

Herramienta
técnica

**Planes de seguridad para mujeres
víctimas/sobrevivientes de violencia
sexual y basada en género**



Esta obra fue elaborada por Dinys Luciano, consultora del BID, y Nidia Hidalgo, jefa de Proyecto BID. Su edición estuvo a cargo de María Tenorio, consultora del BID, y su diseño y diagramación fue realizado por Marcelino Guzmán, consultor de Development Connections.

La obra incorpora algunos componentes de la metodología de planes de seguridad para víctimas de violencia contra la mujer (VSBG), coordinados por el Instituto Nacional de la Mujer (INAM) y la Dirección Nacional de Ciudad Mujer en el marco del programa Ciudad Mujer Honduras. También incorpora elementos del protocolo y los materiales educativos para la atención a las VSBG en plataformas digitales en contexto de la pandemia de covid-19 en Honduras (INAM y Ciudad Mujer) y El Salvador (Instituto Salvadoreño para el Desarrollo de la Mujer [ISDEMU]). A las mencionadas instituciones se les agradece de manera especial por su colaboración e interés de divulgar las experiencias y conocimientos adquiridos, a fin de facilitar estos procesos en otros países.

Copyright © 2021 Banco Interamericano de Desarrollo.

Esta obra se encuentra sujeta a una licencia Creative Commons IGO 3.0 Reconocimiento-NoComercial-SinObras Derivadas (CC-IGO 3.0 BY-NC-ND) (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/igo/legalcode>) y puede ser reproducida para cualquier uso no comercial otorgando el reconocimiento respectivo al BID. No se permiten obras derivadas.

Cualquier disputa relacionada con el uso de las obras del BID que no pueda resolverse amistosamente se someterá a arbitraje de conformidad con las reglas de la CNUDMI (UNCITRAL). El uso del nombre del BID para cualquier fin distinto al reconocimiento respectivo y el uso del logotipo del BID no están autorizados por esta licencia CC-IGO y requieren de un acuerdo de licencia adicional.

Note que el enlace URL incluye términos y condiciones adicionales de esta licencia.

Las opiniones expresadas en esta obra son de los autores y no necesariamente reflejan el punto de vista del BID, de su Directorio Ejecutivo ni de los países que representa.

Forma recomendada de citar: Banco Interamericano de Desarrollo (2021). *Herramienta técnica. Planes de seguridad para mujeres víctimas/sobrevivientes de violencia sexual y basada en género*. Banco Interamericano de Desarrollo.

Herramienta
técnica

**Planes de seguridad para mujeres
víctimas/sobrevivientes de violencia
sexual y basada en género**

Índice

Introducción	1
1. Objetivos y principios de los planes de seguridad	8
1.1. Objetivos	8
1.2. Principios	8
2. Componentes clave de un plan de seguridad definido por la sobreviviente	10
2.1. Análisis de riesgos	11
2.1.1 Tipos de riesgos	11
2.1.2 Preguntas para examinar riesgos	15
2.2 Toma de decisión y prioridades	19
2.2.1 Marco general para la toma de decisión sobre los riesgos identificados	19
2.2.2 Opciones de los planes de seguridad	20
2.2.3 Elaboración del plan de seguridad	21
3. Apoyo a la implementación del plan de seguridad	24
Anexos	26
Anexo 1. Evaluación de riesgo de sobrevivientes de violencia por la pareja o violencia física por cualquier persona	28
Anexo 2. Medidas de seguridad para diferentes tipos de violencia o contextos	28
A. Seguridad para personas que viven con un agresor	28
B. Seguridad mientras se prepara para dejar a un agresor	30
C. Seguridad financiera	33
D. Seguridad de sobrevivientes de violencia doméstica en áreas rurales	32
E. Seguridad en situación de emergencia sanitaria	36
F. Seguridad en caso de violencia sexual	38
G. Seguridad de víctimas de acoso/acecho	39

H. Seguridad de víctimas de trata de personas	41
I. Prevención en redes sociales	42
J. Ciberseguridad para adolescentes	44

Gráficos

1. Componentes clave de un plan de seguridad integral definido por y con la sobreviviente	11
2. Metas de los planes de seguridad	21

Tablas

1. Decisiones basadas en el análisis de riesgo	19
--	----

Recuadros

1. Conceptos clave	3
2. Evidencia sobre intervenciones relacionadas	5
3. Circunstancias de vida y planes de seguridad	12
4. Factores de riesgo de violencia letal por la pareja a nivel mundial	13
5. Abandonar el hogar o separarse no es una opción para todas	20





Introducción

La seguridad de las víctimas, sobrevivientes o mujeres en riesgo es una prioridad de las respuestas a la violencia sexual y basada en género (VSBG), tal como lo reconocen diversos instrumentos internacionales y leyes nacionales.

