

MANUAL SOBRE SEGURIDAD:

PASOS PRÁCTICOS PARA DEFENSORES/AS DE DERECHOS HUMANOS EN RIESGO



APÉNDICE 10

Lista de comprobación: riesgo de agresión, incluyendo agresión sexual

Esta lista de comprobación no intenta ser un modelo de seguridad. Tu contexto es un factor determinante. Considera los riesgos y amenazas que tú enfrentas y todas tus vulnerabilidades con el fin de suplementar y personalizar esta lista.

General:

- Analiza tu riesgo, evalúa cuándo corres mayor riesgo de agresión, cuando es más probable que ocurra un ataque, quiénes serían los/as perpetradores/as y cuáles serían sus métodos. Tu plan de protección será diferente de acuerdo con variables como las que siguen:
- estar solo/a aumenta el riesgo, no vayas solo/a cuando corres mayor riesgo y evita aquellos lugares más riesgosos.
- usa las opciones de medios de transporte más seguras.
- no portes armas, podrían ser utilizadas en tu contra por el/la agresor/a y como una excusa por parte de las autoridades para arrestarte.
- lleva contigo un silbato para llamar la atención.
- Ensaya un grito de auxilio, muchas personas se “congelan” cuando son atacadas (y la garganta se les cierra).
- En caso de ser agredido/a usa lo que tienes a mano, por ejemplo, arroja arena a la cara de tu agresor.
- Mantente en forma y viste siempre calzado cómodo, muchas veces escapar corriendo es la mejor forma de defensa.
- Si participarás de un evento tal como una manifestación, donde puede ser que te golpeen, viste ropa que te proteja, tal como una campera de cuero y usa cartones debajo de la ropa.
- Evalúa quiénes podrían ser los/as perpetradores/as, puedes crear una estrategia de protección creíble tal como: “Soy amigo/a de... (alguna persona influyente).
- Está preparado/a para entregar artículos de valor sin presentar resistencia.
- Evita convertirte en un blanco atractivo, caminando confiado y sin hacer ostentación de joyas o equipamiento costoso (teléfonos, ordenadores portátiles-laptops).
- Está al tanto siempre de dónde te encuentras y dónde acudir en caso de necesitar ayuda.
- Cuenta con seguro médico.

En caso de agresión sexual (además de lo mencionado arriba):

- Son tres las maneras básicas para lidiar con esta situación y es posible que no sepas que harás hasta que suceda. Si no puedes escapar corriendo inmediatamente, las opciones son luchar y escapar, razonar con el agresor o someterse.
- Si puedes luchar, intenta causar el mayor daño posible (por ejemplo, una patada en la ingle, picarle los ojos), para que no le sea fácil perseguirte. Si tú te has resistido pero no pudiste escapar, es posible que el agresor se vuelva más violento.
- Prepárate psicológicamente, si sucede lo peor, piensa que el agresor no puede privarte de tu propia esencia y, durante el ataque, concéntrate en separar mentalmente la mente del cuerpo.
- Evalúa quién podría ser el agresor, ¿sería posible utilizar una estrategia de protección tal como “estoy menstruando”? (Si esto pudiera funcionar, estate preparada para usar una toalla protectora femenina sucia como “evidencia”) (Una DDH le dijo al agresor “Si, me gustaría tener sexo contigo, pero estoy con el período, puedo regresar mañana...” y la dejó ir).
- Si corres riesgo de violación, evalúa llevar contigo condones (que podrías intentar persuadir al agresor para que lo use) o utiliza un condón femenino.
- En el caso de ser atacada, de ser posible, compórtate con la mayor dignidad posible: generalmente los violadores están motivados por la necesidad de ejercer poder sobre la víctima. Llorar y rogar alimenta esta necesidad.
- De ser posible, intenta entablar un lazo con el agresor desde el aspecto personal: por ejemplo, podrías decirle que tal vez él tiene una hermana/madre/hija u hermano/padre/hijo de tu misma edad y hacerle pensar cómo se sentiría si esto le ocurriera a él/ella.

Si un/a colega es agredido/a, incluyendo agresión sexual:

- Lleva a la persona a un lugar seguro donde pueda recibir asistencia médica. En el caso de violación, deberá tomar anti retrovirales (para evitar el VIH) tan pronto como sea posible y, sin dudas, dentro de las primeras 72 horas. También deben administrarse antibióticos y la pastilla del día después (que provoca la menstruación ya sea que la víctima haya quedado embarazada o no).
- Toma fotografías de sus heridas para documentar la evidencia, de ser pertinente (y preserva intacta la escena del delito).
- Si la víctima desea denunciar el delito, controla si hay funcionarios capacitados especialmente para asistir a víctimas de violencia sexual.
- Brinda apoyo a la víctima para denunciar la agresión ante las autoridades, pero respeta su punto de vista si prefiere no hacerlo.
- Acuerda apoyo psicológico/counselling para la víctima y otras personas que se vieron involucradas en la situación.