dentro de los “ejes de trabajo”, el “Eje de refugio”. Así, la Taula per Mèxic surgió con distintos “ejes de trabajo”: el de refugio, el de investigación, el de cultura y el de formación. Todos ellos con el objetivo de potenciar la mejora de los derechos humanos en México.

La Taula se formó con personas distintas, cada una con su bagaje y sus intereses: activistas inicialmente, però también periodistas, académicas, psicólogas, gestoras de proyectos... personas con o sin trabajo, independientemente a la formación (dada la alta tasa de precariedad sobretodo en la población migrada).

En fin, todas, personas sensibilizadas con la problemàtica de violencia estructural en México interesadas en ahondar en las causas, pero también en ofrecer una salida de “respiro y fortalecimiento” a las personas que están en situación de riesgo en México a causa de su labor, sin olvidar que van a volver y no pretende desmovilizar, sino proteger y fortalecer.

### CONCRETANDO EL PAT

Para hacerlo posible se buscaron asociaciones contrapartes en México (*Artículo 19, Periodistas de a Pie, Aluna, CIMAC, Serapaz...*) y alianzas en Barcelona (*Ayuntamiento de Barcelona, Icip, UAB, Exil...* así como colectivos afines). El programa se llamó PAT (*Programa Municipal de Acogida Temporal Barcelona Protege a Periodistas de México*).

Pensado desde una perspectiva de protección y acompañamiento



*Movilización de colectivos en solidaridad con México denunciando la violación de derechos humanos en el contexto de la Guerra contra el narcotráfico en México, (otoño 2010).*



integral, lo basamos en 3 líneas o ejes de intervención: Psicosocial; Incidencia política y Formación/ocupación, al que se le suma el eje de salud.

### EL “EJE REFUGIO” ECHÓ A ANDAR...

Inicialmente con acogidas de tres meses, ya que como asociación no podíamos cambiar el tipo de visado (visado de turista). La acogida fué posible gracias al apoyo del Ayuntamiento de Barcelona que corría con los cargos del mantenimiento y del piso de acogida. En estas primeras convocatorias pasaron por aquí: Martín, Carlos, Jacob y Luís.

Las experiencias fueron positivas para las personas beneficiarias, pero detectamos que cuando ya habían logrado adaptarse a Barcelona y empezaban a avanzar en su “sanación interna” ya tenían que mentalizarse para la vuelta. La valoración de falta de tiempo fué recogida por el Ayuntamiento de Barcelona que planteó que pasara a ser un proyecto municipal. Eso implicaría poder alargar la estancia, que pasaría de tres a seis meses, con un cambio de visado, conformándose lo que hoy conocemos como Programa Municipal de Acogida Temporal Barcelona Protege a Periodistas de México.

De esta manera, las convocatorias pasaron a ser de seis meses y detectamos nuevos retos, entre ellos la intensificación de la convivencia de las dos personas acogidas en el mismo piso.

Juntas fuimos aprendiendo las diversas necesidades de cada persona acogida, y fuimos ampliando espacios de cuidado: yoga, nutrición, coaching orientado al retorno... así como delimitando mejor el tiempo de las fases del programa (2 meses de baja exposición pública, 2 meses de intensificación de la exposición pública y 2 meses de cierre, con relajación de la actividad las últimas 2 semanas). Acogida-estancia-retorno.

Por aquí pasaron: Mayra, Míriam, Patricia, Yaneli, Alí y Néstor. Aún nos queda mucho por hacer y por mejorar, pero cada una nos aporta nuevos aprendizajes, así como un fortalecimiento del vín-

culo con las personas acogidas y las asociaciones de México que nos hace sentir útiles y orgullosas.

Las redes que se generan van más allá de las cuestiones personales; son el germen de la solidaridad internacional. Es decir, de lo personal a lo social y viceversa. Si nos tocan a una, nos tocan a todas.

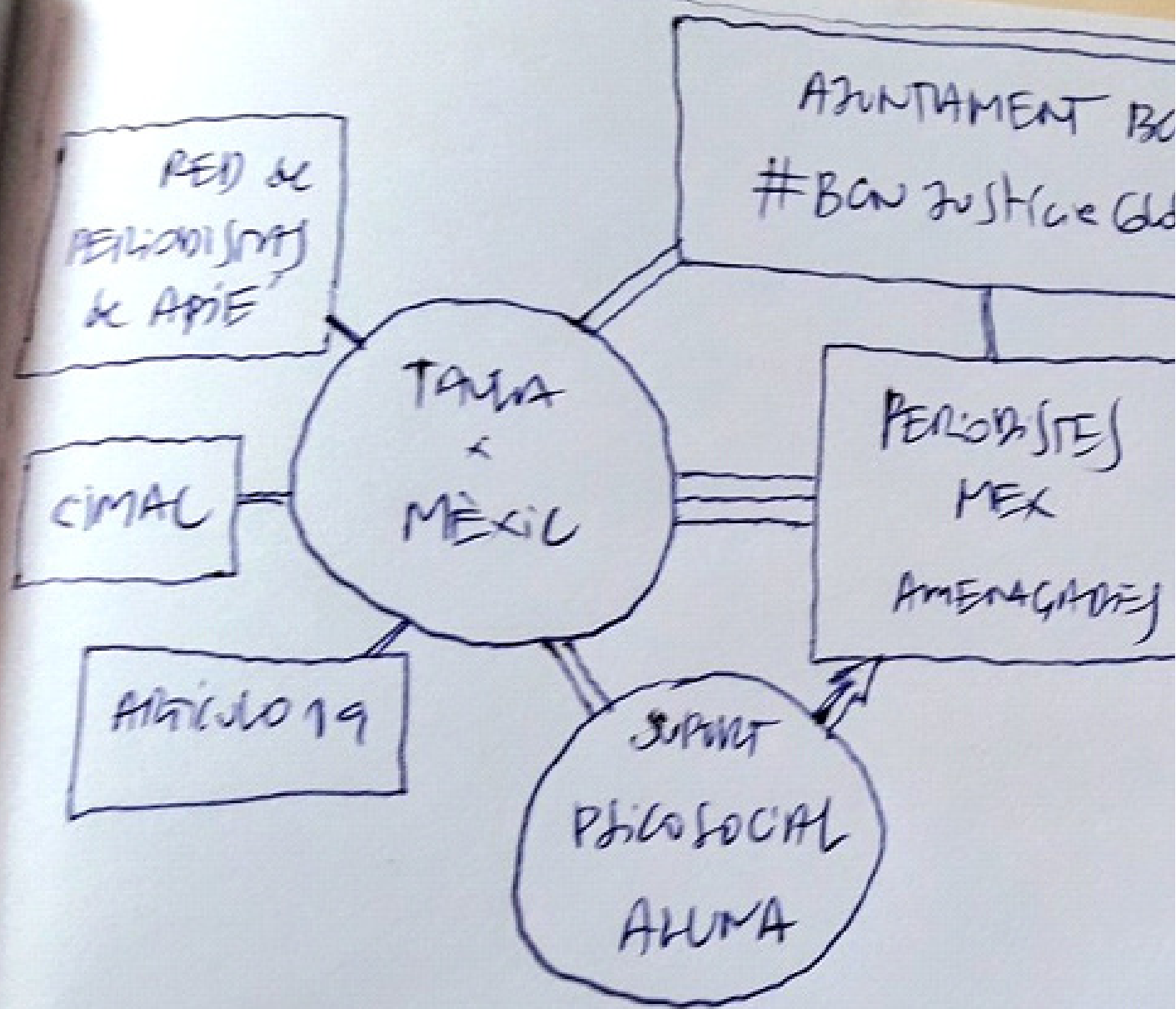
\*\*\*

---

*Alba Arán es activista por los derechos humanos, con una larga trayectoria vinculada a los movimientos sociales de México. Colabora en el Programa Municipal de Acogida Temporal desde su fundación como votana, así como realizando otras labores relacionadas con los ejes de formación e incidencia.*

# **5. Las voces que acompañan**

**El equipo de trabajo**



El Programa Municipal de Acogida Temporal Barcelona Protege a Periodistas de México está pensado para acoger en Barcelona durante seis meses a periodistas de México que hayan visto amenazada su integridad por motivo de su trabajo en defensa de los derechos humanos, principalmente la libertad de expresión e información. Con él se pretende crear un lapso de seguridad en Barcelona para que las y los periodistas puedan seguir desarrollando su trabajo con más fuerza una vez de vuelta a México.

Durante los meses de estancia en Barcelona, dentro del programa se trabaja mediante distintos ejes: atención psicosocial, salud integral, acompañamiento mediante la figura de la votana, incidencia política y formación. Todos ellos conformados por personas de muy distintos ámbitos que, conjuntamente, se complementan.

PROGRAMA MUNICIPAL DE PROTECCIÓN  
MEXICANOS/AS AMENAZADOS



## Acompañamiento integral

A las personas voluntarias que realizan el acompañamiento integral en el Programa les llamamos “votanas”. El significado de “votana” o “guía” dentro de la cosmovisión maya, no es tanto aquella que conoce el camino y te guía, como aquella que te acompaña a recorrer un camino nuevo para ambas.

La palabra votan, o votana, recoge con mucha exactitud el papel de la persona encargada de acompañar a las personas refugiadas en Barcelona. El votan o la votana se encarga de acompañar en el día a día el nuevo camino que los y las periodistas deseen recorrer una vez han llegado a la ciudad Condal. De esta

manera, es la persona encargada de identificar las dificultades cotidianas de las personas beneficiarias del programa, asumiendo también una función de radar que identifica sus necesidades diarias.

Desde el acompañamiento en los encuentros de incidencia, hasta en los momentos de ocio, tan necesarios, que pueden requerir.

Una cuestión que se desarrolla de manera transversal en los cuatro ejes que conforman el Programa.



## ¿Por que es clave el acompañamiento para el Programa?

- *Alba Aran* -

Mi nombre es Alba Aran, formo parte del equipo del PAT-P y he participado como votana o como parte del acompañamiento. Así que me centraré en mi experiencia sobre este aspecto.

Una de las funciones del acompañamiento es servir de termómetro de cómo están viviendo los distintos ejes: incidencia política, psicosocial, formación/ocupación. Y así, poder regular la intensificación o moderación de actos públicos y entrevistas, buscar cursos que les interesen, actividades lúdicas... Es decir, detectar y reforzar según sus demandas, los distintos ejes de intervención

Desde mi punto de vista, valoro especialmente compartir experiencias y reflexiones desde un plano de igualdad y hacerles partícipes del desarrollo de las actividades del programa. Como parte del equipo de acompañamiento he sufrido sus situaciones y a la vez he disfrutado de su fortalecimiento.

Está claro que en estos momentos ejercer el periodismo en México es equiparable al periodismo de guerra y los niveles de estrés y otras afectaciones son evidentes. El distanciamiento físico del foco de amenaza no es suficiente para trabajar sus situaciones, la intervención psicosocial es básica para que se den un tiempo de “respiro”, de reflexión interna y de fortalecimiento para volver con más herramientas. Una de las ideas clave es el acompañamiento psicosocial entendido como algo más allá de las sesiones con psicólogos y psicólogas profesionales en “Exil”, por eso, se creó un grupo de voluntariado para acompañar informalmente a las personas acogidas con una persona referente para el seguimiento a la que llamamos “votán/a”.

Este término está directamente tomado del zapatismo, que utilizan la figura del votán/a como un acompañante, un guía, un puen-



*Josefina Arista, votana del Programa, con la periodista Patricia Mayorga.*

te entre los conocimientos colectivos de la comunidad indígena y las personas que se acercan a colaborar como observadores de derechos humanos... En nuestro caso, la votana, es la persona referente de acompañamiento de las personas acogidas.

El significado de “votana” o “guía” dentro del movimiento zapatista, no es tanto aquella que conoce el camino y te guía, como aquella que te acompaña a recorrer un camino nuevo para ambas. En este camino hemos tenido la suerte de compartir muchas situaciones, tanto aquellas de las que huyen y experiencias que cargan, como del proceso, totalmente personal, por el que cada una de las personas acogidas ha transitado durante su estancia en Barcelona.

Esto nos ha hecho llegar a la necesidad de establecer un sistema de curas y escucha también para aquellas que asumen las funciones de acompañamiento. De este modo, la compañera de la Taula referente para la atención psicosocial, que inicialmente trabajaba sólo con las personas beneficiarias del programa, asumió también la función de gestionar actividades encaminadas al cuidado entre nosotras/os, es decir, del equipo PAT-P en su conjunto.

Cabe señalar que aunque en el plano teórico los ejes se expliquen por separado, son en los momentos de convivencia donde afloran las emociones, dudas, críticas, carencias, llantos, risas...

### ¿QUÉ APORTO YO?

En las personas acogidas he detectado la necesidad de desconectar. Y a mí, se me da bien. Me considero una persona vitalista y positiva, tengo un carácter cercano e informal, creo que ello me confiere una capacidad de escucha activa desenvuelta y puedo conectar con esa parte de vitalidad interna que todas tenemos. La vida está para vivirla.

Por otro lado, procedo del activismo de base y tengo la certeza de que el cambio del sistema es, sin lugar a dudas, una tarea colectiva, lenta y frustrante, pero necesaria. La mirada de la represión en México como algo estructural y sus causas vinculadas a intereses

transnacionales, cabe mencionar el de empresas españolas (y catalanas) nos hace partícipes de lo que ocurre allá. No podemos girar la espalda a nuestra propia responsabilidad.

El trabajo de las y los periodistas que he acompañado, como una labor de visibilización de las voces acalladas por una situación que coarta los derechos humanos, los coloca claramente en la misma posición que a un/a activista. No obstante, en mi acompañamiento como votana, he podido evidenciar que debido a su origen desde el periodismo, a veces, no perciben apenas este hecho, el de entrar de lleno en una suerte de activismo informativo intentando visibilizar las situaciones que se quieren acalladas. Por ello, se hace necesario el reconocimiento de su trabajo, pues silenciar el periodismo independiente no es sólo un déficit democrático en materia de libertad de expresión, implica la invisibilización de la vulneración de DDHH de toda la comunidad.

