

La cárcel dentro de la cárcel: reflexiones sobre el primer grado penitenciario, sus efectos y las vías hacia su abolición

Samuel Huesca Triano

Jurista especializado en Derecho Penitenciario y en acompañamiento a personas privadas de libertad

Hablar del primer grado penitenciario en España es hablar de una institución que desmiente en la práctica el sentido constitucional de la pena. La cárcel, que ya es privación de libertad, contiene dentro de sí otra cárcel, más dura, más solitaria, más degradante: el régimen de primer grado. La legislación lo concibe como excepcional, reservado para supuestos de peligrosidad extrema o de inadaptación insalvable. Sin embargo, la experiencia práctica demuestra que, con frecuencia, lo excepcional se convierte en norma y lo extraordinario en rutina. Así, la “cárcel dentro de la cárcel” se normaliza bajo la justificación de la seguridad, aunque el precio sea el sacrificio de la dignidad humana.

El artículo 25.2 de la Constitución Española es claro al afirmar que “las penas privativas de libertad estarán orientadas hacia la reeducación y la reinserción social”. Esa finalidad resocializadora, que impregna toda la política penitenciaria y que ha sido reiterada por el Tribunal Constitucional desde la STC 2/1987¹, choca frontalmente con un régimen que encierra a las personas privadas de libertad durante más de veintidós horas al día en celdas de pocos metros, limitando su contacto humano al mínimo y reduciendo sus estímulos vitales al silencio, al aislamiento y a la soledad.

Las consecuencias del aislamiento prolongado han sido ampliamente documentadas en la literatura médica y criminológica. En el plano fisiológico, el encierro extremo provoca atrofia muscular, pérdida de densidad ósea, déficits vitamínicos —en particular de vitamina D por la escasa exposición a la luz solar—, alteraciones cardiovasculares y un envejecimiento prematuro que en pocos años reproduce el desgaste propio de una década en condiciones normales². Además, el confinamiento continuo en espacios reducidos genera alteraciones del sueño y de los ritmos circadianos, con insomnio crónico y fatiga constante. Los internos que pasan años en aislamiento presentan una mayor incidencia de hipertensión, problemas digestivos, cefaleas persistentes y deterioro del sistema inmunológico.

Pero si el impacto físico es grave, el impacto psicológico resulta aún más devastador. El psiquiatra Stuart Grassian, tras estudiar a decenas de internos sometidos a aislamiento en Estados Unidos, describió un cuadro que denominó “síndrome de aislamiento”³. Entre sus síntomas se encuentran la ansiedad extrema, la hipersensibilidad a estímulos, las alucinaciones auditivas y visuales, las alteraciones de la percepción del tiempo, la confusión y la despersonalización. Craig Haney documentó cómo el confinamiento en prisiones de tipo *supermax* provocaba depresión severa, desesperanza, ataques de pánico e ideación suicida⁴. Sharon Shalev recopiló múltiples investigaciones internacionales para concluir que el aislamiento prolongado no solo incrementa el riesgo de autolesiones y suicidios, sino que genera una pérdida de habilidades sociales que hace casi imposible la reinserción posterior⁵.

La experiencia clínica coincide con los testimonios de quienes han sobrevivido a este régimen. Muchos internos relatan cómo, tras meses de aislamiento, comienzan a perder la noción del tiempo, a temer los ruidos más insignificantes o a hablar solos como única forma de mantener un atisbo de contacto humano. Otros describen episodios de despersonalización, como si su propio cuerpo les resultara ajeno. No faltan quienes sufren crisis psicóticas o desarrollan un miedo irracional al mundo exterior. El aislamiento no prepara para la libertad: incapacita para ella.

No se trata solo de efectos transitorios. Investigaciones médicas recientes han demostrado que el aislamiento prolongado modifica incluso la estructura cerebral, afectando al hipocampo y a la corteza prefrontal, lo que se traduce en alteraciones de la memoria, de la atención y del control emocional⁶.

Los organismos internacionales han sido tajantes. El Relator Especial de Naciones Unidas sobre la tortura, Juan Méndez, declaró en 2011 que el aislamiento por más de quince días constituye, en sí mismo, un trato cruel, inhumano o degradante⁷. Las Reglas Nelson Mandela, aprobadas por la Asamblea General de Naciones Unidas en 2015, establecen que el aislamiento prolongado debe prohibirse de manera absoluta. El Comité Europeo para la Prevención de la Tortura (CPT), en sus informes sobre España, ha reiterado que el primer grado y el sistema FIES configuran formas de aislamiento que resultan incompatibles con los estándares europeos.

