Trauma psicosocial y el desafío de entresanarnos

El camino de la reconstrucción del tejido comunitario en Venezuela luego de la agresión imperial del 3E

Comisión Permanente de las Familias
y de la Libertad de Religión y de Cultos





Asamblea Nacional
PODER LEGISLATIVO
República Bolivariana de Venezuela

MONTE ÁVILA
EDITORES LATINOAMERICANA

Trauma psicosocial y el desafío de entresanarnos

El camino de la reconstrucción del tejido comunitario en Venezuela luego de la agresión imperial del 3E

Trauma psicosocial y el desafío de entresanarnos

El camino de la reconstrucción del tejido comunitario en Venezuela luego de la agresión imperial del 3E

Comisión Permanente de las Familias y de la Libertad de Religión y de Cultos

Asamblea Nacional
PODER LEGISLATIVO
República Bolivariana de Venezuela

MONTE ÁVILA
EDITORES LATINOAMERICANA

1.ª edición, Monte Ávila Editores Latinoamericana
y Asamblea Nacional de Venezuela, 2026

Trauma psicosocial y el desafío de entresanarnos
El camino de la reconstrucción del tejido comunitario en Venezuela luego de la agresión imperial del 3E

© Comisión Permanente de las Familias
y de la Libertad de Religión y de Cultos
Asamblea Nacional de Venezuela

Edición y cuidado de los textos
Nerliny Carucí

Equipo de apoyo editorial
José Tomedes, Francisco Herrera y Marlene Otero

Diseño y diagramación
José Gregorio Vásquez

© Monte Ávila Editores-Latinoamericana, C. A., 2026
Centro Simón Bolívar, Torre Norte, piso 22, urb. El Silencio,
municipio Libertador, Caracas 1010, Venezuela
Teléfono: (58 212) 485 0444

Hecho el Depósito de Ley
Depósito Legal: DC2026000815
ISBN: 978-980-01-2645-5

Solo en la medida en que [los pueblos] adquieran conciencia
sobre sus raíces históricas, sobre todos aquellos hechos y
condiciones que han configurado su realidad,
podrían situarse en una perspectiva adecuada para evaluar
su propia identidad.
Saber quién se es supone saber de dónde se viene
y de quién o de qué se depende.
No hay verdadero conocimiento de sí mismo que no sea
un reconocimiento de los propios orígenes,
de la propia identidad comunitaria, de la propia historia.
Los pueblos latinoamericanos necesitan
una clara memoria histórica
para rastrear los dinamismos de su historia,
para saber dónde buscar las causas
de su opresión secular y de su situación presente.

Ignacio Martín-Baró

PRESENTACIÓN

Jorge Arreaza Montserrat

COMPRENSIÓN DE LA DIMENSIÓN POLÍTICO-COMUNITARIA DE ENTRESANARNOS TRAS EL TRAUMA PSICOSOCIAL DE LA AGRESIÓN MILITAR ESTADOUNIDENSE DEL 3E

Cualquier ataque imperial siempre nos pone a reflexionar sobre la larga historia de agresiones que el Gobierno de los EE. UU. ha ejecutado contra Venezuela, desde los tiempos de nuestras primeras luchas por la independencia. Ya a principios del siglo XIX, la política estadounidense atacaba abiertamente el bolivarianismo por todo su significado. Desde esos tiempos, el proyecto del vecino del Norte no ha cesado en intentar imponer sus prerrogativas económicas, políticas y militares por encima de cualquier Estado soberano y de cualquier pueblo con derecho al autogobierno.

No es un secreto que Venezuela siempre ha estado en la mira de los poderes imperiales. En el siglo XXI, el asedio en contra de nuestra patria se reactiva desde la gestión del comandante Hugo Chávez y se agudiza en el período de gobierno del hermano presidente Nicolás Maduro, de manera abierta —y de modo encubierto, bajo figuras injerencistas, como la promoción de brotes de violencia interna y otros

fenómenos que buscan la inestabilidad política del nuevo modelo de gobierno venezolano—. La expresión más abierta de la agresión imperial quedó plasmada en la proclama que conocemos como el decreto Obama (para ellos, la Orden Ejecutiva 13692), con la cual se declaró a Venezuela una «amenaza inusual y extraordinaria» para la seguridad nacional de EE. UU. Todos sabemos qué representó esta proclama: simplemente la excusa para generar una persecución sostenida y el acoso permanente a las actividades productivas y financieras del Estado venezolano; todo ello con el objetivo de propiciar una debacle económica que favoreciera el anhelado «cambio de régimen». Centenares de medidas coercitivas unilaterales —ilegales en el marco del derecho internacional—, intentos de invasión paramilitar, iniciativas intervencionistas regionales, sabotajes al sistema eléctrico nacional, intentos de magnicidio forman parte de esta política despiadada hacia Venezuela.

Venezuela siempre ha sido un país de paz, un país de construcción de alternativas civilizatorias; sin embargo, precisamente por constituir una opción al sistema dominante en el mundo, hemos sufrido *un golpe de Estado continuado* —como decía el hermano José Vicente Rangel—. En los albores de este 2026, se cruzó una línea roja: recibimos un ataque militar —sin previo aviso y sin ninguna razón— sobre asentamientos civiles y militares, que redundó en el asesinato de más de 100 compañeros y compañeras de nuestra patria grande, y en el secuestro del presidente de la República, Nicolás Maduro, y de su esposa, la diputada Cilia Flores. Esa madrugada fatídica del 3 de enero de 2026 ha tenido un profundo impacto en la población venezolana, en las familias —particularmente en las niñas, los niños y

adolescentes, y qué decir en los adultos mayores, abuelas y abuelos—. Sin duda, una experiencia inédita para el pueblo venezolano, tanto inédita como dolorosa.

Tras vivir el *trauma biopolítico* de este acto de barbarie, la última semana de enero de 2026, desde la Comisión Permanente de las Familias y de la Libertad de Religión y de Cultos de la Asamblea Nacional, convocamos a un foro para reflexionar sobre el impacto de la agresión militar imperial del 3 de enero en la salud mental de las familias venezolanas. Esta invitación generó un debate muy fructífero y despertó mucha conciencia sobre la necesidad de hablar sobre este tema, único en nuestra historia.

Los eventos del 3E han dejado honda huella. Es por ello que, para este encuentro, invitamos a un grupo de especialistas en ciencias sociales, con miras a construir rutas, desde distintas perspectivas y dimensiones «estratégicas» (en tensión con la praxis y las circunstancias), en la búsqueda de los métodos más originales y apropiados que puedan aportar a la reparación comunitaria de un daño que, a todas luces, es social y que, por tanto, debe atenderse desde su dimensión política y colectiva.

Las siguientes páginas pueden leerse como un intento de registro para identificar y recontextualizar la psicología de la guerra imperial —en el sentido de que necesitamos entender la violencia (y sus efectos psicológicos), producida estructuralmente con la intencionalidad de doblegar a un pueblo—; así como herramientas y agenciamientos revolucionarios orientados a gestionar este tipo de situaciones y estrategias de control —que, como hemos registrado, trastornan el orden comunitario, y generan una indignación colectiva y compartida—.

Componente político del trauma

No podemos negar que fuimos atacados: nuestro suelo fue profanado. En consecuencia, tenemos que tomar conciencia de la magnitud de esta intervención militar y, además, reconstituir el tejido comunitario venezolano que ha sido afectado. Dentro de ese tejido, nuestros niños, niñas, adolescentes en particular —y las familias, en general— son la centralidad. A ellos y a ellas, queremos prestarles la mayor dedicación amorosa, pero también el mayor rigor que nos permitan estas herramientas de resistencia y reparación colectiva.

Hoy, más que nunca, tenemos el compromiso comunitario—parafraseando al maestro Simón Rodríguez— de entresanarnos, de *entreayudarnos*.

Tras el ataque del 3 de enero, hemos visto cómo las familias en Caracas se aterrorizan ante el sonido de una puerta que cierra muy fuerte, o ante un avión que pasa, o ante cualquier situación: una sirena…, cualquier evento. Pudiésemos afirmar que estamos hipersusceptibles a lo que pueda ocurrir. Desde esa madrugada, el cielo de Caracas dejó de ser ese paisaje hermoso: ese paisaje de azules, blancos, naranjas, rosados de los atardeceres y los amaneceres; dejó de ser ese refugio espiritual del alma para pasar a ser el campo de batalla frente a una amenaza que se cierne contra cualquiera de nosotros y de nosotras.

Las bombas visibles de la agresión las oímos, vimos y sentimos el 3 de enero. Pero ya nuestro país había vivido, por años, las consecuencias de los misiles imperiales. Un centro de diagnóstico integral deteriorado, una escuela en mal estado, el transporte afectado, el sistema eléctrico debilitado, las colas por combustible, la migración masiva: así son las

consecuencias de los misiles invisibles del bloqueo, de la desinversión forzada, de la agresión financiera. ¿¡Cuántos tenemos familiares fuera de Venezuela!? Producto de todas las circunstancias económicas provocadas por el ataque imperial a nuestro país, muchos se vieron en la necesidad, otros en la voluntad —y otros atraídos por cantos de sirenas imperiales— de irse de nuestro país. Pero estas bombas, las del 3 de enero, cayeron también en nuestros corazones, en nuestras mentes, en nuestras psiquis.

Las vibraciones de la maldad

El bombardeo en la Gran Caracas, a comienzos de 2026, marcó en nuestro país un punto de inflexión, un parteaguas entre los miedos conocidos y los miedos desconocidos. Por más que nos preparara —en su momento— el comandante Hugo Chávez, por más que el presidente Nicolás Maduro nos alertara —con mayor intensidad, porque fue blanco de ataques de mayor magnitud—, por más que se nos dijera que esto era posible, una cosa es prepararnos, preverlo, y otra cosa es sentirlo, vivirlo, sentir las vibraciones de la maldad cayendo sobre nuestros techos y cabezas a través del uso de las más altas tecnologías bélicas para tratar de controlarnos.

La ansiedad, la hipervigilancia, la hiperalerta, el insomnio, las pesadillas, el temor a que esa violencia se repita, los silencios, las lágrimas… son elementos que estamos viviendo muchos por primera vez, sobre todo los jóvenes. Nuestros expertos seguramente lo calificarán de *estrés* o *trauma*; pero una cosa es un trauma personal, vivencial, directo, familiar, y otra cosa es vivirlo de esta manera compartida y colectiva.

Nuestras niñas y niños usualmente reposan al abrigo y al cobijo de sus padres —en las familias—, quienes les garantizan su seguridad y su estabilidad; por eso, cuando los padres se desorientan o se desestabilizan, los niños y las niñas sufren las consecuencias. Hay padres y madres que están en modo supervivencia, en modo pánico; y esto tiene un efecto en la familia, en nuestros adultos y adultas mayores, en nuestros niños y niñas, que debemos estudiar —y se está estudiando—.

El dolor de la pérdida y las huellas de una agresión en curso

Para colmo, aparte de ello, se suma el sentimiento de orfandad y de vulnerabilidad ante el secuestro del presidente de la República y de su esposa —de alguna manera, padre y madre, respectivamente, de los venezolanos y las venezolanas—. El silencio de esa orfandad y los acontecimientos sobrevenidos de manera acelerada por las circunstancias —por la necesidad de mantener la paz en el país— forman parte de lo que hemos venido viviendo y experimentando. Nuestra Asamblea Nacional —nuestro Estado revolucionario, en general— tiene grandes responsabilidades; pero, en cuanto a la salud mental, debemos hacer esfuerzos inmensos para que se generen la legislación y los métodos. Uno pudiera aquí hasta pensar —por qué no— en un ministerio para la salud mental; o en instituciones creadas específicamente para asegurar la salud mental, las cuales terminen garantizando la salud integral de todas y de todos. Sabemos que la presidenta encargada, Delcy Rodríguez, y el alto mando político de la Revolución Bolivariana sabrán orientarnos por aquellos caminos que

alejen la amenaza imperialista de nuestro pueblo, y por la ruta segura de la estabilidad soberana nacional.

El hecho es que necesitamos sanar, necesitamos esas herramientas, necesitamos entresanarnos y también estar preparados para enfrentar situaciones como esta. Sabemos que este ataque armado no es un punto y aparte, o un punto y final: es un punto y seguido. Debemos ser conscientes de ello: el imperialismo está allí, herido, como una fiera; seguramente como si fuera un dinosaurio antes de extinguirse, dando sus últimos coletazos, como si fuera una fiera dando sus últimos zarpazos. Pero, precisamente, esos son los momentos de mayor peligro, de mayor riesgo para la humanidad.

Antes del encuentro que aquí sistematizamos, los amigos de Jóvenes del Barrio, de la Gran Misión Venezuela Joven, nos hicieron llegar un estudio de aproximación psicológica hecho en los urbanismos de Ciudad Tiuna, en la avenida México, en Santa Rosa, en Caracas; también en la avenida Soublette, en La Guaira; y en Higuerote, en Miranda; sobre los efectos del ataque armado estadounidense. A continuación, comparto parte de los hallazgos clínicos y psicosociales que estos investigadores encontraron vinculados al estrés agudo:

— signos asociados con despersonalización, desrealización y agotamiento afectivo;

— desregulación del patrón de sueño;

— ansiedad persistente;

— disociación peritraumática (reconocida como un estado similar al trance);

— amnesia sobre aspectos del evento;

— hiperactivación automática;

—manifestaciones de signos psicofisiológicos relacionados con taquicardia, temblores temporales y sudoración excesiva;

— hipervigilancia aguda;

— trauma acústico;

— desamparo e indefensión;

— duelo por la ruptura social;

— vulnerabilidad infantil;

— presencia de miedos intensos;

— posibles fobias al entorno;

— ansiedad por ruptura de la seguridad básica en niños y niñas (dibujan los hechos: están conscientes de la realidad);

— culpa del superviviente;

— malestar psicológico;

— dificultad para asimilar la realidad actual (con mayor intensidad en el personal militar).

Lecturas del trauma psicosocial y el desafío de entresanarnos

Uno le toma mucho más amor y más respeto al pueblo palestino después de lo que vivimos el 3 de enero. El nuestro fue un instante de lo que ellos han vivido durante 60 años, y de lo que han vivido con mayor intensidad desde el año 2023.

Cada uno de nosotros tiene su propio testimonio; yo lo viví en La Guaira: allá no fue tan traumático. Yo estaba en Tanaguarena…: a dos kilómetros, cayó una de las bombas, se escucharon las otras, los aviones, etcétera; y el niño mío, Daniel, de siete años de edad, cuando yo estaba en la ventana, me dice: «Papá, ¿qué es esto? ¿Un tsunami?». Le digo: «¡No, hijo! Es lo que yo te he dicho: son los gringos; nos están atacando». La reacción de mi hijo fue ponerse la cobija, y

manifestó: «¡Yo no me quiero morir; no quiero que ustedes se mueran!». Y yo le dije: «¡Quítese la cobija, que nosotros no nos vamos a morir!».

Así… ¡cuántos testimonios no hay! ¡Cuán profundo es el daño que se les ha hecho a las familias venezolanas! Pero tenemos la necesidad de entenderlo, procesarlo, sanarlo, y avanzar. El desafío consiste en pensar en acciones desde las intensidades existenciales de un proyecto político de liberación como el que vivimos en nuestro país.

La opción por este camino nos llevó a sistematizar este libro. En este pasaje, las reflexiones las inicia la diputada María Rosa Jiménez, quien es vicepresidenta de la Comisión Permanente de las Familias y de la Libertad de Religión y de Cultos. La diputada plantea, de manera crítica y audaz, que el ataque perpetrado contra el país estuvo dirigido a las familias venezolanas…; las familias, «ese núcleo, ese espacio de refugio, de contención, de amor, de expansión, de protección de la vida es lo que el imperialismo ha entendido que debe atacar —ante la decisión histórica que tomamos de refundar un país— para generar desesperanza en el pueblo, para provocar la rendición del pueblo de Venezuela». A partir de esta denuncia y a través de testimonios, nos invita a la resistencia y al enaltecimiento de la voluntad-de-vivir.