\*\*\*

---

*Alba Arán es activista por los derechos humanos, con una larga trayectoria vinculada a los movimientos sociales de México. Colabara en el Programa de Acogida Temporal desde su fundación como votana, así como realizando otras labores relacionadas con los ejes de formación e incidencia.*



## Acompañando a quien nos impulsa a entender el mundo

- Malinalli García -

Estudié periodismo en México, lo ejercí en los tiempos que las primicias y trabajar solo en una redacción era la regla. Las circunstancias de la vida me han llevado por otros caminos, pero el periodismo sigue ahí, a través de las historias que leo, escucho y veo que se convierten en conversaciones con familiares, amigos y conmigo misma.

La experiencia dentro del periodismo la he vivido en dos dimensiones como reportera-redactora y como acompañante de periodistas mexicanos amenazados de muerte, lo segundo, sin duda, ha tenido una marca más profunda en mis convicciones, pensamientos, anhelos y deseos.

A veces me da la impresión que las personas que ejercen el periodismo en terrenos hostiles —México— se sienten tremendamente solas, porque nadie los entiende. No entendemos por qué ese afán de contar, de preguntar, de escuchar y de intentar entender, cuando el precio por hacerlo es la vida. Para mí son contadores de realidades, son transmisores de conocimientos del presente, a ellos y ellas los mueve la curiosidad, el escepticismo, luchan porque las voces de otros se puedan escuchar, leer y ver. No me gusta hablar de información, porque me suena vacío, yo creo en las historias, historias que nos cuentan la vida de las personas, historias que resuenan, que te mueven a pensar, a cuestionar y que regalo tan grande de generosidad el compartir esas pequeñas historias que se convierten en grandes cuando narran una realidad que te permite entender de que lado giran las agujas del reloj.

Hace dos años que soy votana, lo hago no sólo por acompañar a personas que viven día a día con la amenaza latente de muerte por hacer su trabajo, también lo hago porque ante todo soy una persona que quiere conocer y defender a otras personas que me impulsan a comprender el mundo en el que vivo, y si a las personas que



Parte del equipo de acompañamiento con la periodista Yaneli Fuentes.

quieren contármelo, incomodan a otros, eso significa que es importante, merece ser defendido. Soy votana porque es una forma de agradecerles su trabajo, un reconocimiento a ellos y ellas que no han seguido el juego de transcribir las declaraciones del político en turno y en su lugar se han puesto a escuchar la voz de la gente

En estos dos años que he sido votana, esos periodistas me han contado sus inicios en el oficio, historias sobre sus lugares de origen, historias que publicaron en sus medios, historias que quieren contar, la primera amenaza, la primera vez que tuvieron que huir, su primer refugio, la primera despedida de familiares y amigos, y también, la primera vez que sintieron miedo. Ese compartir me parece de una generosidad tremenda, compartir algo tan íntimo que incluso no se lo han contado a sus familiares porque no quieren angustiarlos, porque no quieren contagiarlos con su miedo, porque quieren verlos y decirles que todo va a estar bien.

Uno de los periodistas que acompañé me dijo que cuando amenazan a los periodistas es porque ya han amenazado a la gente que es activista-defensora, el periodista es el último eslabón y eso significa que para que no se apague la llama, la historia merece ser contada, porque hay gente que confía en ellos, son la última esperanza a la que aferrarse, pero también me dijo que eso no significaba sentirse héroes, porque cada uno tiene que valorar hasta dónde llegar.

Sueño con un México en el que no se maten a los/as periodistas, en el que no se corra peligro por hacerlo y en el que no sea necesario personas como yo, que acompañan a periodistas amenazados de muerte.

\*\*\*

---

*Malinalli García es periodista y fotógrafa, residente en Barcelona, desde donde se encarga de ofrecer acompañamiento como votana dentro del Programa de Acogida Temporal para Periodistas desde sus inicios.*



*Equipo de acompañamiento con la periodista Yaneli Fuentes.*



## Eje Psicosocial

El eje psicosocial del programa surge de la necesidad fundamental del y la periodista que ha sido víctima de violencia por ejercer su profesión de ser: atendido, acompañado y percibido como persona, además de periodista, en su totalidad. A menudo nos encontramos con que su rol profesional invisibiliza facetas y áreas personales centrales para poder desarrollar su vida personal y su trabajo. Esta dificultad se ve reforzada tanto por el compromiso con su colectivo como con la sociedad. Ser periodista se ha convertido en una profesión de riesgo en México y se ha empezado a normalizar que las y los periodistas vivan experiencias crónicas de estrés, hipervigilancia y sobreexposición a situaciones de riesgo por “hacer bien” su trabajo. Esta situación da lugar a que a medio y largo plazo se genere malestar psicológico y sintomatología de diverso tipo que dificultan tanto el bienestar personal como su desempeño profesional.

Por tanto, el eje psicosocial se encarga de ofrecer: atención, acompañamiento y cuidado psicoafectivo al periodista. Dicha atención se realiza durante el periodo de acogida y en los momentos previos y posteriores al mismo. Desde este eje, también se promueven espacios de reflexión en los que pueden desarrollar una visión más amplia de su autocuidado, encontrar estrategias y formas de trabajo más saludables y reconocer la influencia que ejercen las distintas presiones a las que están sometidos. Todo ello desde un enfoque centrado en la persona y en su bienestar físico y psicosocial, así como en el contexto profesional y social en el que están inmersos.

Se favorecen espacios de autoconocimiento y cuidado atendiendo a las siguientes dimensiones: psicocorporal, emocional, cognitiva y espiritual, en lo personal; y relacional y sistémica. Por tanto, se asume el contexto sociopolítico mexicano y del territorio de acogida y las necesidades y motivaciones de cada periodista. Ponemos un énfasis particular en los periodos de adaptación para que la estancia sea un “respiro” y que de ella resulte una mayor claridad en cuanto a su propósito y un fortalecimiento de sus recursos para su regreso.

Para lograr este fin, se realiza un acompañamiento individual y grupal del equipo que acompaña a los y las periodistas. En nuestra experiencia, no es posible realizar un acompañamiento completo si se pierde de vista el auto y heterocuidado del equipo que lo realiza. Cada una es su mejor instrumento de trabajo y es preciso atenderlos. Por ello, se vuelve imprescindible este abordaje indirecto para mejorar tanto el bienestar del equipo como el impacto en los y las periodistas. Este trabajo no sería posible de la misma manera sin una contraparte en México que realice un abordaje psicosocial antes y después del periodo de acogida y que dé seguimiento en el “durante” para mantener el contacto y conocer la evolución de las personas periodistas. Aluna psicosocial es la organización que favorece este proceso antes del viaje y quien facilita el aterrizaje de regreso para la readaptación una vez en México. Del mismo modo, desde Barcelona la organización *Exil* aporta su experiencia como profesionales del trauma y la atención médico-psicosocial de personas exiliadas.





*Wara Revollo, coordinadora del eje psicosocial, con el periodista Néstor Troncoso.*

## Nuestro acompañamiento psicosocial a periodistas de México

- Wara Revollo -

### MI ATERRIZAJE EN EL PROGRAMA

Tengo muy reciente la llegada tras vivir 6 años en México. Al volver a España, mi primer contacto con el Programa y la Taula per Mèxic se da a través de la organización chiapaneca, Voces Mesoamericanas, y CEAR (Comisión Española de Ayuda al Refugiado) porque tres hombres viajan a España con falsas promesas de trabajo y me localizan para echarles una mano. A partir de ahí me invitan a participar como coordinadora psicosocial del Programa. Me encaja la idea por ser México, un país que me acogió y lo hice mío para siempre, es como devolverle un poco por todo lo que me ofreció.

Previo a mi viaje a México trabajé en el Programa de Psiquiatría y Psicología Transcultural del Hospital Vall Hebrón de Barcelona. Desde mi trabajo ahí, me preguntaba cuál sería el mejor abordaje para acompañar a personas atendiendo a las diferencias culturales y contextuales, qué aspectos realmente son generales para cualquier persona y qué sensibilidad cultural era necesario desarrollar.

En propia piel he vivido procesos de aculturación en varios países. Y ahora toca acompañar por un periodo de tres a seis meses a que otros profesionales, en este caso periodistas, puedan realizar esa adaptación en las mejores condiciones posibles: seguros y acompañados en su proceso de llegada, estancia y retorno, abriendo espacios para elaborar sus asuntos pendientes, tomando conciencia de los recursos que tienen a mano y de la capacidad de decisión para redirigir su vida hacia dónde realmente quieren.

En definitiva, escuchar su propia voz, que es lo que hacen las y los periodistas con las demás personas: darles voz. En el fondo nues-



tro acompañamiento consiste en devolverles lo mismo que ellos ofrecen, pero desde el ámbito biopsicosocial, es decir, atendiendo a su salud desde una perspectiva integral. Esto es reconociendo que un acompañamiento psicoafectivo no es ni neutro ni objetivo, sino que está contextualizado en un tiempo y una sociedad global. Y, por tanto, la realidad social es una de las patas de la mesa de un acompañamiento psicológico profundo y en condiciones.

### **EL ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL EN EL PROGRAMA DE BARCELONA**

En el Programa trabajamos a varios niveles y con todo el equipo para que haya un mismo hilo conductor en cuanto a nuestros principios y la forma de abordarlos. El acompañamiento psicosocial que yo coordino es un trabajo transversal que se hace desde la primera persona del equipo que contacta con quienes vendrán en origen, hasta la última que acompaña y da seguimiento al retorno. Desde el equipo que se dedica a incidencia hasta quien se dedica a acompañar el ocio y tiempo libre. La coordinación entre todos y todas es fundamental y la aportación que se hace desde cada lugar un pilar poderoso que les sostiene. En este sentido quiero destacar la figura de las “votanas”, personas que hacen la labor de guías, quienes hacen un acompañamiento cotidiano y personalizado de los y las periodistas, facilitan espacios de profunda reflexión, empatía y transformación personal.

Una parte destacada del acompañamiento la hacemos en relaciones tête à tête. Vemos cómo van ampliando sus horizontes, cómo van convirtiéndose más en quienes son realmente y menos en quienes les han exigido que sean. Soltando cargas, violencia, duelos, culpas, que es justamente lo que viven los periodistas que son acogidos bajo el paraguas del programa. Y poder encontrar dentro de sí mismos esas decisiones, ese lado personal y genuino que, a veces, en la vida han postergado, dejando para más adelante experimentar con lo que comulgan de verdad. Se resume, básicamente, en haber aprendido a moverse socialmente dejando para el final lo que debería estar en primer lugar: cuidarse como personas y hacer lo que realmente les hace sentir llenas en su vida, porque en

el fondo se ha considerado secundario. Pareciera que es ocioso o no útil, cuando es exactamente lo contrario. Escuchar las distintas voces internas es una forma de autocuidado que les invitamos a practicar.

### **EL RESPETO DE LA PROPIA IDIOSINCRACIA COMO TRANSFORMADOR SOCIAL**

El acompañamiento que realizamos está enraizado en el respeto de sus tiempos, su singularidad y sus necesidades. Nos hemos de olvidar de lo que se supone que es mejor para una generalidad y adaptarnos lo máximo posible a cada caso para el beneficio de su estancia en Barcelona. Del mismo modo, es importante analizar el contexto de retorno y el proceso de adaptación que requiere, principalmente que puedan permitirse recibir el apoyo psicosocial o psicoterapéutico que aquí les facilitamos.

Durante la estancia es importante hacerles saber que pueden vivir un proceso de aculturación por salir de su país y múltiples duelos por la situación de desplazo. Entendemos aculturación como el proceso mediante el cual las personas cambian, siendo influidas por el contacto con otra cultura y participando de los cambios generales de su cultura. En España los periodistas viven una situación de adaptación porque se encuentran en un lugar que tiene unas reglas del juego distintas, que en ciertos aspectos se viven de forma más gratificante y en otros no. Para ellos es reparador poder caminar por la calle sin girarse para cuidarse las espaldas.

Algunas experiencias son comunes a todas las personas periodistas acogidas, factores que forman parte del estrés aculturativo al que se pueden ver expuestas. Desde el equipo conocemos los contrastes de los dos países y hemos vivido lo que implica aculturarse. Esto nos permite empatizar mejor y ofrecerles una atención contextualizada a las distintas situaciones que suelen presentarse.

El encuentro parte de un lugar de profundo respeto, de admiración (bien entendida), por el trabajo que hacen, pero sobre todo de aceptación de la persona, no sólo del profesional. En muchas

ocasiones, se sobreidentifican con su profesión, en el sentido de que ha de darlo todo por ella, incluso su vida. Los y las periodistas son muy periodistas. Aman mucho su trabajo y se nota, y te hacen vivirlo, y eso es precioso. Y, a la vez, puede ser un arma de doble filo. Es importante que puedan separarse por un momento de esa identidad para poder ver las otras que han sido relegadas a un segundo o tercer plano. En algunas ocasiones, sus partes más maltratadas. Antes de adentrarse a esa búsqueda de justicia social deben reconocerse primero como personas, antes que como profesionales. Partir de que no nacieron periodistas. Nacieron hombres y mujeres, nacieron personas con una familia, unas cualidades y capacidades innatas, con unos gustos que fueron desarrollando en una cultura, en un ambiente concreto y que con todo eso fueron formando quienes son. Ahora, en el seno del programa, tienen la oportunidad de observarse con otra mirada y darse una nueva oportunidad para reinventarse.