Ya sea que se trate de una amenaza, de un solo incidente o de un patrón continuo de VSBG, estas experiencias pueden socavar la seguridad de la sobreviviente. Un plan de seguridad eficaz empodera a la víctima al abordar sus necesidades inmediatas y al esbozar estrategias para reducir futuros daños físicos, emocionales, sociales, materiales o de otra índole.

Elaborar un plan de seguridad vuelve más fácil identificar las amenazas potenciales y las acciones para minimizarlas, tomando en cuenta las necesidades, las preocupaciones y las fortalezas de la sobreviviente. Puede ayudarle a estar lo más segura posible, dadas las circunstancias de su vida actual, aunque no es garantía de que no se enfrente nuevamente a la violencia.

Durante décadas, en el mundo y en América Latina, los planes de seguridad han sido utilizados principalmente para evitar la muerte de mujeres a manos de una pareja íntima. Sin embargo, al reconocer los VSBG y los daños que causan, se han diseñado planes de seguridad para víctimas diferentes de diversas violencias y en distintos contextos.

Objetivo. Esta herramienta ha sido diseñada para fortalecer las capacidades del personal que labora en instituciones, redes intersectoriales e instancias comunitarias de modo que puedan apoyar a víctimas de VSBG a elaborar e implementar un plan de seguridad.

Alcances y límites. Esta herramienta técnica guía la elaboración de un plan de seguridad definido por la sobreviviente o mujer en riesgo. Incluye sugerencias relativas a la seguridad de las víctimas según tipos de violencia. Se basa en evidencia y lineamientos internacionales, e incorpora instrumentos desarrollados por gobiernos, organizaciones de la sociedad civil, academia y organismos internacionales como parte de la respuesta mundial a la VSBG.

Niñas, niños y adolescentes. Si bien esta herramienta está diseñada para el trabajo con mujeres adultas, algunas partes pueden ser útiles para desarrollar un plan de seguridad que incluya a niñas, niños y adolescentes (NNA). Al desarrollar planes de seguridad siguiendo algunos lineamientos o instrumentos, las(os) proveedoras(es) de servicios deben considerar los derechos establecidos en la legislación nacional y en instrumentos internacionales específicos para menores de edad en torno a aspectos como privacidad, consentimiento, protección y reparación. Además, es necesario tomar en cuenta que los NNA pueden tener limitado acceso a los recursos de seguridad en el ámbito comunitario e institucional.

Usos. Los lineamientos e instrumentos incluidos en esta herramienta pueden ser adaptados a las particularidades de los contextos e intersecciones entre VSBG. Se han incorporado sugerencias para planes de seguridad frente a VSBG, además de los relativos a la violencia por la pareja, considerando que la Convención de Belém do Pará¹ reconoce VSBG en los ámbitos públicos y privados, y que las legislaciones nacionales consideran diversos tipos y variedad de contextos.

Audiencias. Esta herramienta está diseñada para ser usada por personas involucradas en la atención integral a mujeres víctimas de VSBG, incluyendo personal que labora en los sectores de salud, justicia, educación, desarrollo social, migración, protección de niñas, niños y adolescentes, respuesta a situaciones de emergencia, organizaciones de sociedad civil, instancias comunitarias, gobiernos locales y organismos de cooperación internacional.

.....
¹ *Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer* (Belém do Pará). <https://www.oas.org/es/mesecvi/docs/folleto-belemdopara-es-web.pdf>

Recuadro 1. Conceptos clave

Violencia de género.² Se refiere a los actos dañinos dirigidos contra una persona o un grupo de personas debido a su género. Se origina en la desigualdad de género, el abuso de poder y la existencia de normas de género dañinas. Incluye la violencia contra las mujeres, hombres, niños y comunidad LGTBQIA+ o contra personas con identidades que no se ajustan al género, cuyas raíces se encuentren en dichas desigualdades y normas.