Le sigue Alfredo Ruiz, el profesor del pueblo; un hombre de amplísima trayectoria, siempre presente y consecuente con las necesidades del pueblo venezolano. A través de una lúcida descripción del intervencionismo histórico amparado en la doctrina Monroe, el profesor Ruiz nos muestra el carácter ilegal, anticonstitucional —en el marco de la ley de los Estados Unidos— y violatorio del derecho internacional del ataque perpetrado contra nuestro suelo patrio. Ruiz nos señala cuál tiene que ser la respuesta del pueblo frente a las pretensiones

de dominación y de aniquilamiento físico y psicológico que busca el imperio: «La unidad, la constancia y el reclamo por la justicia». Así, nos convoca a acompañar y a proteger a los más vulnerables, que son nuestras niñas, nuestros niños, las personas con discapacidad y los adultos mayores.

Nuestro hermano Pablo Fernández —valiente luchador, durante muchos años, por los derechos humanos— nos comparte un conjunto de planteamientos contundentes y certeros que ameritan nuestra atención. Por una parte, destaca el llamado al encuentro de todas y todos cuando enuncia: «Esa sensación creo que es la que está prevaleciendo en el 95 % de los venezolanos y las venezolanas. Ya no es polarizarnos por las ideologías. Hoy nos polariza el amor a la patria, o la traición a la patria. Esa es la frontera, ese es el punto de quiebre, el punto de inflexión que se ha generado a partir del 3 de enero». Una sentencia categórica para definir nuestro *ethos* en la Venezuela de hoy: el imperativo del encuentro y de los diálogos. Pero el compañero Fernández va más allá: a través de una breve y precisa descripción del agresor, nos alerta: «No podemos caer en el juego y el chantaje del imperio decadente»; porque, como pueblo, estamos resueltos a lograr que vuelva a ser humana la humanidad.

Las palabras de Isis Ochoa, como militante de la revolución que entiende la necesidad de la salud mental, nos invitan a «escuchar no solo con los oídos, escuchar con todo el cuerpo. ¿Cómo es mi vivencia de la cultura de la paz en mi existencia? Porque hay una amenaza bélica supra, pero ¿cómo es mi cultura, mi vida cotidiana?». Mediante estas reflexiones, Isis nos propone procesos psicoterapéuticos para comprender y actuar sobre los traumas que han emergido tras la agresión de la madrugada del 3 de enero, y sus secuelas en la población.

La psicóloga Ovilia Suárez, del Colectivo de Psicólogos y Psicólogas por el Socialismo, nos plantea una dimensión comunitaria para atender el trauma que emerge de las acciones del ataque imperial. Ovilia destaca que, «al estar frente a un trauma psicosocial, tenemos la necesidad de soluciones colectivas. Lo colectivo crea, desarrolla y potencia lo que el individuo aislado no puede necesariamente alcanzar por sí solo, y desde allí podemos penetrar en la comprensión de lo singular». Un enfoque del entresanarnos que recupera una concepción *nosótrica* de la vida. Más adelante, refiriéndose al pueblo venezolano, añade que «tenemos un sentido de pertenencia extraordinario. Tenemos arraigo y tenemos la claridad de la trascendencia. ¡Nosotros estamos haciendo historia!»; y de esta certeza emerge la esperanza que signa nuestro futuro.

Cerramos este hermoso y sentido texto, con el mensaje del diputado opositor Alfonso Campos, militar retirado, con experiencia como pastor cristiano y actual vicepresidente de la Comisión Permanente de las Familias y de la Libertad de Religión y de Cultos, quien nos insta a la unidad y al encuentro patriótico, al colocar a la patria primero, la patria como raíz histórica y sentido de futuro colectivo, y nos recuerda que las tareas son múltiples: a) atender a los más vulnerables entre los vulnerables; b) elevar la conciencia del momento histórico; y c) exigir el retorno de nuestro presidente constitucional, Nicolás Maduro, y de la diputada Cilia Flores.

Este libro que ustedes tienen en sus manos —*Trauma psicosocial y el desafío de entresanarnos. El camino de la reconstrucción del tejido comunitario en Venezuela luego de la agresión imperial del 3E*— es una contribución que hacemos, desde la Comisión de las Familias y de la

Libertad de Religión y de Cultos, para una comprensión/transformación del trauma que nos dejó el ataque del 3E, en cuanto experiencia común, que afecta globalmente a todo el país, pero de manera diferenciada y con formas específicas del daño. Esta sistematización no solo da cuenta del impacto de la guerra imperial en la salud mental colectiva, sino que también presenta herramientas para la atención de los miembros más vulnerables de nuestras comunidades, niñas, niños, adolescentes y adultos mayores.

Estas reflexiones aportan a un debate que debe darse de manera mucho más cercana, más abierta, a distintas escalas. Esta discusión debe irse por las calles de Venezuela, por las capitales de los estados, por las calles de nuestro pueblo, para ocuparse de esta realidad —y superarla— y para consolidar nuestra soberanía, nuestro amor por la patria, nuestro compromiso por vivir plenos y libres.

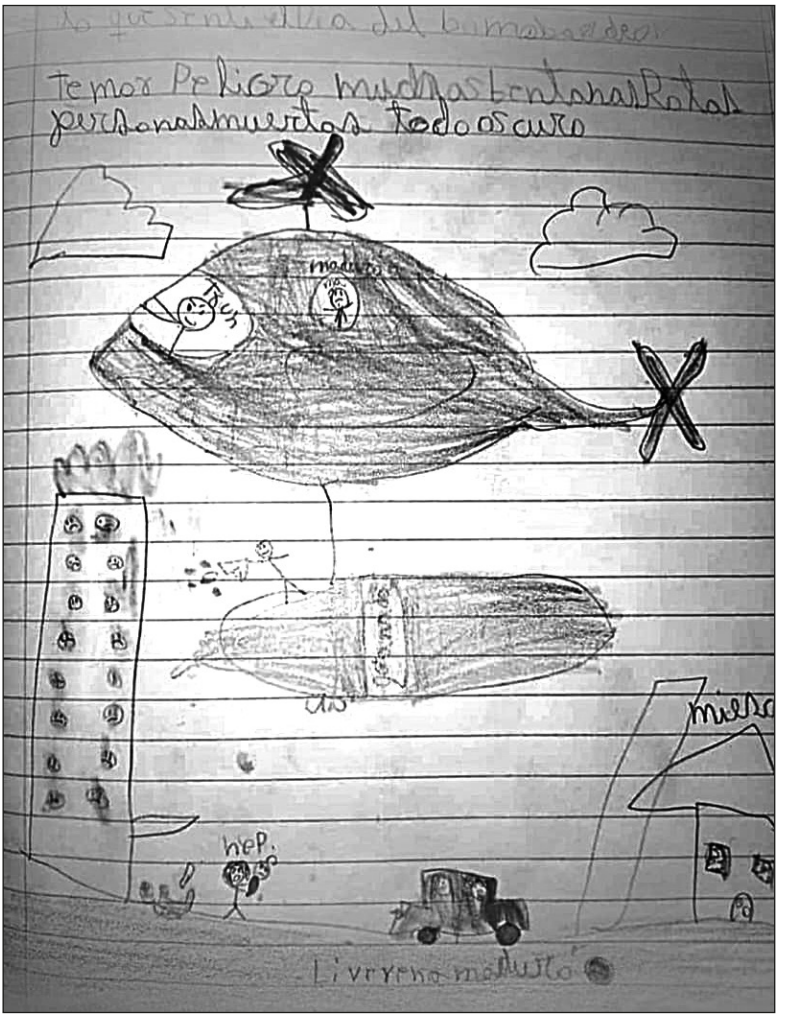
Frente a la suma de todas las maldades, debemos ser capaces de sumar todas las autoconciencias, todas las voluntades y todas las bondades. Ese es el camino que tenemos que trazar: el de encontrar todas las formas y fórmulas posibles que nos unifiquen como venezolanos y venezolanas, en la búsqueda de construir el amor, ¡la común-unidad!

Jorge Arreaza Montserrat[1]

---

[1] Internacionalista, con especialización en Política Social (Cendes) y con maestría en Estudios Europeos, Universidad de Cambridge (Reino Unido). Diputado electo por sufragio popular para la Asamblea Nacional (2026-2031). Actualmente, en responsabilidades políticas como presidente de la Comisión Permanente de las Familias y de la Libertad de Religión y de Cultos de la Asamblea Nacional, y como rector de la Universidad Nacional de las Comunas (Unacom).
Correo electrónico: contacto@jaarreaza.org.ve.

TRAUMA PSICOSOCIAL Y EL DESAFÍO DE ENTRESANARNOS



Dibujo hecho por una niña venezolana, de 8 años de edad, habitante del urbanismo Simón Rodríguez en Fuerte Tiuna, Caracas, tras el bombardeo de los EE. UU., perpetrado la madrugada del 3 de enero de 2026.

«¡NOS ESTÁN BOMBARDEANDO!»
VIVENCIAS EMOCIONALES DE LA INFANCIA VENEZOLANA A LA SOMBRA DE LA AGRESIÓN MILITAR IMPERIAL

María Rosa Jiménez[1]

Conversar y reflexionar sobre el impacto psicosocial de la agresión militar imperial perpetrada contra nuestro país aquella nefasta madrugada del 3 de enero constituye un imperativo para el encuentro, para la reflexión, para la juntura y, sobre todo, para la acción colectiva orientada a entender, a sanar y a avanzar en función del pueblo que somos, de la patria, y especialmente de los niños, las niñas, los adolescentes y los jóvenes de nuestro país.

Lo que pasó el 3 de enero —y lo que eso ha desencadenado en el país— forma parte de la escalada del imperialismo estadounidense contra nuestra determinación como pueblo, contra nuestra voluntad como pueblo y contra nuestra soberanía como pueblo para construir un nuevo proyecto de país, para refundar la república —un compromiso que asumimos con el comandante Chávez,

[1] Parlamentaria, con formación en Trabajo Social. Actualmente, se desempeña como vicepresidenta de la Comisión Permanente de las Familias y de la Libertad de Religión y de Cultos de la Asamblea Nacional. Correo electrónico: enelmorraltussuenos@gmail.com.

que seguimos con nuestro presidente Nicolás Maduro y que seguiremos, en resistencia, con nuestra compañera y camarada Delcy Rodríguez—.

Las familias como núcleo de afecto y protección

Quiero señalar que este 3 de enero, que nos refleja un secuestro, refleja también una cúspide de la fractura que ha intentado generarse en las familias venezolanas como núcleo de protección, como núcleo de amor, como núcleo de afecto. Quiero denunciar públicamente —como una denuncia colectiva—, que hoy tenemos secuestrado a un padre, a una madre —que también son abuelo y abuela—, que queremos que nos los devuelvan. ¡Ellos son inocentes!

Quiero abordar el tema a través de los testimonios, honrándolos, respetándolos; porque considero que todos los que estamos aquí y todas las que estamos aquí que —de una u otra manera— vivimos aquella madrugada tenemos un punto de vista, una cercanía, un sentimiento, un dolor, una perspectiva de lo que sucedió. Reconstruir lo que pasó desde los testimonios nos permite identificar aquellos factores que han sido constantes en la agresión de Estados Unidos contra el pueblo venezolano. Tratar de mirarlos en una primera reflexión —no agotarlos; aproximarnos—: es un ejercicio crítico.

Yo saludo el esfuerzo que hizo el Colectivo de Psicólogos y Psicólogas por el Socialismo que nos trae unas perspectivas de análisis, desde la ciencia, para entender la psicología de la guerra, sobre todo de quienes habitan Fuerte Tiuna, de quienes tuvieron en los espacios —digamos— el impacto directo. Reconstruir esos factores de agresión que pueden estar

mostrando fragmentación y caos; pero también reconstruir los modos de resistencia de las familias venezolanas, así como recomendaciones de trabajo desde una dimensión político-social en el presente y en el futuro.

Es importante señalar lo que establece la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela para precisar a qué nos estamos refiriendo cuando hablamos de «familias». En nuestra carta magna, en el artículo 75, se define a las familias como «la asociación natural de la sociedad y espacio fundamental para el desarrollo integral de las personas». También es importante decir que en nuestra Ley de las Familias —reformada en el período pasado por la Asamblea Nacional— entendemos por *familias* «las asociaciones naturales de la sociedad y el espacio fundamental para el desarrollo integral de sus integrantes, constituidas por personas relacionadas por vínculos jurídicos, sociales o de hecho, que fundamentan su existencia y relaciones en el amor, el respeto, la solidaridad, el cuidado colectivo, la comprensión mutua, la participación protagónica, la cooperación, el esfuerzo común, la igualdad de deberes y derechos, y la responsabilidad compartida de las tareas que implica la vida familiar». A su vez, un conjunto de antropólogos, de expertos, de sociólogos y de investigadores ha definido que en nuestro país existen familias nucleares, familias extendidas, modificadas; pero, además, han caracterizado sobre todo a la familia popular venezolana, que es una familia matricentrada; es decir: el campo de los afectos, de los vínculos, depende de la mujer venezolana, depende de la jefa del hogar, depende de las abuelas de la patria. En palabras del psicólogo Alejandro Moreno y del psicoanalista José Luis Vethencourt —investigadores en este campo—, ese campo de vínculo, ese campo emocional es

extendido a los hijos y a las hijas —pero fundamentalmente a los hijos: a los varones—. Hay otro especialista, Fernando Bianco, que define a las *familias* como célula fundamental del tejido social.

Nuestro ministro del Poder Popular para la Planificación, Ricardo Menéndez, por ejemplo, en varias ocasiones, ha dicho que «las familias son una escala de trabajo en el proceso de construcción de un nuevo modelo de sociedad a través del Proyecto Nacional Simón Bolívar. Una escala de trabajo, *más allá de* la comunidad y *en* comunidad. La familia como sistema abierto a la sociedad que recibe de ella según los cambios sociohistóricos que la determinan y que da a ella según los modelos de familia que elegimos constituir y los modos de crianza que elegimos desarrollar». Traigo esto de manera teórica, y en definición constitucional y en el marco legal de algunos expertos, porque eso es lo que está bajo ataque.

Las familias venezolanas y la estrategia imperial de fragmentación y caos

Las familias. Ese tejido, ese núcleo, ese espacio de refugio, de contención, de amor, de expansión, de protección de la vida es lo que el imperialismo ha entendido que debe atacar —ante la decisión histórica que tomamos de refundar un país— para generar desesperanza en el pueblo, para provocar la rendición del pueblo de Venezuela.

Con la llegada de la Revolución Bolivariana, como proyecto de transformación radical, inició un proceso indirecto de dinamización de los conceptos en el mundo familiar. Quiero señalar algunos: a) el lugar de vanguardia

de la mujer venezolana, la mujer madre y jefa de hogar en los procesos de refundación de la república y de regeneración de la comunidad, en los espacios locales, comunitarios y comunales. b) La implicación de los miembros de las familias venezolanas, especialmente de la familia popular venezolana, en los procesos de visibilización, dignificación y participación protagónica populares. c) Los efectos de la distribución de la riqueza (a través de programas sociales), la democracia participativa y protagónica, y la organización de un nuevo sujeto. Resultado de esto: una solidez de la relación familiar que se entreteje con la realidad comunitaria para acometer procesos hacia el porvenir. Eso fue y ha sido la gesta de la Revolución Bolivariana.