La evidencia científica sobre los daños del aislamiento se complementa con un corpus jurídico cada vez más denso. En España, el Tribunal Constitucional, en la STC 137/1990⁸, abrió la puerta a considerar que el aislamiento prolongado puede vulnerar el derecho fundamental a la integridad moral. Esta doctrina fue reforzada en la STC 57/1994⁹, donde el Constitucional insistió en que la clasificación penitenciaria no es un acto neutro, sino una medida que debe basarse en criterios individualizados de tratamiento y no en una lógica de simple custodia. La STC 169/2013¹⁰ recordó que la dignidad humana constituye el núcleo duro de la Constitución, infranqueable incluso en el ámbito penitenciario.

La jurisprudencia del Tribunal Supremo ha subrayado el carácter excepcional del primer grado. La STS 1034/2003, de 17 de julio¹¹, estableció que la mera referencia a la “peligrosidad” del interno no basta para justificar la clasificación, exigiendo una motivación rigurosa e individualizada. Distintas Audiencias Provinciales han seguido esta senda, anulando decisiones de primer grado por falta de motivación objetiva, como hizo la Audiencia Provincial de Madrid en su Auto de 16 de junio de 2015.

El Tribunal Europeo de Derechos Humanos ha sido aún más claro. En *Ramírez Sánchez c. Francia* (2006)¹², condenó el aislamiento de un interno durante ocho años y estableció que medidas de tal intensidad requieren justificación individualizada, revisiones periódicas y contacto humano significativo. En *Öcalan c. Turquía* (2005)¹³, declaró que el aislamiento indefinido socava la dignidad humana. En *Murray c. Países Bajos* (2016)¹⁴, el TEDH afirmó que mantener a un preso en aislamiento sin apoyo psicológico vulnera el artículo 3 del Convenio Europeo.

La doctrina académica ha sido igualmente contundente. José Cid Moliné lo describe como una manifestación del derecho penal del enemigo¹⁵. Elena Larrauri subraya que destruye toda expectativa de resocialización¹⁶. Jesús Silva Sánchez lo enmarca en la expansión del poder punitivo bajo formas administrativas que erosionan las garantías¹⁷. Eugenio Raúl

Zaffaroni lo denuncia como un dispositivo de neutralización propio de sistemas autoritarios¹⁸. Loïc Wacquant ha demostrado cómo las formas extremas de control penitenciario refuerzan la exclusión social en lugar de reducir la criminalidad¹⁹.

El derecho comparado confirma que el aislamiento prolongado no es una necesidad estructural sino una opción política. En Alemania, el Tribunal Constitucional Federal estableció en 1977 que el aislamiento solo puede aplicarse de manera excepcional, por periodos breves y con control judicial estricto²⁰. En Italia, la Corte Constitucional limitó en 2014 el *isolamento diurno*, imponiendo plazos y revisiones periódicas²¹. En Francia, el Conseil d'État ha reforzado las garantías frente a la segregación, exigiendo motivación individualizada y recurso judicial efectivo. En Noruega, el principio de normalidad garantiza que incluso los internos más conflictivos participen en actividades sociales, educativas y laborales²². En Canadá, en 2019, el Tribunal Superior de Ontario declaró inconstitucional el aislamiento prolongado²³. En Estados Unidos, casos como *Madrid v. Gomez* (1995)²⁴ reconocieron que las condiciones de aislamiento en Pelican Bay constituían tratos crueles e inhumanos. En Argentina, la Corte Suprema, en el caso *Verbitsky* (2005)²⁵, denunció las condiciones de aislamiento en las cárceles bonaerenses y ordenó medidas estructurales.

Frente a ello, la respuesta no puede ser otra que la abolición del primer grado y la construcción de alternativas. La reforma legislativa es el primer paso: eliminarlo como categoría estructural y sustituirlo por medidas de separación estrictamente temporales, siempre bajo autorización judicial y con revisiones periódicas. La política penitenciaria debe asumir el principio de normalidad: la vida en prisión debe asemejarse lo más posible a la vida en libertad. La conflictividad debe gestionarse con mediación, justicia restaurativa y programas de corresponsabilidad²⁶. El personal de tratamiento debe reforzarse para que la atención psicológica, educativa y social sea la primera respuesta frente al conflicto. La salud mental y las adicciones deben abordarse con programas terapéuticos, no con aislamiento. La prisión debe abrirse a la sociedad civil, porque la transparencia es la mejor prevención del abuso. Y, en un plano más amplio, debemos reducir el uso mismo de la prisión, porque cuanto más hipertrofiado está el sistema penitenciario, más tiende a recurrir al aislamiento como válvula de escape.

Concluir una reflexión sobre el primer grado exige reconocer que lo que está en juego no es solo la vida de quienes lo sufren, sino la coherencia de nuestro Estado constitucional. La Constitución proclama la dignidad y la reinserción. El aislamiento prolongado destruye ambas. Persistir en él es negar todo eso. Abolirlo es dar un paso hacia un sistema penitenciario más humano, más constitucional, más justo.