Tipos de violencia de género

- ▶ Violencia en el ámbito privado (pareja, familia): económica, psicológica, física, sexual
- ▶ Violencia sexual: acoso sexual, violación, violación correctiva
- ▶ Femicidio, violencia comunitaria
- ▶ Trata de personas
- ▶ Matrimonio/unión infantil, matrimonio forzado
- ▶ Violencia en contexto de conflicto, emergencias humanitarias
- ▶ Violencia en línea o digital: ciberacoso, *sexting*, *doxing*
- ▶ Violencia política
- ▶ Violencia en el ámbito laboral
- ▶ Asesinatos por honor, mutilación genital.

Los términos violencia basada en género y violencia contra la mujer se utilizan con frecuencia de manera intercambiable, ya que la mayoría de la violencia basada en género es perpetrada por hombres contra mujeres. Para efectos del presente documento, al hacer referencia a la violencia basada en género se referirá principalmente a la violencia contra las mujeres y las niñas.

Violencia sexual.³ La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la violencia sexual como: “todo acto sexual, la tentativa de consumar un acto sexual, los comentarios o insinuaciones sexuales no deseados, o las acciones para comercializar o utilizar de cualquier otro modo la sexualidad de una persona mediante coacción por otra persona, independientemente de la relación de esta con la víctima, en cualquier ámbito, incluidos el hogar y el lugar de trabajo”.

La coacción puede abarcar:

- ▶ uso de grados variables de fuerza
- ▶ intimidación psicológica

2 ONU Mujeres. Preguntas frecuentes: Tipos de violencia contra las mujeres y las niñas. <https://www.unwomen.org/es/what-we-do/ending-violence-against-women/faqs/types-of-violence>; OEA. *Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer. “Convención de Belém do Pará”*. <https://www.oas.org/juridico/spanish/tratados/a-61.html>; y Blondeel, Karel et al. (2018). Violence motivated by perception of sexual orientation and gender identity: a systematic review. *Bulletin of the World Health Organization*, 96.1: 29-41L. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5791869/>

3 Organización Panamericana de la Salud. (2013). *Comprender y abordar la violencia contra las mujeres. Violencia sexual*. Washington, D. C.

- ▶ extorsión
- ▶ amenazas (por ejemplo de daño físico o de no obtener un trabajo o una calificación, etc.)

También puede haber violencia sexual si la persona no está en condiciones de dar su consentimiento, por ejemplo cuando está ebria, bajo los efectos de un estupefaciente, dormida o mentalmente incapacitada.

Violencia contra las mujeres (VCM).⁴ “Cualquier acción o conducta, basada en su género, que cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico a la mujer, tanto en el ámbito público como en el privado”. La Convención de Belém do Pará reconoce tres tipos de violencia: física, sexual y psicológica. Visibiliza tres ámbitos donde se manifiesta esta violencia: a) en la vida privada (cuando se ejerce dentro de la familia, la unidad doméstica o en cualquier otra relación interpersonal, aun cuando el agresor ya no viva con la víctima); b) en la vida pública (cuando es ejercida por cualquier persona, en la comunidad, el lugar de trabajo, instituciones educativas, establecimientos de salud o cualquier otro lugar); c) perpetrada o tolerada por el Estado o sus agentes, dondequiera que ocurra.

Plan de escape. Consiste en la separación física de víctima y agresor, así como en la ruptura de la relación, y ha estado diseñado para prevenir la violencia física potencialmente letal ejercida por una pareja. Una limitación de los planes de escape es que para algunas víctimas puede aumentar los riesgos (es el caso de un acosador cibernético, un acosador en el trabajo o centro de estudio, un tratante de personas, un miembro del crimen organizado). Además, un plan de escape podría reducir la violencia temporalmente, pero dejar a la víctima sin hogar, sin fuente de ingresos, sin acceso a la educación, y sin contacto con las personas y las cosas que la sostienen emocionalmente.

Plan de seguridad definido por la sobreviviente.⁵ Un plan de seguridad será más efectivo si se crea por y con las sobrevivientes. Es decir, las perspectivas y prioridades de las víctimas determinan las estrategias, los objetivos y la dirección de los planes de seguridad. Para las sobrevivientes de violencia, la seguridad es un concepto amplio que no solo incluye la violencia física. Como todos los seres humanos, las víctimas y sus personas



⁴ Ibid.