Nuestra revolución ha significado más democratización en las familias, con los debates que eso ha implicado; más reinterpretación de los roles que jugamos dentro del núcleo familiar; y refugio emocional en procesos comunitarios y regionales que democratizaron el cuido, la protección y la atención de las poblaciones más vulnerables.

Ante la decisión histórica que tomamos de refundar el país, la escalada imperial —que continuó en el año 2014, al Venezuela ser declarada, a través de una orden ejecutiva, como «una amenaza inusual y extraordinaria para la seguridad de Estados Unidos»; luego, con la agresión continuada a los derechos socioeconómicos de la población, al derecho a la alimentación, la salud, la convivencia y la paz— buscaba minar el campo espiritual, moral y de resistencia de las familias de nuestro país… Pero todo eso lo superamos con las jefas de hogares al frente. En ese período —soy testigo—, recorrimos el país y nos reunimos con 22 mil mujeres, las llamadas *madres del barrio*, y todas estaban en resistencia por la defensa de la patria ante la agresión del imperialismo

norteamericano. Todas madres, abuelas…, todas vinculadas a los procesos más importantes de las comunidades. La respuesta ante la agresión al sistema eléctrico nacional tuvo como protagonista a la mujer venezolana, a la madre en resistencia, en aquel momento de oscuridad.

La bomba psicológica como estrategia de borramiento y de fuga de afectos

La migración forzada, que busca la fragmentación de las familias y fundamentalmente la fuga de los afectos, la fuga de los cuidadores y de las cuidadoras del círculo natural de nuestros niños, nuestras niñas, de nuestros adultos mayores, de nuestras adultas mayores y de las personas con diversidad funcional.

La pandemia, la batalla en el mundo familiar, los cuidados, la violencia intrafamiliar a la que nos enfrentamos producto de un modelo de sociedad en decadencia develada por la pandemia. Son estas las batallas que hemos librado y la familia venezolana ha salido victoriosa y ha sostenido en alto la esperanza por un porvenir y, sobre todo, la esperanza en la Revolución Bolivariana. En este sentido, ¿qué aspectos encontramos a través de 11 testimonios que nos ayudan a reconstruir una interpretación de las realidades en la mirada de las familias y de los testigos? Algunas apreciaciones, algunas políticas y la concepción que se tiene del *imperialismo*.

El contacto y las primeras entrevistas

«Son unos cobardes —dijeron algunos testigos—: nos quisieron humillar». «Son viles, para que se les ocurra

la maléfica idea de atacar a un pueblo de madrugada». «¡Rechazo total a la cobardía y a que vulneren a un pueblo en horas de indefensión, en horas en las que estamos en el regazo de nuestros padres, de nuestras madres, y bajo el gobierno de nuestros padres y de nuestros seres queridos!».

También se destaca el inevitable relacionamiento con Palestina, el cómo los mecanismos del imperialismo para agredir a los pueblos son ensayados en diferentes latitudes.

La indignación y la solidaridad. Varios de los testimonios reflejan la conexión de lo que pasó aquella madrugada con lo que ocurre en Palestina, así como con la expansión del odio, del racismo y de los mecanismos del imperialismo norteamericano.

¿Es tan oscura la noche cuando aparece la ignominia? ¿De qué color es la guerra? «Naranja» —dijo la mayoría de los testigos—.

Según narran aquellos adultos y adultas de sus experiencias de vida, probablemente «oscurece» cuando se entiende que la muerte está cerca. Cómo lo interpretarían los niños, los adolescentes y los jóvenes es un diálogo pendiente. ¿Cómo interpretamos a las infancias, a la adolescencia, a la juventud en estas circunstancias? ¿Las vemos y entendemos separadas? Tal vez, a la deriva o en su propia comunidad generacional, o la entendemos en sistemas, al menos en el familiar y en el comunitario. Existe un entorno que lo rodea independientemente de las características que este entorno posea. Ese entorno es la familia, independientemente de su composición. Es hora de poner humildad y disposición en las miradas adultocéntricas para darle paso con mayor fuerza al principio constitucional del interés superior de los niños, las niñas y los adolescentes. ¡Es hora de escucharlos a ellos y a ellas!

«Terror». ¿Acaso puede haber otra palabra para describir el despertar en aquella madrugada? ¿Qué quiere decir —tal como coinciden los testimonios— que esa madrugada fue «terrorífica»? El cuerpo sintió la magnitud de la fuerza letal que se estaba imprimiendo contra la soberanía de Venezuela y contra la humanidad de quienes habitamos el valle de Caracas, La Carlota, La Vega, La Guaira, Higuerote…, y especialmente la familia a quien Chávez dignificó como un proyecto de vida en Fuerte Tiuna. Tal letalidad se mide en la confirmación y en el reconocimiento que nuestro atacante hace de que en la operación de secuestro, en territorio venezolano, experimentó un arma secreta, caracterizada como un *arma sónica*.

Testimonios cuentan que quedaron inmóviles, y las consecuencias pasan por zumbidos en los oídos, vómitos, desorientación y pérdida del equilibrio. Tenemos testigos que caminaron hasta el terminal de La Bandera, desorientados y desorientadas; o caminaron por las adyacencias o por las riberas del río.

El miedo y la conciencia expandida de niños y niñas en una situación de bombardeo

¿Cuáles fueron las primeras palabras que brotaron de los labios de nuestros hijos e hijas al percatarse de que algo acontecía? «¡Nos están bombardeando!». Es una comprensión, de forma súbita, de la dimensión de lo que estaba sucediendo. «¡Nos están…!». Es un sentido plural, indiferenciado, de totalidad, de conciencia expandida —si se pudiera decir—: es a mí, es a ti, es a nosotros; un «nos están» que no implica mezquindades, ni políticas, ni ideológicas, ni culturales, ni

territoriales, ni sociales, ni religiosas, ni de ningún tipo; que tienen conciencia del valor de la vida y de la posibilidad de la muerte colectiva, y de saber qué es humanidad y cuán importante es la existencia de la propia patria.

Sí, es desconcierto y es angustia lo que expresaron todos los niños que dijeron —entre ellos, mi hijo de 15 años—: «Mamá, nos están bombardeando». Y la desesperada necesidad de comunicarnos con el otro, con los otros.

La *juntera* [juntura] nos fortalece. Así ha sido ratificado a través de los testimonios. «Tomé un teléfono prestado —cuenta uno de los amigos—, y llamamos a nuestra gente para que supieran que estábamos bien…; que estábamos juntos, abrazados en amor, como una semilla, veloz y compacta, que se va a donde sea, y más fuerte que todos los misiles de los miserables». En medio de lo imprevisto, de la necesidad de resguardar a los otros y de atender los miedos de los cercanos, el contactar a los otros se convierte en vital.

El ataque a los vínculos para construir desesperanza

La síntesis de que nos quieren robar nuestra fe, nuestra esperanza y nuestra vida es medular en la idea de los testimonios: es sentir que nos arrebataron algo… más que la vida. Pudiéramos decir que nos quieren colonizar, que nos quieren esclavos. «¿Por qué me embarga —se pregunta uno de los testigos y coincide con otros testimonios—, con los días, una especie de vergüenza?». Antes de que llegaran los misiles, hubo un bombardeo con mensajes negativos. El mensaje más claro es la construcción de la desesperanza, a partir de hacer sentir vergüenza por nuestras elecciones de

vida. Quienes deben sentir vergüenza, por ser servidores —consciente o inconscientemente— de una agresión a su propia patria, pretenden hacer sentir vergüenza a quienes decidimos seguir adelante. Pero hoy también sentimos la vergüenza de que se mancille la patria y se irrumpa en el mundo familiar, en el mundo de las infancias.

Sentir el grito de los vecinos, la perenne preocupación por la comunidad y la solidaridad en medio del caos reafirma la presencia de liderazgos que se rehacen y se levantan en medio del pánico, y se funden en un tejido comunitario de esperanza.

Por último, la infancia al borde de la muerte: «Los envolví en un edredón, a mi hijo y a los de otra compañera, y los coloqué en la fosa del ascensor. Luego empecé a escribirle a todo el mundo que los niños estaban en la fosa del ascensor».

Llegar a donde nuestros nietos, no era nada más llegar a donde mis nietos: eran todos los niños; y, aunque no veíamos sus ojitos al momento, sentíamos sus manitas heladas y temblando: ¡el pánico apoderado de todos!

La dinámica de la resistencia

Una conclusión común en todos los testimonios (los testigos no fueron reunidos para que hablaran, sino que fueron testimonios tomados de diferentes fuentes) es la negación a morir. «No vamos a morir —cuentan desde sus experiencias— con lo que animaban a sus hijos, hijas y nietos».

Es un miedo legítimo en ese tipo de circunstancias: es un sentimiento que nos hace comprender que somos

humanos, pero también es la provocación de la respuesta de la negación.

«¡Aquí no va a morir nadie!». Es la convocatoria para hacerse de los medios para vivir, es moverse, lanzarse al encuentro de los otros en las escaleras; es buscar vías para transitar sin parar… hasta hallar un lugar seguro. Creo que es la conexión con Nicolás Maduro que dijo: «Aquí no va a morir nadie». ¡Colonia o patria!

SÍMBOLOS, SIGNIFICADOS Y APRENDIZAJES DE UNA AGRESIÓN HISTÓRICA

Alfredo Ruiz[1]

Esta agresión parece, de hecho, inesperada; sin embargo, tiene tiempo: solo faltaba la agresión militar, que se concretó el 3 de enero de 2026. Es un hecho histórico que comenzó —podemos decir— hace 200 años.

Quiero empezar esta intervención rechazando totalmente esta agresión militar que, según el Tribunal de Núremberg y toda la legislación estadounidense, constituye la suma de todas las maldades. Eso fue lo que decidieron implementar contra nosotros. Rechazamos el secuestro del presidente de la República, Nicolás Maduro Moros, y de su esposa, la primera combatiente y diputada Cilia Flores;

---

[1] Licenciado en Educación, mención Filosofía, egresado de la Universidad Católica Andrés Bello. Posee un posgrado en Investigación Educativa en el Centro de Reflexión y Planificación Educativa (CERPE), en Caracas, y de Derechos Humanos en la Universidad de Verano, en Ginebra (Suiza). Ha dedicado gran parte de su vida a promover y defender los derechos humanos, acompañando y formando a organizaciones populares, colectivos juveniles y comunidades eclesiales de base.

así como la violación del derecho internacional, el derecho internacional humanitario, la Carta de las Naciones Unidas y los DD. HH.

Esta agresión militar se suma a numerosos ataques, agresiones, cercos comerciales y financieros, robos y medidas coercitivas que venía realizando el Gobierno de Estados Unidos desde hace varios años. El objetivo no es nuevo: robar el petróleo y las riquezas de Venezuela —y lo mencionan así—: oro, minerales, tierras. Ahora no solo buscan llevarse los recursos, sino controlar el país; es decir: también «administrar». Eso es parte de lo que ellos denominan la doctrina Monroe.

James Monroe fue presidente de Estados Unidos en 1817. Ese año, Germán Roscio estaba entre Nueva York y Filadelfia. Dado que desde Florida venían los ataques hacia Venezuela, Roscio decidió, junto con MacGregor y un grupo de patriotas, tomar Florida y declarar la República de Florida. Independizaron todo el estado de Florida, desde la isla de Amelia, donde tenían fuertes los españoles.

A los seis meses, los estadounidenses —que habían dicho que eran «neutrales» en la guerra contra España— declararon la guerra contra Venezuela y desalojaron a los patriotas venezolanos de Florida. Pero no solo eso: ese mismo año empezaron a enviar barcos con armas para las fuerzas españolas. Se dio entonces el debate de Bolívar cuando capturaron estas goletas, porque los estadounidenses exigían que les devolvieran sus barcos. Sobrevino ese famoso debate a través de cartas con el embajador estadounidense John Irvine. Años después, surgió, en 1823, la doctrina Monroe, donde ellos dicen que todo el espacio del continente tiene que ser supervisado por Estados Unidos.

Luego, en 1904, Theodore Roosevelt dijo: «Ah, bueno, vamos a hacer un corolario de esa doctrina». Entonces surgió el corolario Roosevelt, que plantea que no solo no se permite la intervención de potencias extranjeras; sino que, si hay inestabilidad o algún país no está de acuerdo con la administración —es decir: con el Gobierno estadounidense—, también ellos tienen derecho a intervenir. Es con base en esa misma doctrina Monroe y en ese corolario que surgen todos los golpes de Estado e intervenciones posteriores. Eso viene desde hace más de 200 años.

Los niños y las niñas como blanco de la guerra y la violencia imperiales

En 2015, los Estados Unidos —basados en la Ley de Emergencias Nacionales— declaran un estado de excepción por la «amenaza» que significa Venezuela. Tras esa declaración y con base en la Ley de Poderes Económicos en Emergencias Internacionales, emiten el decreto —o la orden ejecutiva— del 8 de marzo de 2015, donde establecen que Venezuela es una «amenaza inusual y extraordinaria» para los Estados Unidos. Así empieza todo el cerco: comienzan las medidas coercitivas unilaterales contra nuestro país y el estudio de cómo lograr lo que ya venía de la doctrina Monroe, o sea, llevarse nuestras riquezas —el presidente Donald Trump lo ha dicho: el petróleo, el oro, la tierra, etcétera—, incluso tener la administración directa. «Somos nosotros los que estamos administrando», insisten a cada rato. Es decir: ese es el objetivo de esta guerra de hace 200 años, pero lo vuelven a reafirmar con la agresión reciente.

A partir del decreto del 8 de marzo de 2015, con todas esas medidas coercitivas unilaterales, empiezan los estudios; se preguntan: además de todo lo que hemos intentado, «¿cómo podemos quebrar al pueblo venezolano?». Ahí apuntan a lo más preciado: a los niños y a las niñas.

En el año 2019, apoyados en estas medidas coercitivas unilaterales, bloquean más de 1500 millones de euros depositados en la entidad financiera Novo Banco (Portugal). Este dinero del Estado venezolano había sido destinado a la Fundación Simón Bolívar, de Citgo, para un programa que atendía a niños, niñas y adolescentes con necesidad de trasplantes y con enfermedades crónicas. En otras palabras: se van contra lo más sagrado. A partir de ese momento, más de 52 niños y niñas fallecieron porque no recibieron ese dinero y, por consiguiente, no se les pudo realizar el trasplante. Esos niños estaban esperando en clínicas en Italia y en otros países, como Argentina, donde se había dado la posibilidad de esos trasplantes. Fallecieron precisamente por ese ataque despiadado. ¿¡Cómo podemos entender esto!?

Para casi todos los países del mundo, lo más sagrado son los niños y las niñas. Digo para casi todos, porque el único país que no ha firmado ni ratificado la Convención sobre los Derechos del Niño es Estados Unidos. Es decir: ni siquiera se comprometen con la vida de sus niños y sus niñas. ¿Ha firmado otros tratados de derechos humanos? Sí —aunque, pocos—: ha firmado no solo la Carta de Naciones Unidas, sino también el Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos, donde se compromete a respetar a los otros Estados, y a no utilizar la fuerza ni la amenaza de la fuerza para obligar a otros Estados a resolver una controversia.

No obstante, el Gobierno de Estados Unidos ha pasado por encima de sus propias legislaciones, por encima de leyes

ratificadas donde se prohíbe ese tipo de acciones. Incluso ha pasado por encima de su propia Constitución, en la que se establece que no puede ejecutar un ataque militar si no se ha informado previamente al Congreso, si no hay autorización del Congreso. También ha pasado por encima del derecho internacional, que igualmente ha ratificado y establece que no puede haber ataques contra civiles. Esto lo vemos en los bombardeos de lanchas en el mar Caribe y, después, en el Pacífico, donde, según el testimonio de ellos, asesinaron a más de cien personas —sin ni siquiera juicio ni pruebas, ni posibilidad de defensa, ni siquiera la identificación de quiénes eran las víctimas de esos bombardeos—. Las primeras demandas en Estados Unidos son de familiares de algunos de los asesinados, sobre todo oriundos de Trinidad; hubo fallecidos de varios países —los que se pudieron identificar—: colombianos, ecuatorianos.