Las personas desplazadas suman el haber sido coaccionados y agredidos por diversos actores y factores, que van desde episodios de mucha violencia física, afectiva, psicológica y estructural, hasta presiones por llegar a fin de mes. Ante esta situación, poder ver quiénes son y que tienen derecho a ser, sin importar lo que hagan ni a lo que se dediquen, es todavía más difícil. Conocer bien las dinámicas de presión social y personal que enfrentan y hasta dónde están dispuestas a sostenerlas, conocer y asumir sus límites, desarrollar estrategias más seguras para realizar su trabajo forma parte del entramado laberinto en el que se han de mover. En definitiva, nuestra labor pasa por recordarles que son libres de elegir y pueden valorar con orgullo y en positivo la importancia de cuidarse a ellos primero. Ponerse en primer lugar en su lista de prioridades.

Un elemento clave para reconocer su propia idiosincrasia es conectar con el impulso saludable hacia el placer. Tiene que ver con conectar con su cuerpo, con las necesidades que vienen de él, algunas tan básicas como el recordar comer en situaciones de sobrecarga de trabajo, o el sentirse saciado cuando uno está ansioso. También con la espontaneidad y con seguir su instinto, con probar actividades nuevas o hacer las cosas de una forma diferente. Es salirse por un tiempo de los automatismos promovidos por la rutina

y el estrés cronicado para generar nuevas conexiones neuronales.

Hay un término utilizado en México que invita al gozo y resulta un recurso protector para la salud. Lo llaman «el jalón a la vida», el ir hacia la vida y celebrarla. Cuando los y las periodistas se encuentran rodeados de mucha muerte, es muy fácil verse atrapados por los duelos, la depresión, el estrés crónico, el insomnio, la ansiedad en todas sus facetas... Y, precisamente, a lo que invitamos desde el programa es que puedan hacer un reencuentro y amistad con esa parte suya que les llama al gozo, a la vida, a disfrutar de sí mismos y disfrutar de sus relaciones.

Por tanto, en esta búsqueda de grados de libertad les pedimos que se vayan familiarizando con lo que para cada uno es ir hacia su jalón a la vida. Hay para quien ha sido bailar, hacer manualidades, o una rutina de artes marciales. Hay quien encuentra confort en volver a abrirse con las personas y generar redes de apoyo por una causa. Cada persona ha de encontrar las propias y, así es como va reconociendo más las capacidades que tiene o descubre nuevas que a sus ojos eran invisibles.

## **EL AUTOCONOCIMIENTO COMO MOTOR DE LA TRANSFORMACIÓN SOCIAL**

Si a cualquier edad nos preguntan ¿Quiénes somos? seguramente podremos dar alguna respuesta, distinta según el contexto, quién pregunta y el momento evolutivo. Y, seguramente, serán respuestas más o menos acertadas, aunque parciales e incompletas. Desde la concepción estamos expuestos a un sinfín de estímulos cargados de expectativas y prejuicios puestas en nuestra persona a través de la familia y de la sociedad. Muchas veces cargados de buenas intenciones, pero siempre alterando o influyendo en nuestra percepción de nosotras mismas y la realidad. Vernos parcialmente implica actuar desde esa misma parcialidad, incluyendo algunos aspectos conocidos y ocultando aquellos que nos son desconocidos; los que fácilmente actúan sin darnos cuenta. Estas se corresponden con áreas de nuestra personalidad desconocidas o sólo reconocidas a través de los demás o en el mundo, como características desprecia-



das o desterradas de nuestra identidad.

La clave del bienestar personal y social de las personas que ejercen el periodismo pasa por el reconocimiento completo de quien se es, de qué preferencias tiene, desde las más amables a las más desagradables y de la aceptación de las mismas para darles la mejor autoexpresión posible. Pasa por revisar sus creencias sobre sí mismas y su labor, a qué automatismos están atadas por su trabajo, qué coarta sus derechos sociales y laborales, qué limita su libertad de expresión. Implica la acción de desvelar automatismos: todas aquellas creencias rígidas y obsoletas del profesional y la persona, y sobre el mundo en que vive. También las tendencias rígidas a la hora de sentir. Darse cuenta que cada vez que en sus vidas sucede algo en particular, tienden a vivirlo de la misma manera afectivamente y que eso también determina unos patrones de conducta que se hacen repetitivos y desgastantes, que son fuente de insatisfacción. Únicamente pasando por procesos de introspección sobre las situaciones que viven pueden entenderse mejor y soltar culpas innecesarias. Consiste en darse cuenta de las decisiones que han tomado sin victimizarse. Mucho menos fustigarse por no alcanzar un estándar deseado, sino entendiendo que tomaron las decisiones por algo y que en esos momentos pensaron que era la mejor opción y, probablemente lo fue y que, tal vez, ahora quieran tomar otras decisiones, que están a tiempo.

Por la violencia a las que están expuestos los y las periodistas en México, es común encontrarse con una tendencia: «la culpa del superviviente». En ocasiones muy velada. Una condición que ocurre cuando se ha estado expuesto a situaciones traumáticas y ellos han logrado sobrevivir mientras otros no, ya sea por la muerte de un ser querido, ser testigo de la muerte de otros o cuando se han visto involucrados en una situación en la que otros han muerto. Identificar estos patrones y abordarlos en el momento adecuado es un arte necesario ya que el cuerpo lleva la cuenta de cada uno de estos traumas y en la medida que quedan ocultos «bajo la alfombra de su inconsciente» se van manifestando desde las sombras. En muchas ocasiones con conductas autoagresivas, desde la autocrítica a autolesiones. En estos casos hay una sobrerresponsabilización de los acontecimientos o las personas, asumiéndose, en ocasiones, como

causantes indirectos incluso directos de esas pérdidas.

Ahondar en los traumas, soltar responsabilidades que no les toca tomar y encaminarse hacia su vida es un camino que dura más de lo que dura el programa. Por eso, reconocemos la importancia de un trabajo previo y posterior al programa de acogida en el país de origen. A nuestro favor, contamos con la distancia física y emocional de quienes comenten las agresiones y son causantes del desplazamiento, lo cual ayuda a que la recuperación pueda agilizarse y se allane el camino de regreso. También es cierto que este espacio de seguridad que proporciona el programa, es un contexto muy distinto, incluso artificial, que por un lado permite un descanso de violencia y exposición a estresores, pero también es temporal y requiere preparar muy bien el retorno porque la realidad a la que se van a enfrentar va a ser con los mismos condicionantes que había a su partida. Los cambios internos y estrategias que se llevan buscan ser compatibles con los escenarios con los que se van a encontrar a su llegada, y estables para permanecer como herramientas que les orienten de ahora en adelante.

## LAS MÁXIMAS DEL ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL

El trabajo de acompañamiento psicosocial tiene muchas aristas y condicionantes que pueden cambiar de una hora para otra. Para movernos bajo un mismo encuadre contamos con los siguientes principios a los que aspiramos a movernos en todo momento y entre todos los participantes. Esto implica principalmente a los y las periodistas que se acogen al programa y a nuestro equipo, pero también a las contrapartes en México y en España. Las cinco máximas que identificamos para el buen trato psicosocial son:

### - El respeto

Implica la aceptación de la individualidad de cada uno/a y asumir sus espacios de libertad. Consiste en una atención a:

*\* El uso del lenguaje (prejuicios, generalizaciones, exageraciones, etc.) y evitación de comentarios inadecuados que puedan ofender, encajonar o es-*

*igmatizar.*

*\* La distancia interpersonal y a un contacto físico apropiado y aceptado por ambas partes.*

*\* Las necesidades del interlocutor, a los espacios y tiempos adecuados para tratar los asuntos.*

### **- La confidencialidad**

Para garantizar la intimidad y el acceso únicamente a aquella información que facilite el bienestar de todas las partes. Se refiere, tanto interna, dentro del equipo, y con la persona periodista. Excluye: Aquello que afecta al buen desarrollo de la estancia del o la periodista o al buen funcionamiento del programa.

### **- La responsabilidad**

Indica la asunción de responsabilidades personales, en red y apoyo entre roles, para evitar sobrecargar o centralizar responsabilidades en una sola persona. También la atención y seguimiento de las mejoras identificadas y desarrollo de los cambios propuestos para lograrlas.

### **- La comunalidad**

Se entiende por la asunción de diferentes roles en que cada uno aporta y suma por igual para el buen acompañamiento profesional de las personas periodistas y el buen trato entre profesionales de acompañamiento. Escucha y valoración de los distintos agentes que participan directa o indirectamente en el programa para mejorar el buen acompañamiento entre todos y todas.

### **- La transparencia y claridad del mensaje**

La veracidad y el cuidado de la comunicación se hacen imprescindibles en todo vínculo personal que busca favorecer el entendimiento de las partes. Entendemos que este principio agiliza la resolución de desencuentros y es necesaria para llegar

a acuerdos que convengan a todas las personas.

## **RETOS DEL ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL**

*La importancia del autocuidado dentro del equipo*

Para lograr realizar un acompañamiento psicosocial profundo, efectivo e integral es necesario implicarse con la persona acogida. En mi experiencia, el quid está en hacer que la experiencia sea personal y subjetiva mientras se mantiene el rol profesional que permite colocarte en el lugar de «sostener» cuando el otro lo necesita. Es la suma de la cercanía y la intimidad con el rigor profesional, asumiendo el propio estilo de acompañar que se da de forma natural en quien acompaña. Una forma de cuidarnos dentro del equipo es asumir que cada persona tiene cualidades y habilidades particulares. Y es desde ahí desde donde debe acompañar, sin seguir el modelo de nadie, buscando encontrar el propio estilo de acompañamiento.

Hay para quienes su fuerte es el sentido del humor, la capacidad de invitar al disfrute y la perspicacia, hay otras que la escucha, la calidez y la profundidad, la inspiración creativa y el orden, otros son los intestinos de este sistema y otros aportan su capacidad organizativa y estructura. De este modo, entre personas voluntarias, talleristas y elementos estructurales damos sentido al programa reconociendo el potencial de cada una. Hay unos objetivos comunes pero el estilo en que cada una llega es personal y genuino. «En el equipo somos personas con nuestra singularidad». Y este mensaje es el que transmitimos a las periodistas «Primero son personas, y después todo lo demás».

Uno de los retos principales a los que nos enfrentamos en el acompañamiento de personas que han experimentado situaciones traumáticas es el «burn out», el síndrome de estar quemado de los que acompañan a quienes han vivido dichas experiencias. Por la carga emocional y el quiebre que implica en la vida de los periodistas estar en situación de desplazamiento forzado es de vital importancia que el autocuidado no se realice únicamente con las

personas que acompañamos sino entre los miembros del equipo. Es natural asumir que fácilmente pueden llegar estos estados y es necesario abordarlos en el momento, adelantarse a ellos en la medida de lo posible y darles un seguimiento. En la medida que el equipo se siente preparado y fuerte afronta mejor las situaciones más tensas, pero hay situaciones que no llaman a la puerta, sino que nos pueden hacer revivir experiencias dolorosas sin previo aviso. Ante estas situaciones, lo que más nos ha servido es sabernos apoyados por el equipo y hacer explícito que cuando un acompañante necesita darse un espacio para descansar o respirar es prioritario que se lo dé. Que la buena praxis del acompañante implica cuidarse cuando lo necesita y poner límites cuando no se puede escuchar o atender en un momento.

Desde que entré al programa, entendí que esta vía de atención indirecta para con los y las periodistas era muy relevante también desde una mirada focalizada en ellos. Sin embargo, es igualmente valiosa y congruente con los valores de cuidado que busca el tercer sector. El autocuidado personal y grupal dentro de un equipo, así como con quienes colaboran, deberían ser la piedra angular de cualquier proceso que busque una transformación social. Dedicarnos a «salvar vidas», sacrificando la nuestra, sigue poniendo vidas en juego. El mejor ejemplo que podemos dar como acompañantes es sabernos acompañar y apoyarnos entre el equipo. Hacer red, reconocer la valía de sabernos frágiles y la valentía de compartirnos desde esa misma humanidad.

Desde mi punto de vista se mal entiende que las personas que se dedican al bienestar o justicia social deben sacrificarse o posponer su propio disfrute y autocuidado al bienestar del otro. O asumir que se tiene que ser más congruente y ético que nadie. Desde mi percepción, estas creencias restan espacios de crecimiento, autonomía y libertad. Finalmente, las profesiones de acompañamiento buscan que la persona se sienta «acompañada», sin ser juzgada por lo que piensa o lo que siente, tampoco por lo que ha hecho. Para poder hacer esto realmente, el mismo profesional tiene que haber hecho una revisión de creencias y juicios por su propio bienestar, pero también para no cargarlos durante el acompañamiento.

Este tipo de reflexiones es interesante hacerlas a priori e ir viendo qué evolución toman, más lo habitual es que surjan cuando hay una situación de crisis en la que distintos posicionamientos chocan y se pone en evidencia que hay temas no tratados que requieren ser atendidos. Estos cuestionamientos son otras formas de cuidar al equipo y cuidar las personas acogidas, pero requieren de tiempo y la capacidad de asumir posturas muy diversas sobre temas, a veces, peliagudos. Generar espacios de diálogo y mediación es, sin duda, el *modus operandi* necesario para favorecer la escucha que se requiere para seguir abordando escenarios tan confrontadores como la violencia que viven los y las periodistas en México.

### **NUESTRO ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL DE CARA AL FUTURO**

El futuro de nuestro acompañamiento psicosocial pasa por entender que el desarrollo psicoafectivo del periodista es un pilar sobre el que ha de trabajar para empoderarse individual y colectivamente. En el mejor de los casos será un acompañamiento profesional por personas que conozcan la realidad del periodismo mexicano desde enfoques que coloquen a la persona en el centro y el respeto de lo genuino como base desde la que relacionarse.

Otra modalidad que puede darse en paralelo con la previa es ir generando «grupos de ayuda mutua» de periodistas que estén siendo o hayan sido agredidos por su labor periodística. Entre todos pueden guiarse y compartir experiencias, así como estrategias que les hayan servido. Estos espacios han de ser confidenciales y se han de dar con la regularidad necesaria para que todos puedan tener un tiempo de palabra y se regulen en el seno del grupo. Inicialmente la persona que más sepa de conducción de grupos puede facilitar esa regulación, pero en cuanto sea posible dejará de guiarlo para que se autoorganice entre todas las personas participantes.