Mi experiencia como jurista especializado en Derecho Penitenciario y en acompañamiento a personas privadas de libertad me ha permitido ver de cerca las huellas del primer grado. He visto cuerpos debilitados, mentes fragmentadas, miradas que oscilan entre la desesperanza y la rabia. He escuchado testimonios de hombres que, tras meses de aislamiento, olvidaron cómo era hablar con otro ser humano sin sentir miedo o ansiedad. Estas vivencias confirman lo que la doctrina y la jurisprudencia ya advertían: el primer grado no solo es ineficaz, es destructivo.

Por eso, la abolición del primer grado no debe plantearse como una opción política más, sino como una exigencia constitucional y ética. Constitucional, porque sin su eliminación el mandato del artículo 25.2 CE queda vacío. Ética, porque ningún Estado puede

justificarse a sí mismo cuando degrada la dignidad humana de esta manera. Y política, porque un sistema penitenciario que apuesta por la resocialización genera más seguridad real que uno que apuesta por el aislamiento.

Las alternativas existen y ya están en marcha: justicia restaurativa, mediación, programas terapéuticos, principio de normalidad, apertura de las prisiones a la sociedad civil, reducción del recurso a la prisión. La pregunta que debemos hacernos no es si podemos vivir sin el primer grado, sino cuánto tiempo más estamos dispuestos a convivir con sus consecuencias devastadoras.

La cárcel dentro de la cárcel debe desaparecer. No porque lo digan los tratados internacionales, los informes de la ONU o las sentencias del TEDH —aunque también lo digan—, sino porque lo exige nuestra propia Constitución y nuestra condición de seres humanos. Abolir el primer grado es dar coherencia a nuestro derecho, es cerrar la grieta entre la norma y la realidad, es rescatar a personas que hoy se consumen en celdas de aislamiento y devolverles una oportunidad de reinserción. Es, en definitiva, afirmar que en un Estado democrático nadie puede ser despojado de su dignidad, ni siquiera quien ha cometido los crímenes más graves.

Notas

1. STC 2/1987, de 21 de enero (ECLI:ES:TC:1987:2).
2. Shalev, S. (2008). *A Sourcebook on Solitary Confinement*. LSE.
3. Grassian, S. (2006). “Psychiatric Effects of Solitary Confinement”. *Washington University Journal of Law and Policy*, 22, 325-383.
4. Haney, C. (2003). “Mental Health Issues in Long-Term Solitary and ‘Supermax’ Confinement”. *Crime & Delinquency*, 49(1), 124-156.
5. *Ibíd.*
6. Smith, P. (2006). “The Effects of Solitary Confinement on the Brain”. *Journal of Forensic Psychology Practice*, 6(1), 47-56.
7. Naciones Unidas. Informe del Relator Especial sobre la Tortura, A/66/268, 2011.
8. STC 137/1990, de 19 de julio (ECLI:ES:TC:1990:137).
9. STC 57/1994, de 28 de febrero (ECLI:ES:TC:1994:57).
10. STC 169/2013, de 7 de octubre (ECLI:ES:TC:2013:169).
11. STS 1034/2003, de 17 de julio (ECLI:ES:TS:2003:4934).
12. TEDH, *Ramírez Sánchez c. Francia*, nº 59450/00, 4 julio 2006.
13. TEDH, *Öcalan c. Turquía*, nº 46221/99, 12 mayo 2005.
14. TEDH, *Murray c. Países Bajos*, nº 10511/10, 26 abril 2016.
15. Cid Moliné, J. (2007). *Política criminal y sistema penitenciario*. Barcelona: Bosch.
16. Larrauri, E. (2015). *La cárcel en España: crítica y alternativas*. Madrid: Trotta.
17. Silva Sánchez, J. (2001). *La expansión del Derecho penal*. Madrid: Civitas.
18. Zaffaroni, E. R. (1989). *La cuestión criminal*. Buenos Aires: Planeta.
19. Wacquant, L. (2009). *Castigar a los pobres*. Barcelona: Gedisa.
20. Bundesverfassungsgericht, BVerfGE 45, 187 (1977).
21. Corte Costituzionale Italiana, Sentenza n. 143/2014.
22. Bottolfs, H. (2015). *The Principle of Normality in Norwegian Prisons*. UNAFEI.
23. *Canadian Civil Liberties Association v. Canada (AG)*, 2019 ONSC 3430.

24. *Madrid v. Gomez*, 889 F. Supp. 1146 (N.D. Cal. 1995).
25. CSJN, Fallos 328:1146, “Verbitsky”, 3 mayo 2005.
26. Ministerio del Interior. (2018). *Intervención en justicia restaurativa en instituciones penitenciarias*. Madrid.