Por otro lado, en marzo de 2025 comenzó la detención de venezolanos y venezolanas que habían emigrado a Estados Unidos, producto, precisamente, de las medidas coercitivas unilaterales contra el país. Las personas que habían solicitado refugio fueron detenidas y tratadas como delincuentes. Hubo personas que ni siquiera estaban allí —es decir: personas que esperaban desde la frontera, en México—, y, cuando los convocaron a los tribunales para escucharlos, los detuvieron. Algunos jóvenes fueron enviados a El Salvador, a una cárcel de máxima seguridad; en total, fueron 252 venezolanos.

Ahí está el caso de Maikelys Espinoza, una niña de dos años, quien en el año 2024 fue detenida junto a sus padres. Posteriormente, fue separada de su madre y de su padre. Pasó tres meses sin ver a ninguno de los dos. En octubre le permitieron visitas semanales: el padre y la madre podían verla una vez a la semana. Esto ocurrió así durante cinco

meses. Luego suspendieron nuevamente las visitas. El 29 de marzo de 2025 enviaron al padre a Guantánamo. Luego lo trasladaron al Centro de Confinamiento del Terrorismo (Cecot), de El Salvador. A la madre le informaron que, si lo deseaba, podían deportarla a Venezuela. Ella preguntó: «¿Y la niña?». Le respondieron que la niña podía ir con ella. Pero cuando llegó el avión para retornarlas a Venezuela, le dijeron que no, que la niña se quedaba. Es decir: la detención de una niña que no tenía ninguna posibilidad de defenderse; una detención contraria a todas las normas internacionales y también contraria a las propias leyes estadounidenses.

Gracias a la presión internacional, la niña Maikelys Espinoza finalmente fue devuelta a su madre. Seguidamente, su padre también fue devuelto a Venezuela. ¿Cómo se logró eso? Con unión, constancia y con la fortaleza de no permitir tantos ataques, tantas injusticias.

La suma de todas las maldades

En síntesis, en esta larga historia de agresión, vemos situaciones donde no importa el derecho. ¡Eso es bien importante saberlo! Siempre hay que tratar de decir cuando se están violando las normas; hay que denunciarlo. Muchas veces, en este nuevo *desorden mundial*, lo que importa es la fuerza; esto es: la imposición de la fuerza sobre el propio derecho. Lo vemos con las situaciones que está viviendo actualmente el propio Estados Unidos en su interior. Como dicen los propios estadounidenses: es la suma de toda la maldad.

La agresión militar contra Venezuela dejó más de 100 personas asesinadas y el secuestro de un jefe de Estado.

Son acciones que pasan por encima de la Convención de Viena, de la Carta de Naciones Unidas y de todo el marco jurídico internacional.

Ante eso, ¿cuál tiene que ser la respuesta del pueblo? La misma que tuvo el pueblo y el Gobierno en el caso de Maikelys Espinoza: tiene que ser la unidad, la constancia y el reclamo por la justicia. Por ello, es fundamental comprender la importancia de atender a las personas más vulnerables.

Psicología de la resistencia en situaciones de amenaza imperial

En plena agresión militar, hubo niños y hubo personas que actuaron, como es natural, con miedo. Pero impresiona cómo hubo personas que empezaron a visitar casa por casa, apartamento por apartamento; preguntaban por alguna persona con discapacidad, por algún adulto mayor..., cuidando que nadie quedara solo. Esa es, fundamentalmente, nuestra tarea con los niños y las niñas de nuestra patria. Dicho de otro modo: que sientan y tengan la certeza de que no están solos, que sientan que están siendo escuchados.

Por esta razón, es tan importante nuestro compromiso con la patria, con la familia y con los niños y las niñas. Dice nuestro poeta cumanés Andrés Eloy Blanco, en el poema *Los hijos infinitos*: «Cuando se tiene un hijo, toda risa nos cala, / todo llanto nos crispa, venga de donde venga». Es decir: todo dolor es nuestro; y cuando se tiene un hijo o una hija, se tienen todos los hijos de la tierra.

Es el momento de la unidad, el momento de preocuparnos por quienes son más vulnerables, por quienes más pueden sufrir: los niños y las niñas, las personas con

discapacidad, las personas adultas mayores…; por aquellos que pueden sentirse en situación de vulnerabilidad.

EL INTERÉS SUPERIOR DE LA INFANCIA Y LA PROTECCIÓN FAMILIAR ANTE CUALQUIER AGRESIÓN IMPERIALISTA

Pablo Fernández[1]

La dimensión que aquí nos convoca de ninguna manera puede quedar marginada frente a la lectura que estamos haciendo de la complicidad geopolítica, económica y militar. Estamos enfrentando una situación que nos evidencia el cambio de época que se viene. Si estuviese aquí, Antonio Gramsci diría: «Lo viejo que no termina de morir, lo nuevo que no termina de nacer. Y en ese claroscuro surgen los monstruos».

Le hemos visto la cara al monstruo el 3 de enero, a uno de los monstruos. En esa complicidad —repito, y lo han dicho todos los expositores—, los más vulnerables entre los vulnerables tienen que ser los primeros en nuestra preocupación y ocupación para atender los efectos de la violencia que hemos vivido y, como bien han dicho, seguimos viviendo. Porque, en un estado en el que se dice que apenas

[1] Docente. Actualmente, cumple funciones como director de Derechos Humanos del Ministerio del Poder Popular para Relaciones Interiores, Justicia y Paz. Correo electrónico: pabloefb@gmail.com.

estamos en una primera fase del trauma, poco a poco —como se dice muy coloquialmente en Venezuela— nos va cayendo la locha de lo que pasó.

Antes de presentar algunas ideas y reflexiones, quiero compartir —sin restarle valor a nuestra perspectiva de aprendices— la voz y el testimonio de una persona que vivió en carne propia, muy de cerca, el estallido de las bombas:

> Ciertamente, hubo un antes y un después... La madrugada del 3 de enero de 2026, cuando abro los ojos, siento detonaciones que no eran un sonido conocido por uno, y me alarmo un poco. Trato de asomarme por la ventana, con cautela; veo, digamos, el celaje de los misiles que están cayendo frente a la ventana que tenemos junto al balcón. Era muy evidente la luz de los misiles: ese color que no se olvida, ese sonido que no se olvida. Ni sabía dónde estaban cayendo ni sabía hacia dónde estaban apuntando. ¡Realmente, era un momento de mucha incertidumbre! Todas esas detonaciones movían el edificio, movían las ventanas. Ahí agarré al niño rápidamente y fui a meterlo dentro del baño, y a activarnos. Ahí sí había que tener un poco de temple. Él, a todas estas, me preguntaba: «¿Qué pasa, mamá, qué pasa?» Y, como veía el incendio, bueno, trataba de decirle que era la montaña que se había incendiado. Cesó el bombardeo. No escuchamos más nada. Mucha gente salió corriendo, y se fue. Eso fue alrededor de las tres y media de la madrugada. Se fueron con lo que tenían. Luego, cuando lo acosté y se durmió, yo rompí en llanto toda la madrugada. Les puedo decir que estuve toda la madrugada llorando, esperando que amaneciera. Fue como la hora y tanto más larga, además de todo lo largo que había sido ya ese evento tan cruel, tan despiadado. Ese bombardeo cobarde, además tan letal.

No hemos declarado la guerra a nadie. No estamos en guerra con nadie y, sin embargo, nos bombardearon.

¡Una cosa es contarlo y otra cosa es estar debajo de las bombas, estar debajo de esos sonidos tan aterradores! Mi mayor temor era realmente que le pasara algo a mi niño. Tratar, en la mayor de las posibilidades, de resguardarnos los dos, y mantenerlo tranquilo… creo que esa posibilidad, mantenerlo tranquilo, fue lo que le permitió un poco después descansar. Y ya después ir procesando toda esta situación.

Es importante que todos entendamos que la patria realmente se defiende. Tampoco es una consigna vacía. Creo que ahora, en el después, hay que seguir llenándola de contenido.

Los misiles no distinguen colores políticos. Lo decíamos abajo, cuando estábamos todos los vecinos: «Fíjate que cayó en los lados del este». Destruyó viviendas de personas que ni siquiera creen en el proceso revolucionario y, sin embargo, ¿quién salió a dar la cara?, ¿quién salió a reconstruir esas viviendas? La gente a quien ellos adversaban y, además, le temían.

Esa noche, para mí —y siempre se lo digo a todo el mundo—, representa horror. Sí, es horror; es horror lo que sientes. Te atemoriza, pero, además, sientes el horror en carne propia, y quieres despertar y que sea un sueño. Lastimosamente no lo es; pero podemos seguir adelante.

Seguramente, como el testimonio de Alejandra Guédez, hay miles… miles.

Hacíamos un ejercicio con los compañeros de la Fuerza de Trabajadores, una empresa del Estado, donde, afortunadamente, con mucho criterio, la autoridad dijo: «Vamos a generar un espacio para los trabajadores y las

trabajadoras». Cosa que yo realmente felicité; además, creo que deberíamos hacerlo todos y todas quienes trabajamos en la Administración Pública: hablar con nuestros trabajadores. Yo les pedí que hiciéramos un ejercicio muy rápido al inicio. Les pedía, arbitrariamente, que resumieran —en una palabra— no qué piensan, sino qué sienten en relación con lo que ocurrió. Si aquí hiciéramos ese ejercicio rápidamente, ¿quién se anima a decir qué palabra definiría la emoción que nos dejó el 3 de enero?

—«Impotencia…, rabia».

¿Qué otros términos utilizaríamos?

—«Indignación, terror, pánico, angustia, miedo, tristeza, humillación, incertidumbre».

¡Imagínense ahora todo ese conjunto de emociones —que nosotros, como adultos y adultas, medianamente intentamos darle forma—: cómo conceptualizarlas en la mente, el corazón, el alma y el espíritu de una criatura de cinco años, de tres años, incluso de una que no puede verbalizar!

Los vulnerables entre los vulnerables

Dentro de la vulnerabilidad colectiva que sentimos, están los vulnerables entre los vulnerables. Por eso, necesariamente tenemos que aplicar este elemento del que me han pedido hablar, pero no quiero hacerlo desde una perspectiva jurídica —con respeto a los abogados y a las abogadas—. ¡No!: se trata de entender la significación que tienen los principios que guían esas normas colectivas que decidimos darnos como humanidad, particularmente después de haber vivido la mayor tragedia del siglo XX, que fue la Segunda Guerra Mundial.

Cuando nuestros líderes, nuestras autoridades, compañeros como Jorge Arreaza —que ha sido canciller de la República y ha estado al frente del grupo de países de la Alianza Bolivariana para los Pueblos de Nuestra América (ALBA)—, levantan como bandera —y nosotros con ellos— la defensa del derecho internacional y de la Carta de las Naciones Unidas, eso no se dice protocolarmente: detrás hay un profundo compromiso con las reglas de convivencia que nos impusimos —repito, con todos los defectos que puedan tener— los seres humanos después de la Segunda Guerra Mundial. A la Organización de Naciones Unidas, yo no le tengo una, sino millones de críticas y observaciones. Pero implosionar todo para volver a los términos de la ley de la selva, de la ley del más fuerte, de esa disruptiva y cínica expresión con la que la administración Trump define su política exterior —la paz por la fuerza—, frente a eso nosotros tenemos que reivindicar el derecho internacional y los códigos de convivencia que nos hemos dado.

Allí entra, precisamente, un principio fundamental, que es el del interés superior de la infancia. Siempre se habla del interés superior del niño, porque hasta la propia ONU se quedó pegada en una visión sexista de la infancia. ¿Y qué es eso del interés superior del niño? Vamos a adelantar algunas ideas tratando de aterrizarlas al contexto.

Impacto de un ataque armado en la salud mental de la niñez venezolana

Este dibujo lo hizo una chiquita hermosa, muy tímida, de ocho años. Me reservo el nombre; siempre uno reserva la identidad de los niños. Pero esta criatura vive en Fuerte Tiuna,

en Caracas, y, seguramente, como muchos de nuestros niños y niñas, esa emocionalidad que no pueden poner en palabras —como lo hacen los adultos— la empezaron a expresar a través del dibujo. Por ello, ahí los psicólogos y las psicólogas tienen mucho material: muchas imágenes, muchos dibujos que expresan, con gigantesca profundidad, la comprensión que los niños y las niñas tienen de lo que pasó y, por supuesto, la proyección que en ellos generan emociones como las que nosotros hemos manifestado.

Antes de entrar aquí, yo le comentaba a Jorge Arreaza: «Mira cómo esta niña dibujó los helicópteros». Observen el tamaño de los helicópteros. Ellos usaron un elemento gigante que viene sobre ellos. Esta niña estaba en una torre y el helicóptero pasó por su ventana. Los edificios, incendiándose. Y un detalle interesante: el conductor del helicóptero —no sé si se llega a ver ahí—, muy pequeño, está sonriendo malévolamente. Trump es el que maneja el helicóptero. O sea: está clarita quién es el sujeto detrás de la agresión. Lo que más me llamó la atención cuando lo vi: el pasajero en la ventanita, que está triste, que mira por la ventana —ahí dice— es «Maduro». Hay conciencia de lo que pasó. Vemos, abajo, la gente que salió en carro, pero también los que salieron caminando por las riberas del Guaire, buscando las alcabalas, y en algunas alcabalas les decían que no podían salir. La gente desesperada: ¡el miedo! Arriba, con palabras (en la escuela, la maestra le preguntaba: «¿Qué sentiste ese día?»), ella pone: «Temor, peligro…, ¡muchas ventanas rotas! ¡Personas muertas! ¡Todo oscuro!».

¿Cómo reconstruir ahora en esa criatura la noción de paz, de tranquilidad, de protección, de certeza, de certidumbre, después de haber vivido eso? ¡Esa es la tarea! Es compleja la tarea, aunque sí está, quizás, más al alcance de nosotros y

nosotras. Porque, repito, el debate de las grandes decisiones geopolíticas estratégicas —ahora, en la pulseada con el enemigo, con el imperialismo— le toca darlo a nuestro alto mando político, que afortunadamente está allí.

¿Dónde nosotros tenemos que hacer la tarea? En el día a día, en lo cercano, en casa: con los sobrinos, con los nietos, con los hijos, con las hijas. En la comunidad: con nuestros estudiantes; con el niño de nuestra vecina, que tiene nueve años, pero se volvió a orinar en la cama como cuando era chiquito, y la vecina está desesperada porque no sabe qué hacer con eso.

Hablar del interés superior del niño —repito— no es caer en el terreno de la normativa, de la teoría del derecho, sino entender que son los más vulnerables entre los vulnerables. Hablar del interés superior del niño implica, primero, entender que es un criterio para la toma de decisiones; que está contenido en el derecho —sí, en el derecho internacional, en la Convención sobre los Derechos del Niño—. Nosotros, en Venezuela, lo asumimos taxativamente cuando se aprobó la Ley Orgánica para la Protección de Niños, Niñas y Adolescentes: ahí está redactado el artículo 8. Pero, esencialmente, nos dice que los niños, en cualquier decisión que vayamos a tomar, tienen que ser los primeros en quienes vamos a pensar, antes incluso que cualquier otra población vulnerable que pudiese haber. Los niños y las niñas, lo primero. Tiene que ser un criterio para legislar y para administrar justicia.