Sea la modalidad que sea, el autoconocimiento y la libertad de expresión son principios guía que deben favorecerse individualmente para que así puedan lograrse grupal y profesionalmente. Pasa por reconocer, por tanto, cuáles son las necesidades del y la periodista

y del colectivo. Por atender sus necesidades físicas, psicoafectivas, intelectuales y espirituales; y las de las familias agredidas y en riesgo.

También hay otras necesidades del colectivo que afectan directamente a su fortaleza y desarrollo profesional. Por ejemplo, las necesidades legales. Que conozcan mejor sus derechos y cómo funciona el sistema jurídico, para que no se vean fácilmente coaccionados ante presiones externas. También necesidades formativas de su gremio como son el periodismo de investigación, asesoramiento ante bloqueos para escribir, recursos legales y estructurales para la defensa de los derechos del periodista. Muchos desconocen cómo funciona el sistema de justicia y los recursos que pueden utilizar si alguien trata de fabricarles un delito para desprestigiar su figura o su denuncia en los medios. Tampoco todos conocen las organizaciones que los respaldan ni los recursos con que cuentan. Ubicarles en este marco puede generar mayor confianza en ellos y el alcance de su trabajo. Saberse acompañados por sus compañeros, por el gremio y otras organizaciones nacionales e internacionales está dando sus frutos, pues están ganando en fuerza y que sean más escuchados. Este parece un camino que hay que seguir abonando desde las calles y redes y con una voluntad política firme y transparente. Para que cualquier periodista pueda decir: «Soy una persona acompañada y segura en mi trabajo».

\*\*\*

---

*Hilda-Wara Revollo Escudero es psicóloga y coordinadora del área de psicosocial del Programa de Acogida Temporal a periodistas de la Taula per Mèxic. Se dedica a la terapia con un enfoque integrativo-social y ha dedicado parte de su trayectoria a la docencia e investigación en Psicología transcultural, Migraciones, Educación y Desarrollo Humano.*

## La atención psicosocial desde mi experiencia y perspectiva en el Programa Municipal de Acogida Temporal

- Patricia Jirón -

Se habla de atención psicosocial, más que psicológica o terapéutica, para enfatizar en que el daño individual no puede desvincularse de una perspectiva social, por el carácter político de las violaciones, la importancia del contexto y las respuestas institucionales (CIDH 2008). Sin embargo, entendemos que ese tipo de atención es terapéutica en sí. Se da entre dos personas, una profesional –psicóloga en este caso- y una persona sobreviviente, afectada por la violencia organizada, por atrocidades cometidas con total impunidad sobre su persona, familia, comunidad, etc. La comprensión de las vivencias de las personas beneficiarias del Programa, se da en un contexto social, previo y actual, que va más allá de la comprensión netamente psicológica. La relación que se establece entre el profesional y el o la periodista acogida en el programa, es una relación de acompañamiento y apoyo que ocurre en un momento vital de su vida, un momento para la reparación, la recuperación, la regulación, la elaboración, y para el descanso de tanto estrés acumulado. A su ritmo y según el momento, la intención es que esta persona pueda tener un espacio confidencial, de respeto y cariño, donde pueda procesar y sobreponerse a la experiencia traumática. Replantearse su vida a futuro. Reinventarse. Redefinir su sentido de vida.

Mi rol como psicóloga en el Programa, viene desde sus inicios, cuando se contactó a la *Asociación Exil* donde trabajo desde sus inicios en Barcelona, hace 20 años. Es un centro pionero en España que ofrece apoyo integral a víctimas de violencia, tortura y violación de los derechos humanos. Aportamos, a través de una dilatada experiencia de más de 40 años (sus inicios se remontan a principios de los años 70 en Bélgica), el acompañamiento médi-



co-psico-social a personas afectadas por traumas debido a la violencia vivida.

Sin embargo, mi motivación en este ámbito de la psicología viene de lejos, conectando con mi juventud, ya que mi familia sufrió la represión brutal de la dictadura de Pinochet en Chile, año 1973 del golpe militar. Mi padre fue detenido por ser médico con ideas afines a la sanidad pública y la justicia social, por haber ocupado un cargo en el Gobierno constitucional de Salvador Allende. Fue torturado y enviado a un campo de concentración cerca de la Antártida chilena. Sobrevivió. Se exilió junto a su familia y pudimos rehacer nuestras vidas rotas, en un país que nos acogió con solidaridad y afecto. Este hecho, o proceso familiar y social, determinó mis intereses y práctica en el ejercicio de la profesión. Mi sentido de vida sería un trabajo al lado de las personas que son tratadas injustamente por fuerzas poderosas que ejercen el control. Que actúan con impunidad y provocan profundos daños a otros seres humanos por estar en una situación de vulnerabilidad o de desventaja. Colaboro con Amnistía Internacional dando apoyo psicosocial, desde hace 18 años (también desde la *Asociación EXIL*) en los programas de acogida temporal de protección a defensores de derechos humanos. Mi experiencia en ese programa me ha enseñado a través de los años que el “perfil” de los activistas que se dedican a denunciar la corrupción e irregularidades del sistema, son de muchos tipos, aunque a todos les une la pasión y compromiso por la búsqueda de la verdad y justicia. La consecuencia de su activismo es la persecución, amenazas, coacciones, atentados, hostigamientos, e incluso la muerte.

Poniendo en evidencia la incapacidad del Estado para proteger los derechos fundamentales. Las secuelas de la violencia vivida por los sobrevivientes son similares, no así sus recursos para la recuperación. Hay personas que quedan destrozadas después de las agresiones y persecuciones vividas. También depende del tipo de daños y lo prolongado de éstos. El modelo de *Exil* es uno de los ejemplos que nos lleva a defender un tipo de intervención interdisciplinar adecuado al perfil de cada persona víctima de violencia o tortura acogida por los programas de protección, y a pregonar la necesidad de detección precoz para que reciban un mejor y más

oportuno apoyo.

Durante la estancia en Barcelona los y las periodistas acogidos por el Programa tienen la oportunidad para resiliarse su experiencia traumática en un entorno seguro, con una red de apoyo amplia y organizada. Toda persona que huye de su tierra, el tiempo que sea, necesita un grupo humano que le acoja, y esto hace la diferencia en cómo va a aprovechar esta experiencia. Determinará su estado de ánimo. El acompañamiento y apoyo integral que reciben durante este tiempo, es de distintos profesionales, importantes y complementarios, teniendo en cuenta sus necesidades. En general, en el espacio psicosocial, se ofrece un espacio seguro de manejo emocional y de situaciones de trauma, pérdidas, duelos, manejo de conflictos y crisis.

### LA IMPORTANCIA DEL AUTOCUIDADO

En nuestro espacio de atención psicosocial, uno de los principales objetivos es transmitir a los beneficiarios del Programa la importancia de saber cuidarse. Aprender a “tratarse bien”. Es todo un reto para personas que están con su foco en los demás, en lo colectivo, en lo cooperativo, mucho antes que en lo individual. En nuestra cultura se considera un valor el saber “aguantar” e “invisibilizar” el malestar y sufrimiento. Nos culpabilizamos de sentirnos mal y no hacemos caso a las señales. Las ignoramos o las subestimamos. Llevándonos a una tensión emocional o estrés crónicos.

El autocuidado tiene que ver con estrategias protectoras individuales o sociales. Un requisito imprescindible para desarrollar estrategias de autocuidado es recobrar la capacidad de registrar oportunamente los malestares tanto físicos como psicológicos sin dejar que éstos se vayan acumulando y se conviertan en un peso que condiciona la vida y afecta todos los ámbitos incluyendo el trabajo.

El reto está en saber si se consolida ese aprendizaje de autocuidado o si les queda como una experiencia aislada. Supongamos, en el peor de los casos, que fuera un beneficio sólo el tiempo que están aquí en el programa. De todas maneras, ya será un arma terapéutica potente. Porque siempre deben ser valorados los momentos de

bienestar. De recibir cuidados, cariño, respeto, solidaridad, etc. por un grupo humano que los acoge, confía en ellos y que los acompaña. Es la energía, el alimento que necesitan para seguir en lo que están. Es el antídoto al dolor, al cansancio, al estrés acumulado, al miedo, a la rabia. Es necesario parar para seguir. Parar para llenarse de bienestar.

Pero cada persona debe buscar SU manera de autocuidarse, de sanarse. También depende de las etapas de la vida, o del momento en que está cada uno/a. Van ampliando su mente, aprendiendo, lo cual les permite ir incorporando nuevas estrategias de autocuidado. Los prejuicios muchas veces les impiden aceptar la ayuda de otros y eso afecta la capacidad de ayudarse a sí mismos/as. Por otra parte, si no se buscan los antídotos para el dolor, no se puede seguir adelante. Los antídotos al dolor y al sufrimiento los propicia el autocuidado, los buenos tratos.

### **¿QUÉ AYUDA A CUIDARSE, AL AUTOCUIDADO O AUTODEFENSA EMOCIONAL?**

En general, las personas tienden a utilizar estrategias distintas y personales para lidiar con el malestar emocional y buscar sosiego. Tomar consciencia de cómo se vive el estrés, les ayuda a identificar qué estrategias individuales sirven para buscar mayor tranquilidad interior: hacer ejercicio, escuchar música, bailar, leer, reír, meditar, masajes, rezar, escribir, ver películas, estar con amigos, hacer el amor, etc.

### **FACTORES PROTECTORES (DIRIGIDO A LOS QUE ACOMPAÑAMOS A LOS/AS PERIODISTAS ACOGIDOS EN EL PROGRAMA)**

Debido al contacto continuo con otros seres humanos en riesgo, con problemas y/o traumas graves, afectados por la violencia o persecución, con motivos reales de sufrimiento, es de gran ayuda identificar qué medidas de autorregulación emocional nos resultan útiles. Debemos buscar urgentemente y por todos los medios esas

estrategias y recursos de autocuidado para combatir el agotamiento emocional y físico. Las personas que nos ocupamos de la gente, que les acompañamos en su proceso de reparación, debemos estar atentos. Aprender a estar pendientes no sólo de las necesidades de los demás sino también de las nuestras.

### **¿QUÉ PODEMOS HACER POR NOSOTROS/AS?**

- Vaciamiento y descompresión de contenidos de fuerte impacto emocional, como es nuestro caso. Compartir la carga emocional en el lugar adecuado y con las personas adecuadas. Habitualmente con los colegas.
- Mantener áreas personales libres de contaminación (sin temas de violencia).
- Evitar la contaminación de espacios de distracción con temas relacionados con la violencia (películas, libros, etc.).
- Evitar la saturación de las redes personales de apoyo. No cargar en exceso a nuestros amigos y/o familia. Diversificar esos apoyos necesarios.
- Formación profesional, “reciclarse”, seguir aprendiendo para evitar la sensación de ineficiencia, frustración e incompetencia.
- Ubicar la responsabilidad donde corresponde. Evitar auto culparse ni culpar a otros.

Quiero destacar un factor de protección que no se suele mencionar: la utilización del humor. Pareciera que no tenemos derecho a reír porque hay tanta atrocidad a nuestro alrededor. Reír se transforma en un arma de lucha extraordinaria. Es el mejor antídoto. Hay que buscar momentos para verse de otra manera, desde otra perspectiva.

El “pegarse” a gente positiva, es una gran herramienta, porque sabemos que el estado de ánimo se contagia. También sabemos que ayuda a desdramatizar y a relajar. El humor mejora la función

cerebral y alivia el estrés. La risa estimula ambos lados del cerebro, aumenta la serotonina y alivia la tensión muscular y estrés psicológico. Además, el humor mantiene el cerebro alerta y permite a la gente retener más información. Hay que buscar esos espacios.

Y el amor. Hacemos este trabajo por amor. El amor tiene muchas manifestaciones y la que se acerca a la nuestra, implica cuidar y compartir espacios de protección. Las personas acogidas por el Programa, defensores de derechos humanos, lo extienden a su comunidad, defendiendo valores universales sin distinciones, con especial énfasis en la población más vulnerable. Lo extienden a su país, exigiendo a la sociedad que cumpla esos valores. Muchas veces se les va la vida en ello. El reto es mirarse a sí mismos y poner límites. Pensamos que el reto actual no es morir por el otro. La construcción del otro no puede ser a costa de destruirse. Sino fortalecerse uno para fortalecer al otro. Es decir, quererse uno mismo como ser individual y social. Cuidarse para poder cuidar. Ese es el primer desafío.

\*\*\*

---

*Patricia Jirón Silva nació en Santiago de Chile, exiliada en Venezuela durante la dictadura militar de Pinochet, después de que su padre sobreviviera al campo de concentración donde estuvo recluso casi un año. Estudia psicología en la Universidad Central de Venezuela. Emigra a España para estudiar un postgrado en la Universidad Autónoma de Madrid y en el Hospital de la Cruz Roja. Desde el año 2000, trabaja como psicóloga en la Asociación EXIL en Barcelona: Centro de atención médico-psico-social para víctimas de violencia, tortura y violación de los derechos humanos. Participa en los programas de apoyo a adultos afectados por la violencia, la problemática migratoria, así como por la violencia machista. Colabora en los programas de acogida y protección internacional de Amnistía Internacional, Taula per Mèxic y otras Asociaciones en Barcelona que acogen a defensores de DDHH y periodistas en riesgo.*

## La experiencia de Aluna en el acompañamiento psicosocial a periodistas en riesgo

- Clemencia Correa González y Jessica G. Arellano López -

Hablar de acompañamiento psicosocial implica tener, como punto de partida, una lectura crítica del contexto económico y sociopolítico; en nuestros siete años de ejercicio como Aluna Acompañamiento Psicosocial hemos acompañado a sujetos políticos-periodistas, personas y organizaciones defensoras de derechos humanos- que por su quehacer corren riesgo frente al contexto de violencia sociopolítica, ya sea a nivel local, nacional o regional. Nuestro objetivo en el acompañamiento es fortalecerles para que puedan continuar con su labor, con el menor riesgo y daño posibles, a través del reconocimiento de los impactos que han vivido para potenciar sus mecanismos de afrontamiento.