⁵ Davies, J. (2017). *Victim-Defined Safety Planning: A Summary*. Greater Hartford Legal AIDS. <https://vawnet.org/sites/default/files/assets/files/2018-07/Victim-Defined-Safety-Planning.1-17.pdf>

cercanas (hijas[os], otros familiares, etc.) también necesitan alimentación, un lugar donde vivir, recursos financieros y de otro tipo para sobrevivir. Los aspectos emocionales y sociales de su humanidad también son necesarios para su seguridad. En esta herramienta se utiliza este enfoque amplio de la seguridad de las sobrevivientes de violencia y se incorporan estrategias en torno a los aspectos mostrados en este gráfico.

Enfoque interseccional de la VSBG.⁶ Las maneras de enfrentar la violencia varían y dependen de factores individuales, familiares y socioculturales que afectan el acceso a recursos y la toma de decisiones. Estos factores están vinculados a las múltiples discriminaciones relacionadas con la pertenencia étnica, el estatus socioeconómico, la edad, la residencia urbana/rural, el estatus migratorio, la(s) (dis) capacidad(es) diferente(s), la condición de salud, la identidad de género y la orientación sexual, entre otras.

El enfoque interseccional de la VSBG es crucial para desarrollar intervenciones más justas socialmente.⁷ En este sentido, los planes de seguridad son entendidos más que como una responsabilidad individual de las personas afectadas o en riesgo, como una responsabilidad compartida de los sistemas sectoriales, las instituciones y las comunidades.

Recuadro 2. Evidencia sobre intervenciones relacionadas

Aún hay pocos estudios sobre la eficacia, factibilidad y aceptabilidad de medidas para aumentar la seguridad de las víctimas de VSBG. La mayor parte han sido realizados en países desarrollados, se concentran en la violencia ejercida por la pareja íntima y no especifican características sociales de las víctimas (etnia, estatus socioeconómico y migratorio, área de residencia).

Para poder dar resultados, un plan de seguridad debe adaptarse a los riesgos particulares de la víctima de violencia ejercida por su pareja. Esta conclusión puede establecerse a partir de una revisión de 147 artículos científicos⁸ y de un estudio⁹ con 725 víctimas de violencia por la pareja realizado en Estados Unidos. En casos de violencia muy severa y dependiendo del perfil del agresor, según la revisión de artículos,

- 6 Coker, D. (2016). Domestic Violence and Social Justice: A Structural Intersectional Framework for Teaching About Domestic Violence. *Violence Against Women*, 22(12):1426-1437. doi:10.1177/1077801215625851; Armstrong, E. A., Gleckman-Krut, M. y Johnson, L. (2018). Silence, Power, and Inequality: An Intersectional Approach to Sexual Violence. *Annual Review of Sociology*. 44:99-122. <https://doi.org/10.1146/annurev-soc-073117-041410>; ONU Mujeres (2020). Intersectionality. <https://www.endvawnow.org/es/articles/1969-intersectionality.html>; y Gopal, N. y Nunlall, R. (2017). Interrogating the resilience of women affected by violence, *Agenda*, 31:2, 63-73, DOI: 10.1080/10130950.2017.1379759
- 7 Barrios, V. R., Khaw, L. B. L., Bermea, A., Hardesty, J. L. (2020). Future Directions in Intimate Partner Violence Research: An Intersectionality Framework for Analyzing Women's Processes of Leaving Abusive Relationships. *J Interpers Violence*. doi: 10.1177/0886260519900939.
- 8 Rivas, C., Vigurs, C., Cameron, J., Yeo, L. (2019). A realist review of which advocacy interventions work for which abused women under what circumstances. *Cochrane Database Syst Rev*, 6(6):CD013135. doi: 10.1002/14651858.CD013135.
- 9 Hanson, G. C., Messing, J. T., Anderson, J. C., Thaller, J., Perrin, N. A., Glass, N. E. (2019). Patterns and Usefulness of Safety Behaviors Among Community-Based Women Survivors of Intimate Partner Violence. *J Interpers Violence*, 4:886260519853401. doi: 10.1177/0886260519853401.

el plan de seguridad puede aumentar la violencia en vez de disminuirla; asimismo, la seguridad de las sobrevivientes de violencia ejercida por la pareja no está necesariamente en mayor riesgo por quedarse con el agresor. Por otra parte, el estudio con 725 víctimas reveló que quienes vivían con su pareja tenían menos probabilidades de encontrar útil hablar con un profesional sobre seguridad, hacer un plan de seguridad o salir de casa.