Yo espero que ese sea un criterio cuando llegue el momento —que espero que llegue y confío en que va a llegar— en el que Donald Trump y sus secuaces tengan que enfrentar un tribunal internacional por crímenes de guerra y crímenes de lesa humanidad. Que el principio del interés

superior del niño sea uno de los elementos que se considere para juzgarlo y condenarlo como lo merece. Tiene que servir para eso el derecho internacional.

Además, no es solo lo que pensamos nosotros, los adultos y las adultas: pensemos qué es lo mejor para el chamo. El principio contempla escuchar y valorar lo que el chamo tiene que decir. Por eso, repito, es tan importante, en este contexto, hacer valer ese interés superior escuchando a los niños y a las niñas: que se expresarán con la palabra o con el dibujo, con el arte y sus distintas manifestaciones, o se expresarán con el silencio, con el cambio de actitud.

Hay un niño, por ejemplo, que conozco, que está tratando de hablar del tema con su familia; pero, eso sí, hay una regla que él puso: la palabra *bombardeo* no se puede pronunciar. Esa palabra lo bloquea. En su casa se habla de lo que pasó, pero no se puede mencionar el bombardeo. Los códigos de comunicación tienen que ir buscando las palabras más adecuadas para que él se pueda expresar.

Finalmente, este principio, dentro de estos criterios, exige —y aquí viene algo muy importante, que reitera el valor de este encuentro— que el Estado, la familia y la sociedad nos tengamos que poner de acuerdo para garantizar el cumplimiento efectivo del principio del interés superior. A eso es a lo que nos ha invitado el compañero Jorge Arreaza y la Comisión de Familias de la Asamblea Nacional. Porque aquí estamos mezclados. Aquí estamos en muchos roles: aquí estamos como servidores públicos, pero también estamos como padres, como madres, como abuelas, como líderes comunitarios —que algunos lo son—, como representantes de organizaciones sociales, como venezolanos y venezolanas, desde la identidad compartida que nos unifica a todos y todas.

Aquí voy a hacer un paréntesis. Hoy yo les decía a estos trabajadores y trabajadoras, en la mañana, que la polarización —que ha sido y es un elemento histórico en Venezuela— no surge desde que llegó la revolución. Porque eso es parte de la narrativa que nos han querido vender: «Aquí nos polarizamos y nos dividimos por culpa de Chávez». ¡No, señor! Aquí estábamos divididos históricamente, desde el tiempo del Libertador. La diferencia es que la polarización, en el puntofijismo, ellos la resolvían con plomo y sangre. Nosotros hemos llevado una polarización de las ideas, de los modelos de sociedad y de país, desde el debate de la política; allá aquellos que no quisieron entrar en la dinámica del debate y que buscaron la vía de la violencia. Pero yo creo que hoy nos polariza otra cosa —al menos en mi sensación—. Porque yo tengo vecinos o amigos que son opositores que me han dicho: «Mira, Pablo, yo no estoy de acuerdo con el gobierno del que tú formas parte; pero esto que nos hicieron es imperdonable, porque se metieron con todos nosotros». Dentro de toda familia podemos tener discusiones, peleas. Uno pelea con la suegra, pelea con el hermano, pelea con la mamá; sin embargo, es la familia. Cuando viene uno de afuera a querer agredir a la familia, la cosa cambia. Esa sensación creo que es la que está prelando el 95 % de los venezolanos y las venezolanas. Ya no es polarizarnos por las ideologías. Hoy nos polariza el amor a la patria, o la traición a la patria. Esa es la frontera, ese es el punto de quiebre, el punto de inflexión que se ha generado a partir del 3 de enero.

Por eso, en buena hora, este llamado que ha hecho nuestra presidenta encargada y todo el alto mando político a que nos sentemos en torno a la mesa distintos actores, con las tendencias que tengamos, con las ideas que tengamos; que nos digamos lo que tengamos que decirnos, pero todos

apuntando a que Venezuela se respeta. ¡Venezuela no se toca! ¡Nuestra soberanía es sagrada, nuestra tierra es sagrada, el pueblo es sagrado, nuestros niños y niñas son sagrados! Eso creo que es una premisa. Dentro de todo lo malo, considero que es una cosa buena que nos está pasando en esta situación; porque de todo aprendemos algo. De todo, puede salir algo bueno.

Significación del principio del interés superior de la infancia

Este principio del interés superior de los niños y las niñas tiene que reflejarse en acciones concretas que apuntan aquí:

- **Prioridad.** Ya lo dijimos: ante cualquier situación, cualquier decisión política, cualquier decisión legislativa, por ejemplo, tiene que dimensionarse: ¿en qué beneficia, o no, a los niños y las niñas de la patria?
- **Protección.** Es el resguardo permanente ante cualquier situación de daño, explotación o discriminación de la que puedan ser víctimas.
- **Desarrollo integral.** Aquí ya lo han dicho algunos de los que me antecedieron en el uso de la palabra: se afectaron centros de salud, escuelas. La escuela agroecológica que está en Fuerte Tiuna no había empezado; once aulas afectadas. Estuvo muy cerca del punto donde ocurrió el secuestro del presidente. Las viviendas destruidas. El tema es garantizar las condiciones para el ejercicio de los derechos de los niños y las niñas.

- **Participación.** Ya lo hemos dicho: su opinión, su voz.
- **Criterio guía.** Escucharlos, y convertir esta opción en un criterio para la toma de decisiones.

Acciones para la protección de niños, niñas y adolescentes en escenarios de guerra, agresión militar o conflictos armados

En una situación normal, el interés superior del niño y de la niña es un principio de toma de decisiones. Pero, en una situación de conflicto o de agresión militar, trasciende el ámbito civil, y este principio se suma a los principios del derecho internacional humanitario; es decir: las reglas de la guerra, las famosas Convenciones de Ginebra y, por supuesto, el derecho internacional de los derechos humanos.

Hay siete elementos que desglosan esta aplicación del interés superior del niño y de la niña ante situaciones de agresión militar o de guerra, que son los que voy a comentar a continuación.

¿Qué nos plantea el derecho internacional como obligación de los Estados? Los Estados democráticos, de los Estados ceñidos al derecho, a la norma consensuada.

Cuando la administración Trump vocifera a los cuatro vientos que a ellos ya no les importa el derecho internacional, que no les importa ninguna regla que no sea la que ellos mismos decidan; que todo queda sometido a la moralidad —¡imagínense ustedes lo aberrante!: todo el mundo sometido a la decisión moral del presidente de los Estados Unidos—. En otras palabras: el único código que puede guiar las decisiones que afectan a la humanidad hoy,

por parte de una de las potencias nucleares más agresivas, es lo que a él le provoque, lo que a él *le salga*. Además, imagínense cuál puede ser el constructo moral de un sujeto que es un pedófilo, que tiene más de cuarenta causas penales abiertas, con numerosas condenas que quedaron congeladas por la condición que tiene actualmente como presidente; que toda su riqueza ha sido mal habida; que es un ser sin escrúpulos. ¿¡Qué moralidad puede guiar al mundo si es la moralidad de un sujeto con esas características!? ¡Fíjense en el nivel de gravedad!: ese tipo que, según como le sople el viento en la mañana cuando se levanta, tiene al lado de la cama el maletín con el botón rojo de las armas nucleares. ¡Imagínense ustedes lo que enfrentamos!

Pero vuelvo al tema y vuelvo al punto. En la lógica del respeto de las normas de convivencia que nos hemos dado como comunidad internacional, este principio, en tiempos de agresión militar o de guerra, genera siete exigencias que deben ser estrictamente respetadas y cumplidas:

- **Asesinato y mutilación.** Las operaciones militares no deben generar ataques indiscriminados que afecten a la infancia. Hay que evitar el asesinato o la mutilación de niños y niñas. ¿Los Estados Unidos calcularon que sus acciones el 3 de enero realmente fueran —como ellos dicen— «una operación quirúrgica»? Algunos testigos vieron movimientos de personas en las ventanas de sus apartamentos —personas civiles—; los drones giraron y los helicópteros también. Hay disparos en viviendas civiles. Algunas de las viviendas que volaron en Fuerte Tiuna eran casas de guarnición, donde duermen las familias de los soldados.

- **Reclutamiento forzado.** Este elemento no aplica aquí, pero hay que tomarlo en consideración: la prohibición de que adolescentes menores de 18 años sean utilizados por fuerzas armadas o grupos ilegales. Es uno de los principios que aplican en el marco de las agresiones militares, los conflictos bélicos.
- **Ataques a infraestructuras vitales.** El interés superior del niño y de la niña nos exige proteger hospitales, escuelas; garantizar el derecho a la salud y a la educación.

  Ya lo dijimos: aquí no se salvó nada: ni salud ni educación; tampoco laboratorios, ciencia, producción de vacunas, conocimiento. Hasta el día de hoy me estoy preguntando qué buscaban, con ese bombazo, en el Instituto Venezolano de Investigaciones Científicas (IVIC). ¿Cuál era el mensaje? Porque es incomprensible.
- **Violencia sexual y secuestro.** Protección reforzada contra abusos cometidos por combatientes.

  Todos estos principios han sido violados en Gaza por el sistema imperial. El genocidio del pueblo palestino ha sido como el laboratorio, el abreboca, de esta nueva etapa de virulencia imperialista.

  Tengo que decirlo con mucha tristeza y con mucha rabia: la inocua respuesta de la comunidad internacional a ese genocidio creo que los ha alebrestado aún más; el no haber hecho casi nada —digo casi nada, porque los que sí intentamos hacer fuimos los pueblos solidarios—. Pero esas megaestructuras políticas mundiales no hicieron absolutamente nada que cambiara el curso de la

situación en Gaza, y todos lo sabemos aquí: la inmensa mayoría de los muertos en Gaza son niños y niñas.

- **Denegación de acceso humanitario.** Los Estados deben permitir el paso libre de socorro para niños y niñas.
- **Preservación de la unidad familiar.** En contextos de conflicto, el interés superior dicta que los niños y las niñas no deben ser separados de su familia.

  Lo que pasó con Maikelys, y con tantos otros niños y niñas, es lo que hoy está pasando, fronteras adentro, en los Estados Unidos con los migrantes de diferentes nacionalidades. Hace unos días se llevaron a un niño ecuatoriano a un centro de detención, y al nazifascista que dirige el Servicio de Inmigración y Control de Aduanas (ICE: *Immigration and Customs Enforcement*) la prensa le ha preguntado: «¿Pero usted está consciente de llevarse niños? ¿Le parece bien eso de encerrar niños, y decir que son un peligro para la seguridad?». La respuesta del tipo ha sido: «Si tengo que encerrar niños para garantizar la seguridad de los Estados Unidos, lo voy a hacer». El fascismo más ramplón.
- **Recuperación y reinserción social.** Se produce cuando, en el marco de la actividad, ellos pueden haber jugado el rol de victimarios.

  El ejemplo está representado en los niños que son captados por fuerzas, digamos, irregulares (grupos paramilitares); existen muchos conflictos en el mundo donde los niños son convertidos a la fuerza en combatientes. Lo hemos visto en

> África; lo hemos visto aquí mismo en Colombia, en el conflicto histórico que ha tenido nuestro país hermano. Pero, aun así, ¿qué dice el principio? Puede haber sido victimario, pero hay que entender que, esencialmente, un niño o una niña obligado a entrar en una guerra es una víctima. Por lo tanto, se requiere la asistencia psicológica, los programas de reintegración, evitar la revictimización, etcétera.

Este es el aporte, desde esta otra mirada del tema, que nos acerca a entender que hay unas premisas, unos principios que nos tienen que guiar. Nosotros no podemos caer en el juego y el chantaje del imperio decadente, y decir: «Bueno, ya no hay derecho internacional, entonces ahora todo se vale; por tanto, para nosotros también todo se vale». ¡No!: nosotros seguiremos actuando siempre con conciencia, con responsabilidad, con ética, en el marco, primero, de los principios que están en nuestra Constitución y nuestras leyes; de los valores que nos guían y nos identifican en la venezolanidad; y en el respeto al derecho internacional.

Seguiremos apostando, contra viento y marea, por el respeto a las reglas del juego que nos hemos puesto para que realmente vuelva a ser humana la humanidad.

LA ACEPTACIÓN DE LA EXPERIENCIA Y LA RECONSTRUCCIÓN DEL SÍ MISMO DEBILITADO DESDE LA PSICOTERAPIA GESTALT

Isis Ochoa[1]

Con el corazón arrugadito, voy a hacer esta intervención. Escuchar y ponerle voz a todo este horror. Esa es una de las fases más importantes: elaborar, verbalizar.

Desde hace algún tiempo, he venido hablando, en el ámbito de la política, de abordar nuestra realidad histórica desde nuestra dimensión existencial. Somos seres humanos, somos seres existentes; y es en el ámbito de la vida cotidiana donde se desarrolla la política y donde la política debe impactar de una forma nutritiva para que la vida crezca, se desarrolle.

Ese es el primer aporte que yo quiero dar en este espacio; porque, a veces, como sujetos políticos, nos desdibujamos de nuestra dimensión existencial y nos desaparecemos de nuestro ámbito de lo cotidiano. Pareciera que el proyecto histórico es etéreo, es abstracto: que está por allá, en otro

[1] Antropóloga. Actualmente, es presidenta de la Fundación Centro de Estudios sobre Crecimiento y Desarrollo de la Población Venezolana (Fundacredesa).

lugar…; que es de otra época: de hace 200 años, de los tiempos de Bolívar; que es para otra gente, la que andaba a caballo; que es otra épica.

Pero resulta que eso está *aquí* y *ahora* en nuestra dimensión existencial, en nuestro espectro y espacio de lo cotidiano. Eso es lo primero que yo quiero dejar claro acá, pues esta emboscada nos dio un golpe de realidad; ¡terrible! Y hay muchas maneras de reaccionar a ese golpe de realidad: la negación es una, la rabia es otra; se suspende el juicio: "¿Qué voy a hacer ahora?"; "¡No sé qué hacer!".

Hay una serie de fenómenos. Es decir: pasamos por etapas en una situación de impacto de esta naturaleza.

Manifestaciones y consecuencias a nivel psicológico de la violencia imperial en los individuos

Todos nosotros estamos ahorita atravesando el estrés crónico, que, dentro de seis meses, podría convertirse en trastorno de estrés postraumático.

Es un trastorno, porque es una serie de síntomas y de signos —no es una enfermedad— que se expresan en un momento determinado frente a una situación. ¿Cuáles son? Todos los que María Rosa Jiménez enumeraba del informe de un programa que dimos a luz. Fue un alumbramiento maravilloso. Puedo contarlo, entre mis hijos creativos, que es el programa de atención a la salud mental de jóvenes, que se llama Siempre Juntos, que se desarrolla desde la Gran Misión Venezuela Joven. Afortunadamente, se revirtió la decisión de no dar acompañamiento psicológico individual, y se está dando.

Sabemos que podemos acompañarnos en lo colectivo, pero también sabemos, con mucha claridad, que es importante el acompañamiento terapéutico individual. Porque somos seres humanos que nos encarnamos en colectivo, pero no podemos seguir desatendiendo nuestra dimensión individual, como seres existentes.

Conciencia de finitud

Nuestra dimensión existencial tiene tres pilares fundamentales que son los que determinan nuestro modo de ser en el mundo. Uno de ellos —que menciono en primer lugar—: la conciencia de la finitud. ¿Cómo estoy yo con esa conciencia? Somos seres finitos. La finitud no es la muerte nada más: la finitud la experimentamos todos los días.

A las personas que no podemos dormir es porque nos cuesta cerrar el día, nos cuesta despedirnos; y nos acostamos en la cama con el teléfono, y estamos pensando en las 500 000 cosas que hay que hacer mañana: no sabemos cerrar. Hay que saber cerrar. Eso en Gestalt se llama *hacer contacto y retirar:* metabolizar la gratificación o metabolizar la frustración. Logré o no logré los objetivos; pero cierro… y me voy en calma.