La denominada “Guerra contra el Narcotráfico”, instaurada por el expresidente Felipe Calderón Hinojosa, marcó el inicio de una oleada creciente de crímenes contra periodistas, quienes han sido víctimas de agresiones, desapariciones y asesinatos; en el actual gobierno del presidente Andrés Manuel López Obrador, si bien no existe una política represiva nacional contra periodistas, hay un constante señalamiento al gremio, que en conjunción con el aumento de la presencia del crimen organizado y el fortalecimiento de la derecha en algunos estados y regiones del país, representan un contexto de múltiples atentados contra periodistas. Ante este panorama, el desplazamiento forzado y la reubicación son tan sólo algunas de las estrategias de prevención y protección de periodistas, pero quizá son, también, de las más complejas y difíciles de afrontar, equiparables sólo con el grado de violencia que se busca evitar.

Es importante señalar que la pandemia del Covid-19 evidenció la gravedad de las condiciones en materia de derechos humanos en México y el mundo y las consecuencias del sistema neoliberal: la

privatización de la salud y la consecuente incapacidad para atender de manera digna a las personas contagiadas; el aumento de la precariedad laboral y el limitado acceso a derechos laborales, por mencionar algunas. Si bien, las medidas de control social que los gobiernos han asumido para afrontar la pandemia son necesarias, en algunos países han sido represivas y aprovechadas para invisibilizar violaciones a los derechos humanos de personas defensoras y periodistas, agudizando el clima hostil para ejercer la libertad de expresión en nuestro país.

Para Aluna, las y los periodistas críticos—y más aún quienes hacen periodismo investigativo—son sujetos políticos clave en México: visibilizan la situación constante y cotidiana de violencias estructurales, develan las relaciones de poder, tanto las acciones de las cúpulas económicas, militares y políticas como su impacto en los grupos subordinados del país; colocan temas que se convierten en agenda en materia de exigencia de justicia y dan nombre y rostro a las miles de víctimas que, a diario, sufren los estragos de grupos organizados y poderes fácticos, muchas veces en colusión con autoridades locales, estatales y federales. El gremio periodístico, por estas razones, vive bajo la lupa de los poderes fácticos que ven amenazados sus intereses; ante ello, la violación a sus derechos humanos es una realidad constante, con impactos psicosociales que afectan a nivel personal, familiar, organizativo y comunitario.

### **ACOMPAÑAMIENTO A PERIODISTAS DESDE EL MODELO DE ALUNA**

El modelo de acompañamiento de Aluna parte del enfoque psicosocial con el objetivo de fortalecer sujetos sociales y políticos que han sido afectados por la violencia sociopolítica, para desarrollar, a partir de su experiencia, estrategias de afrontamiento para que puedan continuar con su labor en pro de la defensa de derechos humanos. Nuestro modelo de acompañamiento se basa en el trabajo, desde la salud mental y los derechos humanos, bajo el enfoque psicosocial, perspectiva crítica desarrollada en América Latina a finales del siglo XX en el marco de resistencias frente a mecanismos de dominación que, en muchos casos, se manifiesta-

ron en gobiernos dictatoriales o democráticos con prácticas altamente represivas. Al acompañar sujetos situados que operan en un contexto caracterizado por diferentes mecanismos de opresión, nuestro enfoque no podría prescindir de la mirada interseccional que nos brinda una lectura más completa y profunda de los sujetos; la interseccionalidad profundiza en la identidad, características particulares y vulnerabilidades que enmarcan la vivencia de las personas defensoras, visibilizando otras dimensiones que le complejizan, como la identidad étnica, la edad, la preferencia sexual, el rol familiar y la clase social, entre otras.

El enfoque psicosocial permite ver, interpretar y comprender los múltiples impactos de la violencia sociopolítica como reacciones normales ante una situación anormal, no como patologías propias del individuo, y busca contrarrestar su poder destructivo sobre los mecanismos físicos y psíquicos que habitualmente le permiten resistir. Partimos de una concepción de salud mental desarrollada por Ignacio Martín-Baró, que reconoce su sentido integral—físico, emocional y relacional presente en las diferentes formas de socialización de grupos y comunidades—y dignificante del sujeto y su entorno, frente a enfoques que limitan esta categoría a los trastornos psíquicos del individuo.

La experiencia de acompañamiento nos lleva a distinguir cuatro ámbitos de afectación del sujeto político, producto de la violencia sociopolítica: el psicoemocional, la dinámica interna de las organizaciones sociales, el proyecto político y la seguridad; a lo largo del proceso con los sujetos políticos trabajamos en el fortalecimiento de estos ámbitos reforzando los afrontamientos con que cuentan. Si bien, Aluna tiene diferentes tipos de acompañamiento—puntuales en situación de emergencia y de proceso para el fortalecimiento organizativo—, en el caso de periodistas el acompañamiento que se realiza es, por lo general, para afrontar situaciones de crisis y emergencia, por ejemplo, ante casos de desplazamiento forzado. Las y los periodistas en México ejercen su profesión bajo el riesgo y el miedo ocasionados por la violencia, el reconocimiento y entendimiento de las causas objetivas que lo ocasionan, tal como los actores, intereses y estrategias que están detrás de la violencia sociopolítica y la violencia de género, permite situar los impactos



y las formas en que los han podido afrontar y significarlos de manera política: el riesgo deriva de una labor política y el miedo es inducido para acallar y paralizar.

Reflexionar sobre los mecanismos de operación de la violencia es crucial en el acompañamiento psicosocial: conocer cómo opera sistemática y estructuralmente, ayuda a desprivatizar el dolor que vive la persona, pues se logra dimensionar que la causa de afectación de una víctima, o una organización, no es sólo por ser ellas o ellos mismos, sino que obedece a una dinámica de ejercicio de poder de actores concretos. Por ello, el trabajo siempre parte de una lectura del contexto y la valoración del riesgo, es decir, un análisis de los incidentes de seguridad que ha enfrentado la persona afectada, su familia, organización y/o comunidad, así como los impactos que genera esta situación, reconociendo y validando las emociones que experimentan, en particular el miedo. Desde allí aportamos a la construcción de medidas de prevención y protección que, en función de los diferentes niveles de riesgo a los que están expuestos por su trabajo, se diseñan con el objetivo de minimizar riesgos ante situaciones de violencia o actos represivos y crear rutas que les permita visualizar alternativas, así como alcanzar un nivel de control sobre el miedo y la angustia.

Para las y los periodistas, el impacto psicoemocional de estar en contacto día a día con una realidad de muerte, con los testimonios de las víctimas del horror y de evidenciar la impunidad estructural, es muy alto; en algunos casos pueden experimentar el trauma vicario, acompañado de sensaciones de frustración, impotencia y dolor que caracterizan una parte del trabajo periodístico. Por otro lado, las y los periodistas tienen la particularidad, por lo general, de realizar un trabajo muy solitario: desde la búsqueda de la nota, la construcción de relaciones con sus informantes, hasta la redacción de sus productos de investigación, suelen vivirse en aislamiento; a esto se suma un contexto de ritmos de trabajo muy demandantes, precarización laboral y de pocas o nulas condiciones laborales que garanticen un piso mínimo de seguridad por parte de los medios que les contratan o compran sus notas.

Aún si varios periodistas comparten muchas de estas característi-

cas, es importante no mirar a las y los periodistas como un gremio uniforme y tomar en cuenta particularidades, como los riesgos diferenciados entre quienes desarrollan su labor en contextos urbanos o rurales; o quienes ejercen en lugares con poca cobertura mediática, situación que les coloca en el foco de atención para los actores que ven amenazados sus intereses. Desde una mirada interseccional, es fundamental reconocer que el género es un elemento que aumenta —o disminuye— los riesgos e impacta en las condiciones en que realizan su trabajo, siendo la familia un punto de vulnerabilidad, principalmente cuando las periodistas ejercen la maternidad, condición que muchas veces se refleja en el aislamiento o violencia contra mujeres periodistas.

Ante el riesgo y la falta de condiciones laborales hay periodistas que pueden cuestionar sus concepciones y orientaciones ético-políticas, mismas que guían su actuación y proyecto de vida; al enfrentar situaciones límites por la violencia sociopolítica es común que, en algunos momentos, la opción de ser periodista y el continuar con su labor política se ponga en duda; por ello, durante el acompañamiento aportamos elementos para que la persona mantenga y fortalezca el sentido de su ejercicio profesional, su mirada crítica y el reconocimiento de su labor a nivel social que es la fuerza que ya tienen por la opción de ejercer el periodismo. Nuestro modelo contempla también el trabajo de las emociones, los sentimientos y las afectaciones —en la dimensión corporal y espiritual— que se viven en el proceso de afrontar una situación límite. Junto con ellas y ellos profundizamos en el reconocimiento de los impactos para potenciar las formas de afrontamiento que tienen en su propia experiencia.

### **EL DESPLAZAMIENTO DE PERIODISTAS: RETOS, DILEMAS Y APRENDIZAJES DEL ACOMPAÑAMIENTO**

El desplazamiento, como ya mencionamos anteriormente, es una estrategia límite dentro de las formas de afrontamiento ante la violencia que enfrenta el gremio periodístico en México; de acuerdo con nuestra experiencia, podemos afirmar que es un fenómeno en

aumento, como medida preventiva o reactiva de cara al riesgo inminente contra la seguridad e integridad de la persona, su familia o grupo cercano. Desde el acompañamiento que brindamos en Aluna, identificamos tres fases del desplazamiento: la salida del lugar de origen o amenaza, la reubicación temporal o permanente en otro lugar y, en muchos de los casos, el retorno; cada una con sus propias particularidades y retos.

El trabajo de Aluna con periodistas en desplazamiento comienza desde el momento de acompañar la decisión de salir de la zona —a nivel nacional— bajo la modalidad de desplazamiento interno, o del país en situación de exilio, reconociendo que ambas pueden ser de carácter temporal —durante días, meses e incluso años— o definitivo. Los impactos psicosociales de la salida se complejizan en función del tipo de desplazamiento; si bien, la decisión se acompaña de un fuerte sentimiento de culpa por dejar atrás familia, afectos y proyectos políticos, laborales y de vida, el exilio exacerba la vivencia de ruptura. Salir del país, consecuencia del desplazamiento forzado, implica romper con la identidad del sujeto político: sus costumbres, marco de referencia sociocultural y relaciones sociopolíticas; la nostalgia ante aspectos elementales como la comida, el entorno o la familia, pueden desestructurar la integridad de la persona y vulnerar —aún más— su bienestar psicoemocional. Por ello, ubicar la culpa del desplazamiento en el agresor y no quien decide salir de manera forzada es fundamental.

Reubicarse implica construir nuevos vínculos; decidir la continuidad del ejercicio periodístico a distancia o la suspensión temporal y, por lo tanto, afrontar un nuevo proyecto de vida en un contexto ajeno —en el exilio o desplazamiento interno— respecto al de sus lazos familiares y tejido social. A este proceso le es inherente el miedo: a que el riesgo le acompañe, de cómo puede afectar a su familia y comunidad pese a su salida, a lo desconocido en el nuevo contexto y lo que está por venir con su permanencia o retorno. Afrontar el miedo desde lo psicoemocional siempre va de la mano, desde nuestro enfoque, de la construcción de una estrategia de seguridad; en este sentido, reconocemos las limitaciones de nuestra organización —económicas, por ejemplo, para hacer sostenible un proceso de reubicación— por lo que resulta estratégica la construc-

ción de alianzas y una de ellas es la articulación con la Taula per Mèxic. Esta experiencia de colaboración nos ha permitido abrir nuestra mirada a las necesidades particulares que viven las y los periodistas en el exilio y construir aprendizajes al repensar y adaptar el modelo de Aluna a este sector particular.

El aporte que realizamos al *Programa Municipal de Acogida Temporal* consiste en acompañar, bajo la metodología presentada, a periodistas en situación de exilio, para afrontar los impactos psicosociales antes, durante y posterior al proceso de desplazamiento y reubicación, manteniendo la autonomía del modelo de trabajo de Aluna y en vinculación con la Taula per Mèxic y las contrapartes que llevan el seguimiento de las y los periodistas de manera más cercana. La estancia fuera del país, gracias a estas medidas y alianzas, permite, en primer lugar, disminuir la situación de riesgo y, en paralelo, tomar distancia para recuperarse, analizar con mayor claridad su situación, reconstruir su proyecto político y de vida y generar mejores condiciones psicoemocionales y de seguridad, además de fortalecer sus vínculos para reiniciar su vida en otro lugar o retornar al lugar de origen para recuperar y ejercer su proyecto de vida.

Al regreso o en el proceso de reubicación definitiva, nuestro acompañamiento continúa para apoyar un reasentamiento con condiciones dignas para su integridad en todos los niveles —personal, familiar, organizativo y comunitario— y ámbitos —seguridad, psicoemocional y en la reactivación de su proyecto político y de vida, tomando en cuenta su seguridad, incorporación laboral y el fortalecimiento del tejido social. Por ello, consideramos que la fase más compleja no es la salida, sino el regreso, pues aquí es donde se pone en práctica todo el aprendizaje y fortalecimiento de la experiencia de desplazamiento y reubicación; es el momento en que los afrontamientos construidos, desde una perspectiva amplia, integral y estratégica, son aquellos que les permitirán reactivar su vida de una manera digna y segura.