Algunas iniciativas digitales (apps y ayudas por internet) sobre seguridad para sobrevivientes de violencia ejercida por la pareja han mostrado resultados prometedores. Pueden ayudar a mejorar síntomas, aumentar la utilidad de las acciones de seguridad, apoyar en la toma de decisiones o motivar a la acción.

En Canadá, un estudio con dos grupos de víctimas de violencia por la pareja encontró que la intervención digital iCAN Plan 4 Safety las ayudó con sus síntomas de depresión y con su nivel de confianza en la planificación de seguridad, entre otros resultados positivos.¹⁰

Una prueba aleatoria de myPlan Safety mostró alta viabilidad y aceptabilidad de esta app para la planificación de la seguridad en países de medianos y bajos ingresos.¹¹ Entrevistas con personal de salud revelaron que una aplicación digital como esa podría ser un recurso para que las mujeres adapten un plan de acción para mejorar su seguridad.¹² Un estudio cualitativo con adolescentes estadounidenses sobre la misma app evidenció algunas adaptaciones para este grupo poblacional: a) inclusión cuidadosa y reflexiva de adolescentes, b) identificación de los dilemas de seguridad únicos que enfrentan las adolescentes, c) de las señales o indicadores de una relación no saludable y abusiva, y d) disponibilidad de recursos de ayuda inmediata para las adolescentes.¹³

Un estudio probó la eficacia de isafe (ayuda basada en la web, interactiva e individualizada) para reducir la exposición a la violencia por la pareja en mujeres indígenas maorí de Nueva Zelanda.¹⁴ Igualmente, la herramienta digital australiana I-Decide fue evaluada en un estudio que mostró ser útil para apoyar y motivar a la acción a víctimas de 15 a 50 años de violencia por la pareja.¹⁵

10 Ford-Gilboe, M., Varcoe, C., Scott-Storey, K., Perrin, N., Wuest, J., Wathen, C. N., Case, J., Glass, N. (2020). Longitudinal impacts of an online safety and health intervention for women experiencing intimate partner violence: randomized controlled trial. *BMC Public Health*, 20(1):260. doi: 10.1186/s12889-020-8152-8.

11 Decker, M. R., Wood, S. N., Kennedy, S. R., Hameeduddin, Z., Tallam, C., Akumu, I., Wanjiru, I., Asira, B., Omondi, B., Case, J., Clough, A., Otieno, R., Mwit, M., Perrin, N., Glass, N. (2020). Adapting the myPlan safety app to respond to intimate partner violence for women in low and middle income country settings: app tailoring and randomized controlled trial protocol. *BMC Public Health*. 29:20(1):808. doi: 10.1186/s12889-020-08901-4.

12 Alvarez, C., Debnam, K., Clough, A., Alexander, K., Glass, N. E. (2018). Responding to intimate partner violence: Healthcare providers' current practices and views on integrating a safety decision aid into primary care settings. *Res Nurs Health*, 41(2):145-155. doi: 10.1002/nur.21853.

13 Debnam, K. J., Kumodzi, T. (2019). Adolescent Perceptions of an Interactive Mobile Application to Respond to Teen Dating Violence. *J Interpers Violence*, 2:886260518821455. doi: 10.1177/0886260518821455.

14 Koziol-McLain, J., Vandal, A. C., Wilson, D., Nada-Raja, S., Dobbs, T., McLean, C., Sisk, R., Eden, K. B., Glass, N. E. (2018). Efficacy of a Web-Based Safety Decision Aid for Women Experiencing Intimate Partner Violence: Randomized Controlled Trial. *J Med Internet Res*, 19(12):e426. doi: 10.2196/jmir.8617.

15 Hegarty, K., Tarzia, L., Valpied, J., Murray, E., Humphreys, C., Taft, A., Novy, K., Gold, L., Glass, N. (2019). An online healthy relationship tool and safety decision aid for women experiencing intimate partner violence (I-DECIDE): a randomised controlled trial. *Lancet Public Health*, 4(6):e301-e310. doi: 10.1016/S2468-2667(19)30079-9.