Nuestra conciencia de finitud está. Si leemos los gestos de todos los rostros, de todas las caras de los que están siguiéndonos, vemos que dijeron "sí, vamos a morir". Sabemos que somos seres finitos y somos vulnerables, y en un instante podemos morir. Los budistas dicen que venimos a esta existencia terrenal a construir la conciencia con la que nos vamos; y que, según esa conciencia, volvemos o no para acá.

¡Yo no soy experta, no soy experta!: somos aprendices de seres humanos…, estamos aprendiendo a ser personas. Quizás estos espacios de conmoción nos enseñan a vivir. Se llama *proyecto sentido*, *proyecto de vida*, que no es nada más el político, que no es nada más el histórico, que también es el existencial.

La madrugada del 3 de enero niños y niñas de nuestro país se preguntaron, con una angustia desgarradora: "¿Nos vamos a morir hoy, mamá?"; "¿Así es como nos vamos a morir?". Cuando uno los escucha, ahí, tiene que decir: ¿Yo estoy viviendo como quiero vivir, con mi hijo, con mi hija, desde la política? ¿Tengo el suficiente contacto, el suficiente espacio de realización? ¿Tengo un proyecto sentido con mi familia?, ¿o mi proyecto de vida solo es el de afuera, el político?

Las vivencias traumáticas nos sirven para plantearnos este tipo de preguntas —que están en elaboración ahora, muy subyacentes, por allá, en el fondo—, que todavía no afloran y no hacen figura. Pero ¿por qué digo esto? Porque estos espacios de conmoción nos permiten definir nuestro proyecto de vida, nuestro proyecto sentido, y eso es un ancla.

Cuando no hay seguridad, cuando hay incertidumbre, cuando no sabemos si mañana van a volver a bombardear lo que me arraiga…, lo que me hace estar presente —en el *aquí* y en el *ahora*— es mi proyecto sentido, mi proyecto de vida. Entonces, podemos reconfigurar esta huella de trauma de la conciencia de la finitud todos los días, reafirmando nuestro proyecto de vida, nuestra conciencia de vida.

Hay un autor que es muy famoso, que se los recomiendo. Se llama Viktor Frankl, en un libro que se llama *El hombre en busca de sentido*. Tiene mucho sentido leerlo en este momento, porque él escribió ese libro después de haber sido

sobreviviente de un campo de concentración. Toda su familia murió. Él perdió lo que más quería, y se sostuvo con vida en ese campo de concentración. Hizo un estudio acerca de por qué algunas personas sobrevivían y por qué otras no. Todos los días, en su cabeza, recreaba su rutina de vida: con lo que más amaba, su esposa, sus hijos, su carrera. Era médico psiquiatra. Después de las experiencias de la guerra y de los horrores de la Primera Guerra Mundial, aparecen los procesos terapéuticos grupales para que podamos sanar en colectivo. Experiencias como esta, expresadas en libros como *El hombre en busca de sentido*, permitieron que muchas personas que experimentaron la guerra salieran adelante.

Dimensión existencial del sujeto histórico del siglo XXI

A mí me gusta hablar, cuando nosotros estamos en estos encuentros, de cuál es la dimensión existencial de este sujeto histórico del siglo XXI.

Tenemos acá en la frente la etiqueta de *sobrevivientes*. Sobrevivimos a la primera pandemia del siglo XXI. ¿Quién estuvo hospitalizado aquí por la covid-19? ¿Quién vio partir familiares, amigos, compañeros de trabajo por la covid-19? ¡Hay un duelo por una pandemia! ¿Qué le pasa al cerebro de una sobreviviente? ¿Qué le pasa al cerebro de un sobreviviente? Hay una serie de síntomas que no se van a transformar de la noche a la mañana, que quedan como registro en la memoria somática, que es lo que decimos cuando el cuerpo habla: "Es que yo llego a ese lugar y me empieza a doler el estómago"; "Cuando yo veo a esa persona, me dan escalofríos". Es vivir con ese miedo en el cuerpo. Por eso es que ustedes ven que los perros ladran y se sacuden.

El efecto de un *shock* de cortisol dura nueve horas en el cerebro humano. ¡Imagínate una persona que está retraumatizándose cotidianamente! Eso es lo que les sucede a los pueblos, a las sociedades que están en guerra. Yo no digo todo esto para que nos conflictuemos y nos victimicemos, sino que esta es una nueva dimensión de nuestra existencia —como sujetos históricos—, que entra en nuestra realidad cotidiana.

En ese sentido, tenemos que evaluar de qué manera vamos a atenderla. ¿Cómo va a ser este nuevo modo de ser-en-el-mundo que tiene el miedo en el cuerpo —que tiene una amenaza; que tiene una etiqueta, que se llama *sobreviviente*— y que hace que un cerebro esté todo el tiempo en hipervigilancia, con la amígdala encendida, con desregulación emocional —porque se prenden, a la vez, el sistema simpático y parasimpático; y se empieza a sudar, porque las glándulas suprarrenales están bombeando cortisol en chorros, en banda—? ¿Cómo habito yo este nuevo cuerpo?

Hay gente a la que no le gusta esta autora que voy a mencionar: hay controversia, pero yo creo que hizo un aporte muy importante a esta mirada de la agresión bélica al cuerpo de las mujeres: *el cuerpo como territorio*. Se trata de Rita Laura Segato, que tiene un libro que se llama *La guerra contra las mujeres*. Cuando nosotras comenzamos a discutir cómo era la guerra asimétrica multidimensional, dijimos que es en el territorio de la mentalidad en donde se aplica. Ahora hablamos del cuerpo materno como territorio.

Cuando hablamos de los *cuidados*, ya no los podemos seguir tratando como unos temas *ad hoc*, porque lo que está amenazado es la vida, la existencia; ¿y cómo se habita esa dimensión desde lo público, desde la política? Bueno…, nombrando, acompañando, validando y diseñando las

estrategias con las que, ahora, vamos a abordar esa realidad. Todos coincidimos en que esas familias tienen que ser atendidas y acompañadas; por eso me imagino yo que estamos aquí.

No hay varitas mágicas, no hay medicina, no hay pastillas, no hay *tips*; pero sí podemos elaborar algunas cosas en colectivo.

Proceso psicoterapéutico Gestalt para los traumas de guerra

¿El cómo y el para qué? Esas son las dos preguntas existenciales de la psicoterapia Gestalt —que es la que yo hago—. ¿Cómo existo, y para qué? ¿Cómo es mi modo de ser en el mundo? ¿Cómo hago contacto con el otro? ¿Cómo hago contacto conmigo mismo? Para entresanar, ¿qué necesitamos? Acompañamiento. Muchas veces ese acompañamiento solo tiene que ser silencioso: sin dar consejos, sin hacer juicios, sin invalidar…, sin decir expresiones como estas: "¡No, no, pero no es para tanto"; "¡Mira, pero estamos vivos!"; "No, pero, ¡mira!, hay gente que murió…". Es decir: precisamos acompañamiento, presencia, calidez, ternura, humanidad…, escucha activa sobre qué es lo que me están diciendo.

Escuchar no solo con los oídos: escuchar con todo el cuerpo. ¿Cómo es mi vivencia de la cultura de la paz en mi existencia? Porque hay una amenaza bélica supra, pero ¿cómo es mi cultura, mi vida cotidiana? Aquella en la que yo sí puedo incidir, en la que yo sí puedo construir un pedacito de paz. ¿Cómo me hago cargo de lo que yo sí puedo? ¿Cómo me enfoco en lo que sí, y no en lo que no?... ¿Eso qué te permite? Bueno, esto sí lo puedo controlar yo.

En este espacio yo sí puedo hacer estas dos o tres acciones: suavemente pasarme cremita por el cuerpo para autorregular ese sistema nervioso en alerta, desregulado, con el sistema simpático y parasimpático prendiéndose y apagándose, a la vez; darme un bañito de agua caliente... Entonces, tener mucha conciencia de cómo yo habito mi cuerpo, mi ser y mi existencia. Qué cosas sí en este escenario de incertidumbre y de miedo, y qué no. ¿Qué sí?

En esta visión de la dimensión existencial del ser, hay cosas muy terribles. La experiencia es en cuerpo, en fantasía o en emoción. En cuerpo, cuando siento ese escalofrío; en fantasía, cuando tenemos las expectativas catastróficas y empezamos a elucubrar; en emoción, ¿qué siento?: tengo rabia, tengo miedo, tengo tristeza.

Por esa razón, debemos estar muy atentos todo el día. ¿Qué está sucediendo ahí? Porque nuestro cerebro busca vías para autorregularse y, en esas cosas, pasa el *sesgo de confirmación*, que se basa en buscar noticias que nos ayuden a prepararnos para la amenaza. "Estoy en peligro: vamos a ver qué va a pasar"; "Los gringos…"; y empieza la gente a buscar argumentos y elementos para confirmar que esa alerta va a ser real y se va a dar.

Todos lo hemos escuchado, todos hemos leído. Bueno, la higiene y el *detox* de noticias. Eso no significa que nos desconectemos, pero significa que sí tengamos una conciencia de nuestro cuidado y de lo que estamos metiéndole de información a ese cerebro que está activado, desregulado y en hipervigilancia. Eso es como que usted tiene gastritis, y se va a comer un perro caliente: ¡es la misma intoxicación! Así opera el sesgo de confirmación. Para, bueno, actuar una fantasía y estar, ahí, en esa rumiadura de pensamiento. Eso lo

puede explicar mejor un psicólogo: yo no soy psicóloga; yo les hablo desde la dimensión existencial.

Bueno, la intoxicación emocional, estamos con lo que se llama un *rapto amigdalino*: las emociones secuestran el cerebro; hay más ansiedad, hay más sensación de amenaza y hay muchísimo menos descanso. Eso, con el tiempo, pasa factura, y llega esa sensación de agotamiento. Nos corresponde tener rutinas para el sueño: apagar los celulares a cierta hora; tomar un baño caliente, un té; ponerte una cremita…; o sea, lo que sí está a mi alcance.

Secuestro o rapto amigdalino. El cerebro de todo lo que escucha en esta activación y en esta alerta, se queda con la parte que amenaza. ¿Por qué? Porque está en hipervigilancia. Entonces, tratemos de hacer algo que es lo más difícil que hay en la vida: poner límites. El trabajo de poner límites es tan difícil, porque lo primero que hay que hacer, cuando se decide poner límites, es ponernos límites a nosotros mismos. Hay que ponerles un límite también a estas cosas.

En este momento tan duro, no hay ni escucha, solo defensa: no se duda, no se matiza; hay una realidad inminente que es que estamos amenazados. Es decir: hay una activación corporal que se puede calmar, bueno, en cinco minutos, ahí rapidito, donde estemos, en el baño, en esta silla, tomando conciencia acerca de cómo estoy apretando la mandíbula, cómo tengo los hombros hacia arriba, cómo estoy desarraigado del piso; poner los pies en el piso, tomar una respiración muy profunda. Son cositas muy pequeñitas que nos pueden permitir estar aquí presentes en el *aquí* y el *ahora*, y no estar en guardia. Eso es muy importante. Parte del trauma complejo que puede suceder luego de todas estas experiencias, después del trastorno postraumático, del estrés

crónico, es sentir que no está bien ser la persona que eres, y que no tienes seguridad ni física ni emocional.

La autoprotección activa en la cristalización de las relaciones sociales

La otra dimensión del humano es el *triángulo parental*, la pertenencia a la familia. Una amiga mía está haciendo su tesis de grado; se llama el *triángulo roto*. El 3 de enero se rompió el triángulo parental, producto del secuestro del presidente Nicolás Maduro y de la primera combatiente, Cilia Flores, por parte del Gobierno de los Estados Unidos.

¿Cómo suceden estas cosas? Hay un trabajo también emocional, existencial. Yo me acuerdo una vez que estábamos en un encuentro con el comandante Chávez y estábamos con la Misión Madres del Barrio, y las mujeres le decían: "Chávez, tú eres mi esposo"; "Chávez, tú eres mi papá". Toda esa dimensión de la proyección del cuidado también está vulnerada en este momento.

¿Cómo se resuelve esta situación? Autoprotección activa. Esto no me hace bien…; ¡hasta aquí! El cerebro lo podemos calmar cuando hay límites, cuando hay previsibilidad, rutinas, estructura, hábitos.

Reconfiguración de la huella del trauma para acciones terapéuticas

Hay madres que, con toda la razón del mundo, no llevaron a clases a sus hijos. ¿La razón? Sus hijos están en escuelas ubicadas en zonas que fueron atacadas. La Carlota, por ejemplo.

Bueno, ¿cómo se crea una rutina? ¿Cómo se crea una estructura? ¿Cómo hay un programa que valide, en línea, la formación? ¿Cómo logramos unas aulas virtuales emergentes que permitan que esas niñas y esos niños —que tampoco quieren ir a su lugar porque se sienten amenazados— puedan mantener su rutina y puedan estructurarse?

Muchas de las personas que hemos vivido trauma logramos estructurarnos desde la paternidad. Ese ha sido nuestro núcleo de reconfiguración de la huella del trauma. ¡Ese es un proceso histórico y un fenómeno sociológico muy importante acá! Ahí también está esa vulneración muy latente. Hay experiencias históricas. Lo primero que hizo Cuba cuando creó la Federación Cubana de Mujeres fue crear los círculos infantiles, para que las mujeres se encontraran y se ayudaran a criar a los hijos, para que las mujeres que eran trabajadoras sexuales pudieran tener a alguien que les cuidara a sus hijos y, así, pudieran empezar a trabajar la labor productiva de la patria, que estaba creándose con la Revolución.

Yo creo que nuestro movimiento de mujeres, por ejemplo, en lugar de ser solamente militantes activas, tiene que convertirse en círculos de mujeres para escucharse, para dar estos testimonios, para elaborar, para criar en conjunto y crear una estructura.

Hablarnos como adultas seguras, activa el nervio vago y baja el cortisol: "Estoy aquí. Estoy a salvo, estoy creciendo".

¿Qué está pasando con nuestras generaciones? Yo no sé si ustedes lo viven de esa forma. Está el muchachito: "Mamá". "Sí, ¡ajá!" —respondemos mientras lavamos los platos o en tanto estamos con el celular—. O "Mamá, qué tal cosa"; y uno viendo para otro lado. ¡Estamos perdiendo el contacto visual!

Nosotros somos primates, homínidos, mamíferos, que tenemos nuestro sistema biológico de autorregulación determinado por el sistema vasovagal, el nervio vago. ¿Qué es eso? La traducción. Los niños leemos la cara de nuestros padres cuando nos hablan; y, con esa lectura —que es como un escáner automático—, sabemos si está bien o está mal el entorno a partir de lo que el jefe de la manada me esté transmitiendo como información.

Nuestros cachorros humanos necesitan regularse mirándonos a los ojos, teniendo contacto visual y teniendo contacto físico. Abrazar, tocar, darse la mano y mirarse a los ojos salvan. Así que hay muchas cosas que podemos hacer en medio de este escenario.

EL VÍNCULO AMOROSO COMO ESCUDO ANTE LA GUERRA Y LA DESHUMANIZACIÓN

PERSPECTIVAS DE UNA REPARACIÓN COMUNITARIA FRENTE AL TRAUMA PSICOSOCIAL

Ovilia Suárez Faillace[1]

Lo primero que debo decir es que los psicólogos y las psicólogas no tenemos varitas mágicas ni para enfrentar los momentos de dificultad ni para preparar el espíritu para salir adelante. No debe perderse de vista, en ningún momento, que curar/sanar las heridas psicosociales es necesariamente un resultado de la combinación de condicionamientos históricos, voluntades políticas y vínculos comunitarios.