Colectivizar los impactos de la violencia y fortalecer los afrontamientos en comunidad ha sido un logro del gremio: en los últimos años hemos visto el surgimiento de redes y colectivos de periodistas que tienen por objetivo vincularse y construir afrontamientos

de manera conjunta, por ejemplo: *Quinto Elemento Lab*, *Periodistas de a Pie*, *Artículo 19*, *CIMAC*, *Propuesta Cívica*, entre otras organizaciones que actualmente defienden la libertad de expresión en México, pugnan por la protección y seguridad del gremio y construyen estrategias de seguridad integral. Para Aluna, acompañar este proceso de fortalecimiento sigue siendo un reto, pues el contexto cambia día a día, la violencia continúa y las limitaciones estructurales permanecen, de manera que fortalecer los ámbitos y niveles de acompañamiento en conjunto con las organizaciones emergentes es nuestra esperanza para que podamos continuar con el proyecto de transformación social al que aspiramos.

- Visibilizar la situación de los periodistas, para que trabajen en condiciones dignas, es un reto para todas las personas y organizaciones que les conocemos y acompañamos.

\*\*\*



*Reunión con representantes de las organizaciones contrapartes y la Dirección de Justicia Global i Cooperació Internacional del Ayuntamiento de Barcelona: Lucía Lagunes de CIMAC, Jade Ramirez de Red Periodistas de a Pie, Laura Espinosa de Aluna, Julio Colin de Artículo 19. Con David Llistar, Judit Salas y Wara Revollo.*

---

*Clemencia Correa González y Jessica G. Arellano López trabajan como psicólogas para la asociación Aluna, organización contraparte de la Taula per Mèxic, dentro del Programa de Acogida Temporal para Periodistas.*





## Eje de Incidencia Política

El principal objetivo del eje de incidencia política del Programa de acogida temporal es poner en contacto a las personas beneficiarias con medios de comunicación, actores políticos y sociales que puedan interesarse en los casos de violencia contra periodistas en México. Desde el Parlamento europeo hasta los municipios de Cataluña, la intención es que las personas acogidas expongan sus casos personales y el del gremio de periodistas y comunicadores, para poder continuar la relación directa una vez efectuado el retorno al país de origen.

La labor del equipo del Programa dedicado a incidencia es buscar y establecer contacto con miembros de la administración pública o de organizaciones de la sociedad civil, colegios profesio-

sionales como el de periodistas o el de abogados, o con periodistas y medios con quienes puedan mantener contacto tanto para colaboraciones como para una posible cobertura en caso de que la violencia aumente.

El equipo de incidencia del Programa es consciente de que el trabajo que realiza cuenta con numerosos condicionantes que pueden variar el resultado de las acciones y planes que se planteen. Como todos los proyectos de incidencia política, y aún más aquellos que trabajan directamente con personas en riesgo, la iniciativa está sujeta a diversos factores que no siempre se pueden controlar. Así, nuestro principio y filosofía de acción se basa siempre en el concepto de Acción sin Daño (*Do No Harm*).



## Visibilizando entre cuidados

- Arturo Landeros -

El equipo de incidencia del Programa es consciente de que el trabajo que realiza cuenta con numerosos condicionantes que pueden variar el resultado de las acciones y planes que se planteen. Como todos los proyectos de incidencia política, y aún más aquellos que trabajan directamente con personas en riesgo, la iniciativa está sujeta a diversos factores que no siempre se pueden controlar. Así, nuestro principio y filosofía de acción se basa siempre en el concepto de Acción sin Daño (*Do No Harm*).

Por ello, se intenta tomar las decisiones que minimizan las posibilidades de resultados negativos o perjudiciales, sabiendo que incluso las propuestas con mejores intenciones pueden llegar a tener resultados negativos. En el caso del Programa, las actividades de incidencia política se van proponiendo en acuerdo con el eje psicosocial, para prever el grado de exposición pública de la persona acogida y el hecho de que en muchos casos se puede caer en una dinámica de revictimización o aumentar el grado de estrés.

El balance entre procurar bienestar y subir el perfil público evidentemente no es fácil. Aun cuando la voluntad de la persona acogida sea aumentar su exposición pública, no siempre es aconsejable si no se tiene la certeza de poder construir una narrativa adecuada para poder explicar y revivir una situación estresante sin consecuencias. También importante es poder trabajar adecuadamente con la persona beneficiaria la importancia de dar a conocer la situación que vive el gremio periodístico en México, ya que es parte de los objetivos del Programa.

En ese caso es fundamental poder construir puentes con los actores políticos que puedan ser interlocutores del mensaje. El *Programa Barcelona Protege a Periodistas de México* perteneciente a la *Dirección de Justicia Global y Cooperación Internacional* del *Ajuntament de Barcelona*, ha dirigido comunicaciones a instituciones mexicanas para llamar la atención sobre la desafección hacia la situación de alguna persona acogida en la Ciudad Condal. Esta interlocución ha llamado la



*Viaje de incidencia política al Parlamento Europeo en Bruselas con la Dirección de Justicia Global i Cooperació Internacional del Ayuntamiento de Barcelona.*

atención de autoridades mexicanas que han procedido a desbloquear procesos de atención a víctimas o a mejorar situaciones de riesgo para las personas acogidas.

Del mismo modo, la vinculación con el Parlamento europeo ha sido posible al ir construyendo una relación cada vez más fluida con eurodiputados y eurodiputadas de distintos partidos políticos, relación afianzada por los buenos oficios de la Dirección de Justicia Global. En Bruselas también ha sido fundamental el apoyo de Protect Defenders y la Red UE-LAT.

Cabe mencionar la buena sintonía existente con el Colegio de Periodistas de Cataluña, especialmente el apoyo del grupo de trabajo Periodismo Solidario y su responsable Alicia Oliver Rojo, que también es enlace con organizaciones de mujeres periodistas como l'Associació de Dones Periodistes de Catalunya, la Red Europea de Mujeres Periodistas y de la Red Internacional con Visión de Género. La sede del Colegio en Lleida es también un lugar habitual de colaboración para organizar charlas públicas y entrevistas.

Pero nada de esto sería posible sin nuestras contrapartes en México: Artículo 19, la Red de Periodistas de a Pie, Címac, Aluna, Serapaz, y organizaciones de periodistas y comunicadores a nivel regional y las personas periodistas que han sido beneficiarias del Programa y que nos ayudan a tender puentes con grupos de periodistas y medios de comunicación en diferentes zonas periféricas, muy alejadas de las grandes capitales mexicanas. O el intercambio de experiencias en el acompañamiento temporal de personas defensoras de derechos humanos y periodistas como el caso de Casa Xitla en el sur de la Ciudad de México. Esto implica mantener, dar seguimiento y cultivar la relación de alianzas que es responsabilidad del equipo de incidencia del Programa.

Hablando de intercambio de experiencias, ha sido fundamental poder compartir con los Programas de protección en España: Asturias, País Vasco, Valencia, Madrid y Cataluña. Desde el decano de los programas estatales como el Programa Asturiano de Atención a Víctimas de la Violencia en Colombia con más de 20 años de experiencia, hasta los más recientes en Valencia. Relaciones que

ayudan a construir propuestas de incidencia colectiva.

Lo fundamental, como se ha mencionado, es que las personas acogidas en el Programa puedan construir una relación permanente y solidaria con instituciones y personas con las que puedan colaborar y mantener un paraguas de protección incluso al momento del retorno a México.

\*\*\*

---

*Arturo Landeros es técnico del Programa Municipal de Acogida Temporal Barcelona Protege Periodistas de México y co-fundador de la Asociación por los Derechos Humanos y la Paz Taula per Mèxic.*



## Eje de Salud

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), “la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”. En el caso del Eje Salud, nos enfocamos hacia una reconexión con el cuerpo, sin separarlo de su relación con la mente, para estimular a la persona defensora de derechos humanos a reconciliar su actividad con el hecho de habitar su cuerpo. Las personas periodistas de México suelen sufrir situaciones que afectan gravemente su salud, desde los episodios de estrés y cuadros de ansiedad, hasta obesidad, diabetes, tensión alta, problemas en el sistema óseo, articulaciones o viejas heridas provocadas por algún atentado contra su vida. La salud de las personas periodistas es un asunto crítico, pero a menudo descuidado. En nuestra experiencia esto se debe, en algunos casos, a cierta cultura que valora la valentía y el auto sacrificio, por encima del autocuidado. Aunque es importante señalar que el acceso a la salud, mental o física, no es un asunto sencillo ni económico en la realidad mexicana. En el Programa procuramos presentar la salud como una manera de garantizar la sostenibilidad y efectividad de su actividad a largo plazo; enmarcar el bienestar como una parte esen-

cial de su seguridad; reconocer las prácticas de bienestar como una estrategia política; y hacerles comprender la importancia del cuidado colectivo dentro de los movimientos de derechos humanos. La influencia de factores biológicos, ambientales y sociales tienen un impacto en la salud, ya que afecta sus actividades físicas y su calidad de vida. Pero el estilo de vida también juega un rol fundamental.

En el ámbito de la alimentación contamos con Iratxe Sesma, especialista en dietética integrativa y cocina terapéutica, que en sus talleres incluye aprender a comprar alimentos en una ciudad como Barcelona. También se cuenta con una experta en yoga terapéutico, Marina Domènech, que mediante un espacio de confianza y personalizado, procura transmitir los beneficios físicos y mentales de esta práctica. Durante el período de acogida es probable que se requieran de tratamientos médicos para atender condiciones crónicas de salud o afecciones varias. Por ello, en el Programa ha sido fundamental tramitar la tarjeta sanitaria del Centro de Atención Primaria del sistema de salud catalán. Del mismo, se cuenta con un seguro de viaje para emergencias.





Taller de alimentación consciente con los periodistas Néstor Troncoso y Alí Pacheco.

## El papel de la alimentación consciente en el fortalecimiento de las personas acogidas

- Iratxe Sesma -

En el año 2000 me formo en química ambiental, agricultura ecológica y fitoterapia. Durante la formación como técnico superior de Medio ambiente, tomo mayor conciencia del impacto y la huella ecológica que tiene mi estilo de vida en ese momento y busco un estilo de vida más sostenible y con una mayor consonancia con los ritmos naturales. Esto me lleva a tomar la decisión de venir a Barcelona y vivir en Can Masdeu. Qué es un proyecto agroecológico de vida en comunidad. Y es aquí donde empiezo a formarme en medicina integrativa. Estudio naturopatía, shiatsu i moviment, dietética y psiconeuroinmunología.

La alimentación y la nutrición es uno de los pilares fundamentales de mi trabajo, que busca despertar en las personas una mayor conciencia sobre el consumo responsable y saludable y cómo adquirir mejores hábitos de vida para restablecer el equilibrio de la salud. La alimentación es uno de los pilares, pero también lo es el equilibrio psicoemocional y el estilo de vida.

### MIS INICIOS EN EL PROGRAMA

Conozco a la Taula a través de Can Masdeu por diferentes actividades que ha hecho el colectivo en casa. Y en concreto empiezo a trabajar con el *Programa Municipal de Acogida Temporal para Periodistas* después de conocer al técnico del programa, Arturo, que casualmente en ese momento buscaba a alguien con mi perfil, ya que, además, estoy formada en cocina terapéutica.

Siempre he disfrutado mucho cocinando y me siento muy cómoda enseñando entre fogones qué significa la alimentación consciente y equilibrada. Es un espacio íntimo, dinámico y de intercambio que me permite enseñar desde cómo elegir los alimentos que compra-



mos en el mercado o en los supermercados, hasta cómo cocinarlos para mejorar la biodisponibilidad de los nutrientes contenidos en los alimentos. Una de las cosas que más me ha gustado de las clases de cocina con el programa es el intercambio cultural que se ha dado en ellas. He aprendido bellas costumbres gastronómicas de México y hemos intentado hacer recetas más saludables que las tradicionales, adaptándolas y ofreciéndoles así una alternativa más saludable que pueden trasladar y enseñar a sus familiares una vez vuelvan a México.

Otro de los talleres que he organizado para el PAT-P es el de plantas medicinales y remedios naturales. Aprovechando el lugar donde vivo y el huerto medicinal del que dispongo, hemos hecho jornadas de identificación de plantas, clases teóricas sobre las propiedades medicinales y clases prácticas donde elaborábamos remedios naturales. Y una vez más también he permitido el intercambio cultural en estas clases buscando plantas mediterráneas que también se encuentran en México para que a su regreso puedan beneficiarse de sus propiedades.

### **EL PAPEL DE LA NUTRICIÓN Y LA FITOTERAPIA EN EL BIENESTAR DE LOS PERIODISTAS ACOGIDOS**

Los y las periodistas acogidos/as generalmente vienen con trastornos de ansiedad, desequilibrios en la salud de diferente naturaleza que tienen que ver frecuentemente con su situación de amenaza en México. Muchos llegan con sobrepeso y hábito de vida poco saludable.

Los talleres que yo realizo para el Programa van enfocados a que, a través de actividades dinámicas y no tanto teóricas, vayan tomando conciencia de su estado de salud y adquiriendo hábitos de vida más saludables, ya que la alimentación juega un papel fundamental en la recuperación del estado de salud. Además, con la fitoterapia como compañera de viaje, mejoramos desequilibrios fisiológicos digestivos, hormonales, inmunológicos o del sistema nervioso...

En este sentido, durante el tiempo en que he desarrollado los distintos talleres con los y las periodistas, he podido observar muchos avances:

- Toma de conciencia de su estado de salud y mejora de hábitos alimentarios.
- Aprendizaje en relación con qué es una cesta de la compra saludable y cómo y dónde consumir.
- Aprendizaje de técnicas culinarias y recetas saludables
- A través de la elaboración de un plan nutricional personalizado: pérdida de peso, mejora del cansancio físico, mejora del descanso, etc.
- A través del contacto con la naturaleza y los cursos de plantas medicinales: hemos conseguido una mayor conexión con nuestra propia naturaleza y la importancia de vivir más conectados/as a ella para restablecer el equilibrio de la salud física y emocional.