La participación y el apoyo social de la comunidad pueden mejorar la seguridad de mujeres de comunidades de grupos étnicos minoritarios. En Nueva Zelanda, en reuniones de planificación de seguridad, las víctimas a menudo son acompañadas por personas aliadas, quienes les ayudan a elaborar el plan de seguridad. Según entrevistas con representantes de 24 refugios, la inclusión de aliados es beneficiosa para mejorar la seguridad de la víctima.¹⁶

16 Sudderth, L. K. (2017). Bringing in "The Ones Who Know Them": Informal Community and Safety Planning for Victims of Intimate Partner Violence in New Zealand. *Violence Against Women*, 23(2):222-242. doi: 10.1177/1077801216637474.



1. Objetivos y principios de los planes de seguridad

1.1. Objetivos¹⁷

- ▶ Apoyar a las sobrevivientes a planificar de manera integral su seguridad mediante la evaluación de riesgos para ella y sus personas cercanas (hijas[os] u otras), priorizando acciones dirigidas a minimizar las violencias que enfrenta, con las necesidades humanas básicas satisfechas, con bienestar emocional y social.
- ▶ Proveer información y recursos para implementar planes de seguridad por parte de las sobrevivientes.
- ▶ Generar una respuesta intersectorial y comunitaria coordinada para dar soporte a las estrategias de seguridad priorizadas por las sobrevivientes, en el marco de un abordaje integral a la VSBG.

1.2. Principios¹⁸

Autodeterminación. Todas las intervenciones se basan en el respeto de la integridad, la autoridad y la autonomía de cada mujer para tomar decisiones sobre su vida. Se respetan los deseos, los derechos y la dignidad de las mujeres.

17 Davies, J. (2009). *Beyond Leaving: Helping Battered Women in Contact with Current or Former Partners. A Guide for Domestic Violence Advocates*. Family Violence Prevention Fund. [https://www.futureswithoutviolence.org/userfiles/file/Children_and_Families/Advocates%20Guide\(1\).pdf](https://www.futureswithoutviolence.org/userfiles/file/Children_and_Families/Advocates%20Guide(1).pdf); DC SAFE. K. Hogan y M. Nozela Prado. Webinar: *Atención a sobrevivientes de VBG mediante líneas telefónicas de emergencia*. BID. 30 de junio de 2020; y Logan, T. K., Walker, R. (2018). Advocate Safety Planning Training, Feedback, and Personal Challenges. *J Fam Viol* 33, 213–225. <https://doi.org/10.1007/s10896-017-9949-9>

18 Ganley, A. L. (sin fecha). *Health Care Responses to Perpetrators of Domestic Violence. Futures without Violence. USA*. https://www.futureswithoutviolence.org/userfiles/file/HealthCare/improving_healthcare_manual_3.pdf; WHO. (2014). *Health care for women subjected to intimate partner violence or sexual violence. A clinical handbook*. Geneva. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/136101/WHO_RHR_14.26_eng.pdf?sessionid=79BBBD3E6476AFA476A33B3C2FE0E8710?sequence=1; y The World Bank, The Global Women's Institute, IDB, ICRW. (2018). *Ethical and Safety Recommendations for VAWG Interventions. Violence against women and girls, Resource Guide*. <http://www.vawgresourceguide.org/ethics>

Confidencialidad. Asegurar la privacidad, confidencialidad y no discriminación de las sobrevivientes, hijas(os) y personas cercanas.

No hacer daño. Las estrategias para aumentar la seguridad de las sobrevivientes se deben basar en un entendimiento de los riesgos y las circunstancias de vida específicas de cada víctima. Asimismo, se deben minimizar los riesgos y daños al personal de los sectores y las organizaciones comunitarias que ofrecen servicios a las víctimas de violencia, a través de estrategias de seguridad, cuidado y autocuidado.

Enfoque comunitario. Las estrategias individuales de aumento de la seguridad de las víctimas se realizan a la par de acciones en el ámbito comunitario, incluyendo organizaciones locales, familias, grupos de mujeres, líderes(as) comunitarios. Las instituciones que ofrecen servicios a las víctimas tienen la responsabilidad de abogar y defender a las víctimas, hijas(os) u otras personas cercanas y de realizar la coordinación interinstitucional requerida para garantizar su seguridad y de las personas que las protegen (funcionariado, familiares, amistades, líderes[as] comunitarias, etc.).