El vínculo es el tema en el que pondré el foco a continuación.

El vínculo es la necesidad primaria: es la necesidad psíquica fundamental, la necesidad que hace que existamos. Para poder tener un bebé, en el mejor de los casos, tiene que haber un vínculo entre dos personas —ya sea de la forma

[1] Psicóloga clínica, con maestría en Psicología del Desarrollo Humano (Universidad Central de Venezuela). Investigadora en el Colectivo de Psicólogos y Psicólogas por el Socialismo. Correo electrónico: ovisuarez@gmail.com.

tradicional, que es un vínculo amoroso; desde la fórmula científica, que es todo el esfuerzo que hace la ciencia y la tecnología para concretar ese deseo en esa unión—; también hay vínculos que son «malucos», de los que no voy a hablar hoy, pero que también pueden originar un embarazo o un bebé. Es decir: cuando estamos en el vientre materno, que somos una pequeña célula, ya, de alguna manera, estamos ahí por vínculos. En síntesis: el ser humano se vincula desde el momento en el cual es concebido; la primera forma de relacionarse es en el útero.

Nuestro primer contacto con esa mamá es a través de ese vínculo —no por la satisfacción de necesidades fisiológicas, sino por la comunicación y la implicación del vínculo—. Esto es: escuchamos desde el vientre y sabemos que hay un otro, que hay una cosa *afuera*, y estamos ahí protegidos.

Acurrucarnos es ir metafóricamente al vientre materno, donde está la primera vinculación con el otro, que es lo que nos hace seres humanos: es como una posición fetal.

La primera necesidad humana

Para la psicología humanista, para la psicología social, hay necesidades de condición humana: la primera necesidad es el vínculo.

El vínculo más importante, realmente, es el amor. El amor es lo que, de verdad verdad, hace que nosotros podamos vincularnos de una manera buena, positiva, integral. Eso implica el desarrollo de cada uno, el respeto al otro, el estímulo al otro, el desarrollo pleno del otro.

Carácter de los vínculos relacionales

Los vínculos familiares tienen que ver con el cuidado, el cuidado hacia el otro. No solamente hablo del vínculo materno, yo hablo del vínculo hacia el otro: hacia tu pareja, hacia tu hermano, hacia tu compañero de trabajo, hacia el pueblo. Esto lo señalo porque nosotros nos vinculamos como venezolanas y venezolanos, y con un Estado de una manera muy particular, que tiene que ver no solo con cómo nos relacionamos, sino también con cómo nos identificamos.

Por eso Bolívar es el padre. Por eso Venezuela es la *matria*. Porque ahí tenemos vínculos y tenemos identidades, tenemos pertenencias. A la matria debemos cuidarla: debemos ser responsables con ella. Esto significa cubrir las necesidades del otro y tener respeto por el otro, o sea, aceptar cómo es al otro. Eso de querer de forma condicionada a lo que tú eres no es el verdadero amor, pero aquí no me voy a extender en este punto.

Otra de las cosas que define el vínculo familiar tiene que ver con conocer más allá de la superficie, esto es, conocer, de verdad, cómo es el otro. En el encuentro con el otro, hay un vínculo bonito con el que construimos juntos.

El vínculo es la mejor herramienta para superar el aislamiento —ese que vivimos con la pandemia de covid-19, que nos dolió tantísimo, justamente porque nos aislamos; queríamos volvernos a encontrar físicamente con el otro—. Es el vínculo lo que nos rompe el aislamiento, lo que permite superar la angustia de la separación.

Cuando el niño está diciendo «no te vayas», lo que está diciendo es ‘no me quiero quedar solo’; lo que está diciendo es esto: ‘tengo miedo de que te pase algo a ti’ o ‘tengo miedo de que me pase algo a mí’. Ahí está otra vez esa necesidad

de vincularnos: esa unión con otro ser humano; la respuesta frente a la pérdida del vínculo es la angustia.

Necesitamos muchos vínculos fraternos en el transcurso de la vida, porque el vínculo fraternal está lleno de solidaridad, de empatía, de amor al prójimo. En esas vinculaciones, nosotros nos hacemos familia, nos hacemos comunidad.

La familia, entonces, comienza a ser, en la mayoría de los casos —afortunadamente—, el primer escudo de protección. La familia es aquello donde el niño consigue las fortalezas para vencer todas las dificultades y adversidades. Los niños que tienen trauma complejo —que son niños que están sometidos a situaciones muy difíciles— pueden tener muchas situaciones adversas; sin embargo, si tienen una o dos fortalezas familiares, pueden salir adelante con mayor facilidad.

Es la fortaleza familiar aquello que nos permite a nosotros enfrentarnos, que nos permite sentir que podemos y que, además, tenemos a alguien que nos va a acompañar en ese camino, que es el camino de la vida. La vida se trata de eso: de vencer dificultades, de enfrentar adversidades; de poder decir «conozco mis emociones, mis pensamientos, lo que yo hago. Además, me van a querer con todo esto y vamos a seguir adelante». ¡Sí! Es la familia el primer escudo en la mayoría de los casos.

A veces, la familia puede ser hostil y eso va a depender de muchos… muchos y diversos factores. Primero, esta situación obedece a nuestra estructura personal, familiar, a lo que nosotros somos y a nuestra historia. No hay manuales de familia. Siempre hablamos de las familias, porque ¡hay una gran diversidad de familias!: hay familias monoparentales; hay familias con algunos de los padres ausentes; hay familias

cuyos abuelos recibieron el rol paterno; hay familias de tíos; hay familias que tienen dos mamás, dos papás. Esas familias siempre… siempre van a tener una plataforma, una base de protección. Es una base de protección para nosotros, para los niños, para las niñas y para todos nosotros que somos hijos de familia, padres de familia, madres de familia. Dicho de otro modo: somos el refugio del otro. ¡Nuestra primera comunidad es la familia!

Cuando hablo de familia, estoy hablando de todo; por supuesto, allí hay niñas y niños, que es verdad que son los más vulnerables; pero quiero decir que también son quienes tienen más resistencia: son más resistentes. Son los que tienen mayor capacidad de adaptación y son los que tienen la mayor plasticidad. Por eso, la epigenética: podemos hasta cambiar algunas condiciones genéticamente determinadas, porque los niños y las niñas son lo suficientemente fuertes para poder transformar su propio desarrollo y su propia historia de vida—. Al niño hay que mirarlo desde lo que es. No es un adulto chiquito, no es un pobrecito que está empezando: es un niño, una niña. Es un ser humano en desarrollo, con todas las capacidades para transformar su propio destino.

También están los abuelos. Yo quiero hacer hincapié en esto, porque los abuelos a veces no entienden lo que pasó. El 3 de enero de 2026, muchos abuelos y muchas abuelas no entendían qué acontecía —ni entienden aún qué sucedió, o no lo saben—. Además, tenían un estado muchas veces de mayor indefensión que los propios niños.

En la familia también encontramos niños, niñas y adultos o personas con discapacidad. Una de las cosas que más me impactó fue el testimonio de José Alejandro Delgado, un cantautor venezolano muy querido. El hijo menor de José Alejandro tiene un autismo severo. Si lo buscan a él,

José Alejandro Delgado, en Instagram, él hizo una cosa espectacular, que se llama «¿Daños colaterales?». Lo que él hizo fue cantar un canto que llega a la médula y que pone las fotografías de diciembre con el arbolito, con la Navidad, con la felicidad, con la compañía, con la unión familiar, y luego… el terror del bombardeo. Él vive en Fuerte Tiuna, donde hubo la mayor afectación de las armas de guerra que usó Estados Unidos contra el pueblo venezolano. En Fuerte Tiuna viven 13 105 personas. En ese espacio residencial comunitario, fueron impactadas 463 viviendas, 463 hogares.

¿Y por qué fue tan duro? Porque esto es un trauma de lo que llaman *trauma bélico tipo 1*, que es un impacto sorpresivo, desigual. ¿Por qué fue casi a las dos de la mañana? ¡Fíjense ustedes lo que significa la guerra cognitiva! Dos de la mañana, hora de descanso: sistema parasimpático, cero cortisol…, melatonina activada, tranquilidad (según las neurociencias). Estaban en su hogar, y el hogar es el refugio, es la zona de protección, de unión, de relajación. ¡Dos de la mañana!: el 99,99 % estaba durmiendo; y te despiertas sobresaltado con una alerta extraordinaria.

¿Cuál es la respuesta de un ser humano frente a eso? La respuesta normal, ¡ojo! El mecanismo de defensa para mantenernos vivos, ¿cuál es? Aumento de ritmo cardíaco, sudoración, temblores, desorientación, terror, angustia, ansiedad.

El 80 % de las personas que viven cerca de donde ocurre un ataque o una agresión de esa magnitud tiene episodios de miedo intenso, de terror, crisis de pánico. La tercera parte —esto es más lamentable— tiene manifestaciones emocionales y cognitivas que están escritas y definidas —no por ninguno de nosotros: eso está hecho históricamente—. Si las buscamos en la literatura, ahí están.

Las familias como representación psíquica de la sociedad

La familia es la representación psíquica de la sociedad. Entonces, nosotros a las 2 de la mañana del 3 de enero, lo que tuvimos en nuestras familias está representado, de alguna manera, también en lo que vivía la sociedad caraqueña, en las familias del estado Miranda y en lo que vivieron las familias venezolanas en general. Tiene que ver con un impacto importante; por eso hablamos de trauma. *Trauma* es un evento que supera nuestras capacidades, destrezas, habilidades y formas de afrontamiento.

Hay distintos tipos de trauma, y distintas formas de afrontarlo. Hay trauma agudo, crónico, primario, complejo, secundario y vicario. La teoría del trauma señala nuevas formas de entender las reacciones humanas frente a estos. Cada tipo tendrá formas de manifestación diversas y diferentes maneras de abordarlo. También se han estudiado las implicaciones a corto, mediano y largo plazo. Muchos de esos eventos serán traumáticos en la medida en que la persona y su comunidad lo traten o lo elaboren.

Ese trauma puede ser primario. En relación con lo que vivimos el 3 de enero, como fue a las 2 de la mañana, todas las personas cercanas a la agresión y todos los que empezamos a escuchar el sonido de los aviones, los celulares vueltos locos y todas las noticias sentimos un un *shock* agudo. No es un *shock* crónico, porque, gracias a Dios, no estamos en Gaza: en Gaza hay un *shock* crónico, porque permanentemente hay el bombardeo sionista. Nosotros —todas y todos, incluyendo a las niñas y a los niños— pasamos a un estrés agudo. El *estrés postraumático* es si mantenemos ese tipo de emociones con la misma intensidad, después de un largo tiempo, o si esas emociones nos incapacitan para hacer nuestras rutinas. Ahí

estaríamos hablando, después del mes, de la necesidad de buscar ayuda.

Al estar frente a un *trauma psicosocial*, tenemos la necesidad de soluciones colectivas. Lo colectivo crea, desarrolla y potencia lo que el individuo aislado no puede necesariamente alcanzar por sí solo, y desde allí podemos penetrar en la comprensión de lo singular.

Alteraciones psicosociales ante un peligro de muerte

Los ataques tuvieron un impacto colectivo, nacional y comunitario: no es solo una suma de traumas individuales. En las comunidades afectadas directamente, el impacto también incluye no solo la afectación de infraestructura, sino la destrucción de vínculos comunitarios y redes de apoyo, lo que genera desconfianza y polarización en la comunidad.

El trauma psicosocial transforma las rutinas, roles y dinámicas; y obliga, a menudo, a la familia a un «modo supervivencia», que dificulta el cuidado adecuado de sus miembros, especialmente de niños, niñas y adolescentes —no solo en la primera etapa—.

El trauma psicosocial como deshumanización

El trauma es una herida y esa herida la tenemos todas y todos, en diferentes intensidades. Yo quiero decir que una de las cosas importantes es que el venezolano y la venezolana tenemos una identidad, tenemos una forma de ser… una idiosincrasia tan particular que nuestra familia también es nuestro lugar, nuestra comunidad.

Nuestra familia grande identifica quiénes estamos, con quiénes estamos y quiénes somos iguales, quiénes compartimos, quiénes nos ayudamos, con quién podemos tener afinidades; es decir: quiénes somos como gran comunidad, gran familia. Por eso, cuando atacan a las dos de la mañana, sorpresivamente —porque no había una declaración formal de guerra, y eso es parte de lo que es la guerra cognitiva; es decir: si hay una declaración de guerra, nos preparamos porque nos van a bombardear. Entonces sacamos a la población civil de los lugares más sensibles, ¿verdad? Pero no había declaración de guerra, y aun así nos bombardearon—. Eso tiene la intención de romper los vínculos y, por lo tanto, un objetivo fundamental: la deshumanización. En situaciones como estas, comenzamos a deshumanizarnos y a normalizar la violencia, y a normalizar ese objetivo: el de la destrucción…: «No estoy preocupada porque nos puedan bombardear, porque, bueno, ya se llevaron a Nicolás, ¡qué bueno!». Yo he oído eso. O al revés: «¡Ojalá que haya una segunda ola, y ya!». Yo lo he oído, compañeras y compañeros. En otras palabras: se ha normalizado el horror de la violencia imperial en el país.

El trauma psicosocial, familiar, es una experiencia negativa, a menudo sorpresiva, que desborda la capacidad de afrontamiento de todo el sistema familiar, alterando su trayectoria, rutinas y generando un entorno de dolor. Afecta a todos los miembros, y provoca síntomas como ansiedad, desconfianza y conductas defensivas. No quiero hablar de aspectos de la salud mental bajo el paradigma de síntomas o patologías donde pueden aparecer reacciones como ansiedad, depresión, problemas de sueño, hipervigilancia, desconexión emocional (disociación) y dificultades en las relaciones; prefiero hablar de los vínculos y de aspectos de protección.

En estos contextos, se dice que hay una deshumanización[2], una herida, un golpe a través de la guerra. La deshumanización ocurre cuando nos desvinculamos y nos sentimos solos. Hay estudios científicos muy serios que dicen qué hace la soledad. Las personas que viven mucho tiempo, sin demencia, y que viven en buenas condiciones son personas que nunca han estado aisladas: siempre están con buenos amigos y con buenos vínculos familiares. Entonces, los niños, las niñas y los adolescentes han sufrido desde la incomprensión, pero también desde el gran miedo no solo de vivir lo que vivieron, sino de ver a los seres que los protegen muy asustados.

Eso hay que manejarlo. No hay manual de funcionamiento de cómo vamos a reaccionar frente a una agresión. Pero sí sabemos que el trauma es trauma si y solo si lo manejamos de una manera traumática. En medio de la desprotección, la indefensión y de episodios de miedo intenso, la respuesta de supervivencia aparece siempre condicionada por la estructura interna de cada persona. No hay reglas ni generalidades: dependerá de cada uno/a y de la forma de relacionarnos con los otros; es decir: del vínculo familiar.

Tenemos que saber qué aprendimos, cómo lo vivimos y empezar a trabajar nuestras emociones para regularnos, para reparar el daño y para resignificarlo.

Una de las estrategias es el dibujo con la resignificación de lo que se vivió. Es una de las maneras en que el ser humano re-elabora este tipo de experiencias. El niño, la niña

---

[2] La literatura indica que el proceso de deshumanización comprende el empobrecimiento de cuatro importantes capacidades del ser humano: a) su capacidad de pensar lúcidamente; b) su capacidad de comunicarse con veracidad; c) su sensibilidad frente al sufrimiento ajeno; d) su esperanza.

y el adolescente deben jugar, hablar, escribir, dramatizar, pintar, modelar y moldear en arcilla lo que sienten. Es decir: deben exteriorizar eso que tienen dentro. Tenemos dibujos que dan cuenta del miedo, de la rabia, del susto. Esos dibujos expresan cómo ves lo que te afecta. Cuando tú trabajas en el dibujo, el miedo pasa o baja.