\*\*\*

---

*Iratxe Sesma es técnico superior ede Medio Ambiente, especializada en química ambiental y agricultura ecológica, formada también en cocina terapéutica; desde donde realiza los talleres de alimentación consciente dentro del Programa Municipal de Acogida Temporal para Periodistas.*

## La importancia de conectar con el cuerpo y el alma

- Marina Domènech -

A mí México se me metió en el corazón desde que aterrice en el Benito Juárez. Tenía 20 años y todo por aprender. La suerte me llevó a hacer las prácticas de la carrera de Educación Social en San Cristóbal de las Casas, con una entidad que forjó las bases de la educadora social que intento ser hoy en día.

Una cosa llevó a la otra y un día llevó al otro, y cuando me di cuenta llevaba dos años allá y me había olvidado de la carrera. En este tiempo aprendí cosas tan importantes como tener paciencia con los ritmos de los caracoles, lavar frijol, calentar tortilla, bordar flores. También a hacer programas de radio con los jóvenes de la ciudad, aprendí que todas las voces son importantes, y si falta una, faltan todas. Aprendí a exigir derechos, todos por igual.

México me enseñó, a ritmos forzados, lo que es el amor y también lo que es el dolor, la indignación, la digna rabia. Allí me di cuenta de que me tensaba abrazar, que solía desconfiar, que tenía heridas antiguas que no iban a sanar si no me lanzaba al abismo.

Me lancé, de eso no hay duda. Me enamoré, hice de payasa, a veces me pasé con el Mezcal, hice amigas-hermanas, me enfermé (Moctezuma se estaba vengando, me dijeron), hice de campamentista con el *Centro de Derechos Humanos Fray Bartolomé de las Casas* y me acerqué a las realidades de comunidades en riesgo de ataques paramilitares. Vi y viví amenazas, miedo, agresiones, el corazón en la boca del estómago, la mandíbula cerrada y la espalda como una tabla de hierro. La vuelta fue dura, intensa, difícil. Me costaba explicarme. Tenía pesadillas y el cuerpo cerrado, tenso, adormecido. Encontré refugio en la lucha de Barcelona apoyando las luchas de México, en los abrazos y el calor de personas decididas a reclamar a este mundo algo de justicia y dignidad, y aportar amor y alegría, tan necesario y a veces tan escaso.



Sesión de yoga con el periodista Néstor Troncoso.

Mi refugio fue también el yoga. Han pasado diez años de mi vuelta de México y no he dejado de practicar yoga para sanarme una y otra vez. En este tiempo he podido ver los efectos de la práctica de las posturas, las respiraciones, las meditaciones, en mi propio cuerpo y alma, y he tenido también el privilegio de acompañar grupos que a través del yoga han hecho hermosos recorridos hacia sus heridas. Visualizando los dolores, aceptándolos, respirándolos y dándoles espacio y aire.

Formarme como profesora de yoga vino para poder tener una base de conocimiento y herramientas de acompañamiento, y para mi propia autopráctica. Esto fue lo que me permitió acercarme a colectivos con ganas y motivación de practicar yoga para estar mejor. En estos años he podido ver cómo el cuerpo alberga profundas emociones, que a veces se quedan estancadas y solo estirando, apapachando, moviendo, sintiendo cada uno de tus músculos, huesos, tendones y órganos, puedes identificar el impacto de las experiencias vividas en tu cuerpo. Hay muchos estudios que demuestran que la práctica de las posturas, conjugada con una respiración profunda y consciente, es la mejor aliada contra el insomnio, la ansiedad y el dolor de espalda, solo por mencionar algunas.

Conectar con el cuerpo y en consecuencia con el alma, tan magullada a veces, puede ser un proceso doloroso. El camino hacia la conciencia es doloroso, esto también lo aprendí en México. Pero es el camino hacia la libertad. La libertad de poder soltar lo que arrasamos y nos duele, la libertad de poder reinventarnos y respirar, con calma, aunque sea unos minutos al día.

Mi aportación en esta experiencia en el Programa tiene que ver con las sesiones de yoga que hemos practicado con algunas de las personas refugiadas, y también con las voluntarias. Hemos generado un espacio donde poder sentir el cuerpo, respirar las emociones, y con mucha compasión y paciencia, ponernos manos a la obra. Hemos compartido experiencias, diversidad de vivencias, posturas que podrían dar risa, el perro boca abajo, la cobra, el árbol... equilibrios y desequilibrios (se sabe que para poder mantener el equilibrio es importante respirar con constancia y profundidad y encontrar un horizonte con la mirada), y también posturas que son

un auténtico refugio, a las que poder volver cuando sea necesario.

También hemos hablado del concepto de *Santosha* (en sánscrito, la traducción literal sería “aconcentamiento”, no confundir con resignación) y sus puntos de encuentro con el *Lekil Kuxlejal* (concepto maya tsotsil y tzeltal que habla de la armonía de la vida, el buen vivir, y la integración del individuo, la comunidad y la naturaleza) y también como poder integrar con todo el respeto estas filosofías a nuestra vida cotidiana.

Para mi punto de vista, tan importante es poder entender los propios procesos mediante la palabra y el relato, como a través del cuerpo y el autocuidado. Por esto ha sido y es un honor poder aportar mi experiencia y conocimiento a través del yoga.

Llegada a este punto, solo puedo agradecer, a cada persona, a cada obstáculo, a cada minuto dedicado a traer conciencia, serenidad, flexibilidad y fortaleza.

Y a México y a su gente, por todo.

\*\*\*

---

*Marina Domènech es educadora social y profesora de yoga titulada. Ha participado en diferentes movimientos sociales tanto en México como en Catalunya. Vivió tres años en el estado de Chiapas, trabajando con colectivos de atención a la infancia en comunidades indígenas. Actualmente coordina sol talleres de yoga dentro del eje salud del PAT-P.*





## Eje de Formación

Las personas que ejercen el periodismo en México viven sus vidas pese a las situaciones de amenazas que pueden sufrir de manera puntual o prolongada en el tiempo. Sus vidas siguen con cierta cotidianidad hasta que el riesgo llega a ser tal que deben desplazarse de su residencia habitual hacia cualquier lugar que pueda brindarles protección o al menos anonimato. El hecho de tener que dejar un contexto de hábitos y rutinas puede crear inestabilidad en la persona que se ve obligada a salir de su lugar de residencia para reubicarse en una nueva región, país o continente. De la misma manera, el verse desocupado o con demasiado tiempo libre puede resultar una carga difícil de asumir al llegar a un lugar de acogida en el cual no se cuenta con redes de amistad o vínculos que puedan reducir los impactos de este autoexilio por más temporal que sea.

El Eje de Formación y Ocupabilidad del *Programa municipal de acogida temporal Barcelona protege a periodistas de México* pretende no sólo buscar espacios de formación de tipo profesional o informal, sino además reanudar el sentimiento de vida cotidiana en una estancia que puede resultar sumamente “ostracista”.

Si bien existen cursos formativos que son inherentes a la estructura del Programa de acogida, como son la Escuela de Cul-

tura de Paz (ECP) y el Seminario Ambulante de Reporterismo en América Latina (SARA), impartidos en la Universidad Autónoma de Barcelona (AUB), también es necesario detectar las demandas que las personas acogidas pueden preferir, aún sin que suelen expresarlo. Es el caso de necesidades educativas, pero también culturales, sociales, deportivas y espirituales.

El intercambio de experiencias es provechoso para ampliar la mirada sobre la situación local. En el caso de las personas periodistas que han sido beneficiadas del Programa ha sido importante conocer las experiencias de personas de países como Colombia o Guatemala, países que han pasado por procesos de construcción de Paz, en donde el periodismo ha jugado un papel fundamental.

También es importante mencionar que para algunas personas que han sido acogidas, el hecho de poder contar con un diploma o algún certificado de cursos y ampliación de conocimientos y capacidades es bastante estimulante. Especialmente en un Programa como el de Barcelona que se enfoca en atender a personas de las regiones periféricas de México, donde la mayoría son periodistas autodidactas, y un documento oficial puede ayudarles a enriquecer su currículum.





Sesión del Seminario Ambulante de Reportalismo en América Latina con Xavier Giró.

## SARA (Seminario Ambulante de Reportalismo en América Latina)

Entre un enigma y una trivialidad

- Xavier Giró -

Es tan sencillo comprender que esto no debe seguir así como complicado averiguar de qué forma se puede acabar. El 'esto' es la vulnerabilidad de tantos y tantas periodistas que se han atrevido a 'buscarse problemas' porque han contado el mal hacer de unos cuantos. ¿Cuántas veces la cascada habitual de sugerencias, presiones y amenazas no desemboca en ataques físicos o en el asesinato?

¿Puede 'esto' cambiar? Sí, a peor o a mejor. Y, a pesar de que haya indicios para ambos gustos, empujamos - si podemos-, no hace falta decir en qué dirección, pero sí conviene darnos cuenta de que tenemos delante una pendiente de ascenso lento. Todo lo contrario de lo que ocurre con la inclinada hacia lo peor. Ahí, entre las dos nos encontramos.

Y, mientras tanto, mientras el periodismo de denuncia continua y las represalias no se detienen, ¿qué hacemos? ¿cómo los llevamos o lo sobrellevamos? Seguro que lo primero es sobrevivir; lo segundo, tomar un respiro; lo tercero, pensar, y si no es en soledad, espléndido, porque dan más luz varios cerebros que uno solo.

Está claro, es casi trivial, que es necesario detener los ataques a las y los periodistas que se repiten cada día a pesar de las medidas que ya se toman. Pero, aunque sea un enigma cómo ponerle fin, necesitamos, al menos, esbozar rutas que nos ayuden a resolverlo o que al menos nos acerquen a lo que pensemos que sería la solución y que, esto también, con cierta urgencia nos hagan más llevadera la tarea. Con ese deseo nació SARA.

El Seminario Ambulante de Reportalismo en América Latina

[otramente Abya Yala] (SARA) tiene como objetivo fortalecer el trabajo, el compromiso y la seguridad de quien participa en el Programa de Acogida Temporal para Periodistas de la ‘Taula per Mèxic’, mientras están en Barcelona. Así lo definimos un día y, por ahora, aún vale el concepto.

Sobre el nombre, valga la pena explicar que cuando un grupo de periodistas llega a Barcelona, se inicia una ronda de sesiones, acaba cuando se marcha y repetimos la secuencia con el siguiente grupo. Y por eso le llamamos ‘ambulante’. No tiene más misterio.

Que su nombre incluya ‘América Latina’ se debe a que no descartamos que en un momento dado se abra a personas, también periodistas, de otros países del continente. Bueno, además, va muy bien para formar el acrónimo.

SARA es un seminario, y no un curso, porque en su seno, un pequeño y variable número de periodistas, estudiantes de postgrado, doctorandos y profesores hablamos de periodismo, alrededor de una mesa bien redonda. Debatisimos sobre el sentido de la profesión y de su realidad, sobre todo, en México y en sus estados.

Nos contamos percances y logros, pecados y algunos aciertos. Tristezas y sonrisas. Buenos y malos ratos de nuestro trabajo y alrededores. A menudo abrimos los ojos y se nos humedecen las pupilas. Nos contamos las vidas. En los días en que escribo, estamos en la tercera ronda. Sabe mal ponerle fin a cada una, despedirse duele. Aunque de cada una, quiero pensar, salimos con más conocimiento. Y si no fuese verdad, que lo es, como mínimo conforta.

¿Cómo funciona el seminario? Compartimos lecturas, preguntas y respuestas -o ensayos de respuestas- y las distribuimos en cuatro sesiones formales y alguna más sin etiqueta. En la primera, nos ocupamos de lo que encaja y de lo que chirría sobre las ideas que tenemos acerca del rol del periodismo en la lucha contra la corrupción y el narco, la incompetencia y la impunidad en países donde se supone que hay libertad de prensa y de expresión, pero no la hay si tu trabajo o tu vida corre peligro después de ejercerlas.

En la segunda sesión, aunque sea con trazo grueso, se trata de poner en común el contexto de crisis y violencias en que se despliega el periodismo de denuncia o de defensa de los derechos humanos y de ver qué propuestas de paz y resolución de conflictos hay sobre la mesa. Con esa preocupación, estudiamos en qué medida el periodismo armoniza o desentona con esas lógicas y exploramos qué otros temas se podrían cubrir.

A lo largo de la ronda, construimos poco a poco un modesto mapa de actores y posiciones en el macro de los conflictos mexicanos que a medida que avanza no sugiere estrategias de superación o de transformación de la contienda y de eventuales tareas periódicas en sintonía con lo que nos parece una vía (mejor o menos mala) hacia los cambios necesarios, tanto urgentes como a largo plazo. Todo esto, repito, a una escala modesta aunque, creo, con una orientación consistente.

Para la tercera sesión, disponemos de diversos documentos y guías de recomendaciones acerca de la seguridad y la protección de periodistas. La elaborada por Periodistas de a Pie, por ejemplo, resulta muy adecuada para contrastar los peligros que se esconden a la vuelta de la página, el cálculo de riesgos a menudo olvidado, y también para comentar buenas y no tan buenas prácticas y rutinas profesionales.

Y, en la cuarta sesión, nos concentramos en ‘cómo lo contamos’. Por una parte, porque ‘el cómo’ tiene efectos sobre un objetivo primordial del periodismo comprometido, a saber, que la ciudadanía conozca los hechos y quiénes son los responsables, para que así pueda, en definitiva, actuar.

Ya sea para forzar al poder público a reaccionar contra la injusticia puesta en evidencia por la información, ya sea para remover a la autoridad que no cumpla con sus obligaciones, ya sea para emprender otras acciones que la misma ciudadanía considere más apropiadas y efectivas.

Sin embargo, según cómo se cuente, corremos el peligro de olvidarnos de ese objetivo, por ejemplo, con un lenguaje para expertos

que tan solo resulta irritante para el o la denunciada. O con tanto pesimismo o tanto foco sobre la tragedia que empuje más bien hacia la resignación.