2. Componentes clave de un plan de seguridad definido por la sobreviviente

No existe una fórmula única para elaborar un plan de seguridad. El eje central de este tipo de planes son las sobrevivientes y sus perspectivas sobre los riesgos que enfrentan, sus circunstancias de vida y las prioridades de acción.

Apoyar a una sobreviviente a preparar un plan de seguridad supone realizar un análisis conjunto, compartir información sobre recursos disponibles, así como activar la acción de instituciones y personas. Comprender el contexto de las violencias que enfrenta cada víctima es requisito básico para ofrecer un apoyo pertinente. La planificación de la seguridad es un proceso continuo que involucra la revisión sistemática de los riesgos, circunstancias y estrategias priorizadas.

Un plan de seguridad toma en consideración diversos factores, tales como el tipo de violencia, los contextos en los que ocurre, los potenciales daños, el perfil del (los) agresor(es). Además, debe identificar formas de mejorar la seguridad en diversos contextos —el hogar, el trabajo y la escuela— y situaciones —actividades sociales, el ciberespacio, la comunidad o una emergencia—.

Gráfico 1. Componentes clave de un plan de seguridad integral definido por y con la sobreviviente¹⁹



2.1. Análisis de riesgos

2.1.1. Tipos de riesgos

Riesgos generados por el agresor

Los riesgos generados por el agresor incluyen violencia directa contra la sobreviviente y/o personas cercanas (hijas[os], otros familiares, amistades, etc.). La víctima o alguna(s) persona(s) significativa(s) para ella puede(n) estar enfrentando situaciones de violencia física, sexual, emocional, económica; amenazas de intimidación (desalojar a la víctima del hogar, compartir videos o fotos de la víctima, diseminar información privada), amenazas de despido (en caso de violencia laboral), acoso, extorsión por dinero, control sobre lo que puede decir o hacer, insultos y daño emocional.

Sin importar la forma de violencia, las experiencias pueden diferir en frecuencia, gravedad y repercusiones para cada víctima. Incluso un solo evento puede producir daños emocionales, físicos, sociales, en oportunidades de vida y en el bienestar, en corto, mediano y largo plazo, tanto en las sobrevivientes como en las personas cercanas.

Los riesgos no son estáticos pues el comportamiento violento, aunque pueda tener patrones predecibles, se manifiesta en un amplio espectro de formas de violencia; pueden variar las tácticas y pueden surgir nuevos comportamientos violentos, cambiar o ampliarse en determinados contextos como una emergencia sanitaria, medioambiental, conflicto armado o social, entre otros.

Riesgos generados por circunstancias de vida

Los riesgos generados por circunstancias de vida colocan a la víctima en situación de vulnerabilidad e incertidumbre: vivir en pobreza, carecer de hogar, estar geográficamente aislada (comunidades rurales), ser adulta mayor o ser

¹⁹ Adaptado de Davies, J. (2017). *Victim-Defined Safety Planning: A Summary*. Greater Hartford Legal AIDS. <https://vawnet.org/sites/default/files/assets/files/2018-07/Victim-Defined-Safety-Planning.1-17.pdf>; y Victim Right Law Center (2013). *Safety planning with adult sexual assault survivors: A guide for advocates and attorneys*. http://www.victimrights.org/sites/default/files/Safety%20Planning%20with%20Adult%20Sexual%20Assault%20Survivors_A%20Guide%20for%20Advocates%20and%20Attorneys.pdf.

menor de edad (NNA), tener discapacidades o habilidades diferentes (físicas o cognitivas), ser inmigrante, pertenecer a un grupo étnico minoritario, haber sido víctima de trata o de explotación sexual, residir en territorio controlado por el crimen organizado, autoidentificarse como parte de la comunidad LGTBIQA+, tener problemas de salud propios o de personas cercanas, no tener trabajo remunerado, haber enfrentado pérdidas materiales por una emergencia, entre otros. Los agresores pueden manipular este tipo de riesgos para aumentar su control. Las víctimas, además, pueden enfrentarse a instituciones y a servicios ineficaces o indiferentes, y, en muchas ocasiones, tanto el personal como las instalaciones están sobresaturados. También pueden ser discriminadas en las instituciones y en las comunidades por alguna de sus circunstancias de vida.