Esta experiencia también debemos vivirla nosotros, los adultos; porque la manera en que el niño o la niña ve la realidad es como el adulto la lee. Si la vemos de una manera catastrófica, pues entonces también podría ser catastrófica para ellos y ellas. Si la vemos como una situación compleja, dura, adversa, pero que vamos a salir adelante, se va a ver de esa manera, y sería mucho más fácil, con todas las contradicciones, las disposiciones singulares y los condicionantes estructurales.

Entreayudarnos como un proceso intersubjetivo determinante para la recuperación y la construcción de esperanza

Antes de finalizar, quiero decir que este pueblo es uno de los pueblos más resistentes que uno puede conocer en la historia.

El asunto es que nos olvidamos. Está superado ya, pero les recuerdo los años 2018, 2019, cuando no teníamos nada para cocinar. ¿Y qué hicimos? *Inventamos o erramos*; y así fue: inventamos. Yo comí torta de chocolate que era de caraotas —¡exquisitas!—, y las panquecas de pasta. Así… mil cosas. De esa, salimos adelante. ¡Aquí estamos, estamos aquí!

¿Cómo lo logramos? Nos *entreayudamos* —como decía Simón Rodríguez—. Así ha sido. Este pueblo ha pasado por tantas cosas: a ver…, en 2019, nos apagaron la luz. Bajaron el suiche: pensaban que nosotros nos íbamos a volver locos,

nos íbamos a matar. La polarización era tan grande que nos íbamos a matar con los vecinos. ¿Y qué fue lo que hicimos? Hicimos sancochos comunales, jugamos dominó, incluso con los vecinos con los que no habíamos hablado hacía años.

Las mujeres organizaron a los barrios, como pasó en San Agustín. ¡Fue una experiencia bellísima! Las mujeres organizaron a los motoristas para que buscaran el agua, y las subieron hasta todas las casas. O sea, ¿qué hicimos nosotros frente a una gran dificultad y una gran adversidad? Nos unimos, inventamos, y salimos adelante.

En esta ocasión, la situación es dura… durísima. Es la más dura en la historia de nuestra República desde la independencia para acá, desde hace 200 años. Tenemos una amenaza allí. Siempre decimos: «¡Ajá!, entraron unos malandros a la casa y se llevaron a mamá y a papá, y dejaron un tanque apuntándonos en la esquina». Eso pasó. Eso está pasando. Y nosotros seguimos trabajando, limpiando la casa, ordenando. Los niños van a la escuela; nosotros, al trabajo. Además, negociamos desde la diplomacia de paz con los tipos que se llevaron a *mi mamá* y *a mi papá*. Pero no podemos olvidar que esas son las condiciones. No podemos olvidarlas; pero tenemos que echar para adelante y decirles a nuestros hijos e hijas —con nuestra conducta, con nuestra actitud y con nuestra acción— que nosotros vamos a salir de esto, como hemos salido muchas veces.

Cuando nuestras familias, de alguna manera, tienen mayores dificultades, nosotros nos entreayudamos, porque una de las cosas que ha hecho la Revolución Bolivariana es tocar algunas necesidades humanas con la organización popular. Nos vinculamos desde el amor. Nos sacamos la identidad de los padres y las madres de la patria. Tenemos un sentido de pertenencia extraordinario. Tenemos arraigo y

tenemos la claridad de la trascendencia. ¡Nosotros estamos haciendo historia!

Yo no quiero quedar con eso de lo que sentimos el día 3. Yo quiero que ustedes piensen, en una palabra, cómo es el futuro. ¡Eso es lo que para nosotros es vital! Porque podemos estar golpeados, pero siempre debemos fomentar la esperanza y la resistencia para salir de cualquier trauma, con la fortaleza de la familia.

Díganme qué sienten si digo *futuro*. Yo pienso en la esperanza… ¿Qué más? «Victoria, prosperidad, ¡unidad!…, vivir bien, comunidad». ¿Lo ven? En el morralito, la tristeza, la impotencia, la frustración…; pero en los pies y en la mirada todo lo que acabamos de decir.

PROCESOS REFLEXIVO-CRÍTICOS CLAVES EN LA DEFENSA DE LA PATRIA

Alfonso Campos[1]

En un momento histórico tan complejo como el que estamos viviendo, realmente álgido, resulta de alta sensibilidad estudiar el impacto de la guerra y de la violencia imperiales en la salud mental y en el desarrollo emocional de los niños, de las niñas y adolescentes.

Siempre hemos pensado que cuando los intereses de la ideología política, cuando los intereses de mi proyecto político, cuando mis intereses partidistas están por sobre los intereses de la república, hay algo que no está bien. A veces, es difícil abordar el tema por la diversidad de ideas y posturas. Pero, como diputado de oposición y como militar retirado (soy ingeniero en armamento y soy especialista en bombas, misiles y cohetes de aviación; amo la historia) y habiendo ejercido la función de pastor (soy cristiano) y como nacionalista, estoy convencido de que, en contextos

[1] Militar retirado y político venezolano del partido de oposición Alianza Democrática. Actualmente, es diputado y vicepresidente de la Comisión Permanente de las Familias y de la Libertad de Religión y de Cultos de la Asamblea Nacional. Correo electrónico: alfonsocampos175@gmail.com.

como este, tenemos la responsabilidad de pensar en el interés superior de nuestra república.

El fenómeno de la agresión continuada y su interpretación

El ataque militar de EE. UU. contra Venezuela —para mí— constituye una agresión sin precedentes. Es la primera capital latinoamericana que ha sido bombardeada y que ha sido agredida de esta manera. De hecho, la agresión no solo fue un día, el 3 de enero de 2026: sabemos que es una agresión continuada. Que, al otro día, me digan «¡cuidado!, porque puede haber una segunda oleada»; eso es una agresión continuada… y creo que sigue. Solo que, ahora, el arma está disfrazada de «diplomacia», de supuesto entendimiento; pero sigue una bota allí asomándose.

Como diputado de oposición, yo hago un llamado: en momentos de conflicto y en momentos de convulsión interior como el que estamos viendo —y estamos abordando—, creo que lo más sensible es el impacto hacia los niños, niñas y adolescentes, concebidos como el interés superior de la república; pero hay otras afectaciones que son globales y generales, que también debemos atender.

La unidad nacional como principio para hacer frente a la agresión externa

En una situación de conflicto como la que vivimos, aunque el presidente o la presidenta de la república sea de una posición política contraria a la que yo defiendo y por la que yo lucho, a partir del momento de la agresión militar, esa persona pasa

a ser mi presidente. Pasa a ser el entendido; porque aquí ya no es una pelea o discusión fraterna. Las diferencias en las familias se resuelven a lo interno: uno no permite que un extraño venga a atacar a la familia. Así es como sucede en las familias, entre hermanos que tienen alguna diferencia; o con el vecino magallanero que tiene diferencias conmigo porque soy caraquista. Ya no es eso: es un tercero, que nada tiene que ver con querer señalar a mi hermano magallanero. Yo digo: «Bueno, yo soy caraquista, pero tú no puedes venir aquí con otro equipo de béisbol —por decir uno al azar: Yankees de Nueva York— a querer señalar al magallanero». Eso no es problema tuyo. Las diferencias que tengo yo con el magallanero las soluciono yo con el magallanero, y él conmigo. Vete tú a tus «grandes ligas», y déjanos a nosotros aquí con nuestra Liga Venezolana de Béisbol Profesional. Es así de sencillo.

A partir del momento de la emboscada militar a nuestro país, apoyamos las decisiones que está tomando la presidenta encargada de la república; apoyamos las iniciativas que está tomando el Gobierno de la República Bolivariana de Venezuela —que es el de turno, que es el constitucional—, y seguimos manteniendo las diferencias, pero unidos en un solo propósito: el bienestar del pueblo venezolano, más aún de los niños, niñas y adolescentes de la república.

La patria como verdad histórica, identidad y horizonte

Quiero cerrar con un versículo de la Biblia. Está en Gálatas 6:2: «Sobrellevad los unos las cargas de los otros, y cumplid así la ley de Cristo». Esa ley de Cristo: la ley del amor. Incluso, la Palabra de Dios llama a amar

a tu enemigo…, a tu enemigo conocido. Entonces, no hay diferencias. A partir del bombardeo de los EE. UU., de ese momento, no hay diferencias en lo que se refiere a la defensa de la patria.

Este no es un foro para la Revolución Bolivariana: este es un foro para los venezolanos, para que entendamos que no hay distinción de posición política cuando la agresión es externa. ¡No la hay!

Terror y alteraciones colectivos

Cuando yo tenía 20 años, hice un curso de operaciones especiales, como militar, y los instructores que teníamos, que eran de la Guardia Nacional de ese momento —hablo de años 92, 93—, nos despertaban, de madrugada, con detonaciones de explosivos. Era parte del entrenamiento. La manera como uno reaccionaba, a las 2, 3 de la mañana, era difícil: te despertaba la detonación cerca; sentías la onda electromagnética, luego la onda mecánica, después la onda expansiva…, el zumbido en el oído. Pero lo tremendo no era eso: era lo que venía después. Ya uno al otro día estaba esperando la detonación, y hasta el cuarto día… y así fueron casi 21 días, en los cuales, cuando no había la detonación, el trauma parecía mayor, porque te ponían en una alerta de que había un «de repente»; y siempre estábamos en la incertidumbre de que llegaran de repente; y cuento esta anécdota porque seis meses después todavía me despertaba sobresaltado, suponiendo que había una detonación para despertarme. Ya era un entrenamiento.

Imagínense, entonces, cuánto más debe vivir un niño, una niña, un adolescente —e incluso los adultos que no son

militares— solo de imaginar que pueda haber otro ataque imperial «de repente».

Consideraciones para una reparación colectiva

Aquí seguimos. Nos sumamos a las gestiones de carácter diplomático, de política exterior, para esclarecer lo sucedido y que ciertamente regresen al presidente constitucional de la República Bolivariana de Venezuela, Nicolás Maduro. Sabemos que Venezuela siempre saldrá adelante, sea cual sea la situación secundaria o coyuntural que nos retenga.

ÍNDICE

PRESENTACIÓN **11**

COMPRENSIÓN DE LA DIMENSIÓN POLÍTICO-COMUNITARIA DE ENTRESANARNOS TRAS EL TRAUMA PSICOSOCIAL DE LA AGRESIÓN MILITAR ESTADOUNIDENSE DEL 3E
Jorge Arreaza Montserrat

Componente político del trauma 14
Las vibraciones de la maldad 15
El dolor de la pérdida y las huellas de una agresión en curso 16
Lecturas del trauma psicosocial y el desafío de entresanarnos 18

TRAUMA PSICOSOCIAL Y EL DESAFÍO DE ENTRESANARNOS **23**

«¡NOS ESTÁN BOMBARDEANDO!» VIVENCIAS EMOCIONALES DE LA INFANCIA VENEZOLANA A LA SOMBRA DE LA AGRESIÓN MILITAR IMPERIAL 25
María Rosa Jiménez

Las familias como núcleo de afecto y protección 26
Las familias venezolanas y la estrategia imperial de fragmentación y caos 28
La bomba psicológica como estrategia de borramiento y de fuga de afectos 30
El contacto y las primeras entrevistas 30
El miedo y la conciencia expandida de niños y niñas en una situación de bombardeo 32
El ataque a los vínculos para construir desesperanza 33
La dinámica de la resistencia 34

SÍMBOLOS, SIGNIFICADOS Y APRENDIZAJES DE UNA AGRESIÓN HISTÓRICA 37
Alfredo Ruiz

Los niños y las niñas como blanco de la guerra y la violencia imperiales 39
La suma de todas las maldades 42
Psicología de la resistencia en situaciones de amenaza imperial 43

EL INTERÉS SUPERIOR DE LA INFANCIA Y LA PROTECCIÓN FAMILIAR ANTE CUALQUIER AGRESIÓN IMPERIALISTA 45
Pablo Fernández

Los vulnerables entre los vulnerables 48
Impacto de un ataque armado en la salud mental de la niñez venezolana 49
Significación del principio del interés superior de la infancia 54
Acciones para la protección de niños, niñas y adolescentes en escenarios de guerra, agresión militar o conflictos armados 55

LA ACEPTACIÓN DE LA EXPERIENCIA Y LA RECONSTRUCCIÓN DEL SÍ MISMO DEBILITADO DESDE LA PSICOTERAPIA GESTALT 61
Isis Ochoa

Manifestaciones y consecuencias a nivel psicológico de la violencia imperial en los individuos 62
Conciencia de finitud 63
Dimensión existencial del sujeto histórico del siglo XXI 65
Proceso psicoterapéutico Gestalt para los traumas de guerra 67
La autoprotección activa en la cristalización de las relaciones sociales 70

Reconfiguración de la huella del trauma para acciones terapéuticas 70

EL VÍNCULO AMOROSO COMO ESCUDO ANTE LA GUERRA Y LA DESHUMANIZACIÓN PERSPECTIVAS DE UNA REPARACIÓN COMUNITARIA FRENTE AL TRAUMA PSICOSOCIAL 73
Ovilia Suárez Faillace

La primera necesidad humana 74
Carácter de los vínculos relacionales 75
Las familias como representación psíquica de la sociedad 79
Alteraciones psicosociales ante un peligro de muerte 80
El trauma psicosocial como deshumanización 80
Entreayudarnos como un proceso intersubjetivo determinante para la recuperación y la construcción de esperanza 83

PROCESOS REFLEXIVO-CRÍTICOS CLAVES EN LA DEFENSA DE LA PATRIA 87
Alfonso Campos

El fenómeno de la agresión continuada y su interpretación 88
La unidad nacional como principio para hacer frente a la agresión externa 88
La patria como verdad histórica, identidad y horizonte 89
Terror y alteraciones colectivos 90
Consideraciones para una reparación colectiva 91

Trauma psicosocial y el desafío de entresanarnos
El camino de la reconstrucción del tejido comunitario en Venezuela luego de la agresión imperial del 3E
se imprimió en abril de 2026
en los talleres de la Fundación Imprenta de la Cultura,
Guatire, estado Miranda, Venezuela.
Son 1000 ejemplares

El ataque bélico estadounidense del 3 de enero de 2026 contra nuestro país fue un laboratorio de conquista donde se probaron viejas, renovadas y nuevas formas de dominación, de una voluntad de poder que, para ser, necesita someter, borrar y/o aniquilar.

Esta «operación» imperial ha producido hondos impactos en las psiquis de las familias venezolanas (nuestra primera comunidad) —especialmente en las infancias y en los adultos mayores—, que van más allá de la afectación visible y de las manifestaciones singulares.

En este contexto de aristas tan hirientes, entresanarnos exige identificar de qué manera la barbarie imperial afecta a todos los miembros del tejido comunitario, pero, de manera diferenciada, a los más vulnerables entre los vulnerables; también, demanda atención, métodos y aprendizajes continuos.

Como parte del compromiso robinsoniano de *entreayudarnos,* esta publicación de la Comisión Permanente de Familias y de la Libertad de Religión y de Cultos de la Asamblea Nacional reúne a un grupo de especialistas en una profunda reflexión colectiva en torno a la comprensión del trauma psicosocial generado tras la agresión de esa madrugada del 3E, así como a la tarea inaplazable de continuar trazando caminos para la reconstrucción comunitaria de la vida desgarrada por la violencia imperial.

9 789800 126455

MONTE ÁVILA EDITORES LATINOAMERICANA

Ministerio del Poder Popular para la CULTURA

www.mincultura.gob.ve | @mincultura_ve