Los efectos del cómo son diversos. Por poner un ejemplo más, hay casos en que la denuncia es a todas luces necesaria e inaplazable, y conlleva inevitablemente un aumento de la tensión. Pues bien, si el lenguaje que utilizamos es incendiario o desmesurado, puede empujar (aún más) al denunciado, a una escalada en su violencia contra quien lo ha puesto en evidencia pública, periodistas o activistas.

Son todas cuestiones sobre las que hay que meditar para escoger las formas, el momento y la potencia discursiva de las informaciones. Como dice un viejo adagio, no hay nada más práctico que dotarse de una buena teoría. Esperemos que SARA contribuya a ello.

\*\*\*

## 6. Nuestro horizonte

---

*Xavier Giró Martí es profesor de periodismo en la Universidad Autónoma de Barcelona y responsable de SARA.*

## Yo sí te conozco

- *Equipo del Programa Municipal de Acogida Temporal para Periodistas* -



*Parte del equipo del Programa con las periodistas Yaneli Fuentes y Patricia Mayorga*

En México se vive un intenso debate sobre la Libertad de Expresión a raíz de diversos eventos que han ocurrido en torno a tres escenarios: el discurso del presidente Andrés Manuel López Obrador, la cancelación de propaganda oficial a diversos medios, entre ellos los favorecidos por los gobiernos de Felipe Calderón y Enrique Peña Nieto, y las diversas denuncias de periodistas y organizaciones sobre el incremento de agresiones al gremio.

Organizaciones de protección a periodistas señalan que el discurso presidencial estigmatiza al gremio. Si bien López Obrador denuncia a la “prensa conservadora”, por defender los privilegios de la clase dominante, a la que denomina “la mafia del poder”, la distinción entre quienes pertenecen a este sector señalado por el presidente y otros sectores de la prensa no quedan muy delimitados. Esto produce estrategias deliberadas para desacreditar el ejercicio periodístico a través de narrativas estigmatizantes que generan ambientes de hostilidad hacia la prensa en general, según señalan organizaciones como *Artículo 19*.

A través de las conferencias matinales, llamadas “mañaneras”, López Obrador da continuidad a su agenda política. Y es en este escenario en el que suele comentar lo que la prensa nacional e internacional recoge sobre su gestión como presidente de la República. Es, por así decirlo, su derecho de replica ante los titulares de los medios de comunicación. En ese sentido logra aportar algunas pruebas que pueden desmentir excesos o noticias fuera de contexto publicados por periódicos o medios pertenecientes a grupos empresariales que disputan el campo político en donde el actual gobierno se mueve.

Es aquí donde la ruptura con los antiguos regímenes se vuelve notoria. El cambio de gobierno trajo consigo una revisión con lupa del otorgamiento de ayudas y subvenciones públicas a medios de comunicación. Salió a la luz los excesos de los grupos mediá-



ticos cercanos a Felipe Calderón o a Enrique Peña Nieto. Estas financiaciones fueron canceladas, pero del mismo modo ayudas publicas a otros medios también acabaron debido a la política de austeridad del actual gobierno.

Sin embargo, aquellos grupos mediáticos y de los llamados “intelectuales orgánicos” de gobiernos pasados han denunciado lo ocurrido como ataques a la libertad de expresión. A mediados de septiembre de 2020, 650 personas identificadas como escritores e intelectuales de este sector publicaron un manifiesto al que titularon *En defensa de la Libertad de Expresión*. El comunicado inicia con dos premisas: “La libertad de expresión está bajo asedio en México. Con ello, está amenazada la democracia”.

En palabras del periodista Julio Hernández López “Astillero”, está en desacuerdo con el comunicado, escribe que “el tono de alarma pretende dar por sentado que en México ha habido libertad de expresión y democracia durante administraciones anteriores”. Agrega que los gobiernos anteriores recurrieron a “graves marrullerías mediáticas, políticas y presupuestales que beneficiaron a algunos de los principales promotores del desplegado”.

En su óptica, Astillero concluye que: “Las dos premisas iniciales, falaces como aquí se ha señalado, definen el resto del discurso que 650 firmaron. No hay un asedio a la libertad de expresión, pero sí un constante uso de la tribuna presidencial matutina para precisar o contravenir cierto ejercicio periodístico que de manera sistemática, facciosa e indefendible en términos profesionales, se dedica a hacer política contra un hombre de poder que, a juicio de quien teclea estas líneas, ha persistido en el error de darle más realce del debido a publicaciones, columnas y opiniones que deberían cumplir con su ciclo natural de exposición pública sin el aliciente de las destempladas reacciones presidenciales”.

En cierto modo algunos periodistas se ven atrapados en este frente, entre la guerra personal que puede tener López Obrador con cierto tipo de prensa y ciertos intereses políticos y económicos. Las organizaciones de protección de periodistas señalan el efecto cascada que produce el hecho de que el discurso presidencial sea

aplicado por funcionarios de cualquier nivel hacia cualquiera que ejerza el periodismo en cualquier región del país. También existen personas que asumen como propias las palabras del presidente y retoman en redes sociales estos ataques, algo que no facilita el necesario dialogo entre sectores sociales.

Continuamente se constatan agresiones físicas, legales, económicas, tecnológicas y psicológicas. Estas acciones se producen por diversas causas, bajo gobiernos de distinta orientación política, sin olvidar que proliferan agresiones desde los poderes fácticos, como los grupos del crimen organizado, e incluso desde grupos sociales, como las autodenominadas autodefensas.

El presidente hace un flaco favor a la defensa de la libertad de expresión e información al poner en un mismo saco a quienes son críticos con su gobierno, no desde los intereses de aquellos poderes políticos y facticos, y sus intelectuales orgánicos, sino de aquellos y aquellas que tienen la función de ser un contrapunto al ejercicio del poder por el real bienestar común.

La crítica a la implantación de megaproyectos, por los impactos socioambientales que estos generan, no puede ni debe derivar en una situación como el asesinato del comunicador Samir Flores, ocurrido en febrero de 2019 por enfrentarse a la construcción de la termoeléctrica del Proyecto Integral Morelos. Y la respuesta presidencial no puede ser otra que no sea el esclarecimiento de este hecho hasta sus últimas consecuencias.

Y como en el caso de Samir, la desaparición y el asesinato de periodistas en México nos afecta a la sociedad completa, nacional e internacional. Porque nos deja sin la posibilidad de escuchar sus voces, nos priva de sus palabras críticas y conscientes. Porque nadie contará esas historias. Es probable que en el gobierno de Andrés Manuel López Obrador algunas cosas estén cambiando para bien o para mal. Y es fundamental que las cosas que toman una deriva que no favorezca al bien común deben ser denunciadas. Esa es la labor del periodismo, para que sean corregidas.

Sin embargo, en el primer semestre de 2020 las agresiones a pe-

riodistas se contabilizan en 406, un incremento de 45 % que en el mismo periodo de 2019. Lo cual, según Artículo 19, corresponde a un ataque a la prensa cada 10,75 hora.

Por ello sigue siendo preocupante la situación del periodismo en México, uno de los lugares más peligrosos en el mundo para ejercer este oficio. Y mientras esto ocurra, los programas de protección para periodistas serán fundamentales. Y si debido a la cancelación de los fideicomisos para la protección de periodistas en México, como ocurre mientras esto se escribe, será necesario que la atención internacional arrime el hombro para poder salvaguardar esta importante labor.

Pero como se ha narrado en este libro, lo fundamental es saber como reconstruir a las personas que han sido violentadas en el ejercicio del periodismo. El Programa Municipal de Acogida Temporal Barcelona Protege a Periodistas de México, ha desarrollado una metodología basada en el compromiso de las personas que acompañan, en su vocación y profesionalidad. En el estar ahí, frente al abandono institucional, reconociéndolas como personas que ejercen una labor fundamental para que las cosas cambien en un país con tanto por cambiar. En encontrarnos en los nubarrones de las lesiones y los daños colaterales, en esas zonas oscuras, para con calma y amor poderles decir fraternalmente: Yo si te conozco.

\*\*\*

## El equipo de acompañamiento



*Oficina Técnica:* **Arturo Landeros**, sociólogo y arquitecto, doctor en desarrollo sostenible, y encargado de la oficina técnica del PAT-Periodistas y parte del equipo de incidencia política.



*Coordinación psicosocial:* **Wara Revollo**, psicóloga, coordinadora del equipo de acompañamiento psicosocial del Programa.



*Contacto con medios de comunicación:* **Majo Siscar**, periodista, parte del equipo asesor del PAT-Periodista.



*Incidencia mediática y política:* **Sandra Vicente**, periodista, parte del equipo asesor del PAT-Periodista.



*Acompañante/Votana:* **Alba Aran**, Antropóloga, parte del equipo de Formación y ocupabilidad del Programa.



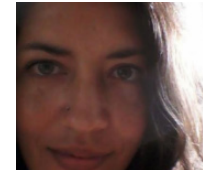
*Acompañante/Votana:* **Josefina Arista**, periodista, parte del equipo de Formación y ocupabilidad del Programa.



*Acompañante/Votana:* **Malinalli García**, periodista, parte del equipo de Formación y ocupabilidad, y de incidencia del Programa.



*Acompañante/Votana:* **Violeta Rodríguez**, periodista, parte del equipo de Formación y ocupabilidad, y de incidencia del Programa.



*Comunicación y Redes Sociales:* **Melina Maristain**, especialista en redes sociales, parte del equipo de comunicación del PAT-P.



*Comunicación y Redes Sociales:* **Carla Giné**, Periodista, da apoyo a diferentes iniciativas sociales en Barcelona y es parte del equipo de comunicación del PAT-P.



Incidencia mediática y política: **Laura Casanova**, periodista, parte del equipo de incidencia política del PAT-Periodista.



Incidencia mediática y política: **Carme Arcarazo** politóloga, parte del equipo de incidencia política del PAT-Periodista.

## EL EQUIPO



*Incidencia:* **Sandra Rodríguez**, periodista, parte del equipo de incidencia del Programa.



*Incidencia:* **Rosana Carvalho**, antropóloga, parte del equipo de incidencia del Programa.



*Salud:* **Iratxe Sesma**, Dietética Integrativa y Naturopatía y Shiatsu, integrante del equipo de salud del Programa.



*Salud:* **Marina Domènech**, Educadora social y profesora de Yoga-integrante del equipo de salud del Programa.

## EL EQUIPO



*Coaching laboral:* **Virginia Sola**, experta en asesoramiento de proyectos, se ha dedicado a asesorar y acompañar en procesos de elaboración de proyectos a personas migrantes.



*La Asociación por la Paz y los Derechos Humanos Taula per Mèxic se presenta como una red de personas que desde Catalunya demanda a la comunidad internacional que reconozca y atienda la crisis humanitaria que vive el país y asuma responsabilidades para asegurar el cumplimiento de los compromisos internacionales en materia de Derechos Humanos y de Justicia Global.*

*La Taula per Mèxic, por tanto, convoca a la sociedad catalana e internacional, personas e instituciones, para que acompañen este proceso con el objetivo de coadyuvar en la protección de los Derechos Humanos en México desde Catalunya. Para ello se propone analizar, investigar y divulgar la situación de los Derechos Humanos y la justicia social en México; acoger temporalmente en Barcelona a personas -periodistas o activistas- en situación de riesgo; crear alianzas con otros actores sociales que busquen promover el diálogo para impulsar la paz y la justicia social desde los ámbitos local y regional; establecer un diálogo con las organizaciones e instituciones mexicanas como interlocutores necesarios para la transformación social; e impulsar actividades culturales que ayuden a sensibilizar pero que también arrojen esperanza sobre las cientos de personas que resisten y luchan desde allá para cambiar esta injusta realidad.*



# Yo sí te conozco

## Las voces que acompañan

“Al llegar al puente el policía federal me pidió que me bajara del carro, que no había problema, a lo que manifesté,  
—¿Cómo no va a haber problema si están agresivos y golpeando mi carro?  
—Yo te voy a cubrir sólo van a hablar contigo—. Afirmó. Para de manera inmediata decir:  
— ¡Yo ni te conozco!

Dejándome a merced de los agresores y retirándose de manera inmediata”. Néstor Troncoso, periodista acogido en el “Programa Municipal de Acogida Temporal Barcelona Protege a Periodistas de México”.

México tiene el triste récord de ser el país en “paz” que ha mantenido un alto nivel de asesinato de periodistas desde 2006. El año 2019 cerró con al menos 10 personas periodistas asesinadas por ejercer su trabajo. En esta coyuntura, nace el “Programa Municipal de Acogida Temporal Barcelona Protege Periodistas de México”, con un equipo de trabajo que desde la Taula per Mèxic ejecutamos en comunicación constante con la Direcció de Justicia Global i Cooperació del Ajuntament de Barcelona, y otras organizaciones como Exil, Aluna, Periodistas de a Pie, Artículo 19 o CIMAC. Este informe viene a recordar que es este equipo el que hace posible la existencia del Programa. Un equipo de trabajo en constante adaptación a las necesidades de las personas acogidas. Pero sobre todo un equipo que tiene la capacidad de construir puentes entre los corazones de las personas que se ven desplazadas de su hogar a una ciudad como Barcelona, una ciudad de acogida. Por ello, el objetivo del presente libro es el de asomarse a sus testimonios, para que narren de primera mano quiénes son y qué les hace embarcarse en la dura labor de construir justicia global a través del acompañamiento. Un homenaje, no solo a las personas periodistas que defienden la verdad desde México, sino también a las personas voluntarias que trabajan por los derechos humanos en México desde Barcelona.



Ajuntament de  
**Barcelona**



**TAULA  
PER  
MÈXIC**

TRABAJANDO DESDE  
BARCELONA POR LA PAZ Y LOS  
DERECHOS HUMANOS EN  
MÉXICO