Este tipo de riesgos suele reducir las opciones y las estrategias de seguridad de las sobrevivientes: múltiples riesgos se entrecruzan entre sí y limitan las alternativas, lo cual vuelve complicado planificar la seguridad de estas víctimas.

Salud mental

Es importante considerar las amenazas a la seguridad emocional de la sobreviviente; para ella pueden ser tan importantes como las preocupaciones por su seguridad física, social o sus necesidades humanas básicas. Algunas víctimas pueden desarrollar mecanismos de afrontamiento dañinos tales como el abuso de sustancias u otras adicciones, automutilación, trastornos alimenticios o conductas riesgosas. Otras enfrentan condiciones de salud mental inducidas por traumas tales como depresión, ansiedad o tendencias suicidas, aislamiento de sus amigas(os) o familiares, problemas con su imagen corporal, baja autoestima o problemas para manejar la ira.

Recuadro 3. Circunstancias de vida y planes de seguridad

Las circunstancias de la vida influyen —y para algunas víctimas determinan— los parámetros de cualquier plan de seguridad. Por ejemplo, una víctima puede rechazar una estrategia que amenace su seguridad laboral porque no tiene otra fuente de ingresos, o llamar a la Policía en caso de emergencia porque es inmigrante irregular y puede ser deportada, o interponer una denuncia porque su sustento diario depende del agresor, o abandonar temporalmente sus estudios o capacitación técnica porque de eso depende su futuro.

Las estrategias de seguridad deben encajar con los planes de vida de la sobreviviente. La violencia que enfrenta puede no ser su máxima prioridad: quizás lo sea tener un techo para sus hijas(os), cuidar a su madre enferma o terminar su formación técnica o profesional. La prioridad más importante para cada víctima debe ser el punto de partida para apoyarla en la planificación de la seguridad.

Factores que contribuyen a la resiliencia y seguridad de las víctimas

Algunas circunstancias de vida aportan recursos que favorecen la resiliencia (capacidad para sobreponerse a las adversidades) y ayudan a moldear las estrategias de seguridad:

- ▶ El apoyo emocional en círculos cercanos (familiares, amistades, compañeras[os] de trabajo, vecinas[os], instancias comunitarias).
- ▶ El empleo o los ingresos estables para apoyar la toma de decisiones.
- ▶ El bajo número de relaciones violentas.²⁰
- ▶ En NNA: una identidad cultural sólida, el acceso a recursos comunitarios, las opciones de salida (poseducación secundaria), el apoyo entre pares, la conexión emocional con una persona adulta segura, una red social de apoyo, una madre protectora.²¹
- ▶ Para sobrevivientes de trata de personas: el sentido de pertenencia (incluyendo ser cuidadora de alguien), el apoyo por parte de su familia de origen, las relaciones fuertes en la comunidad y la conexión con espiritualidad.²²

Recuadro 4. Factores de riesgo de violencia letal por la pareja en el mundo

En las Américas el 35 % de los homicidios de mujeres fueron perpetrados por la pareja²³. A nivel internacional, algunos factores de riesgo de violencia letal contra mujeres ejercida por la pareja incluyen:

- ▶ *Características demográficas.* En algunos lugares, el riesgo de femicidio por la pareja puede aumentar cuando una mujer vive en comunidades con grandes desventajas sociales (pobreza, limitado acceso a empleo, servicios), cuando su pareja tiene una edad significativamente superior, tiene bajo nivel educativo, está desempleada o tiene bajos ingresos.²⁴
- ▶ *Características de la relación de pareja.* Dependiendo del contexto, algunas circunstancias de la relación pueden incrementar el riesgo de violencia letal: relaciones legalmente establecidas, de cohabitación, con presencia de hijas(os) de relaciones anteriores o sin compromiso formal. El riesgo aumenta —incluso para las(os) hijas(os)— cuando la pareja está en proceso de separación o divorcio.²⁵

20 Howell, K. H., Thurston, I. B., Schwartz, L. E., Jamison, L. E., & Hasselle, A. J. (2018). Protective factors associated with resilience in women exposed to intimate partner violence. *Psychology of Violence*, 8(4), 438-447. <https://doi.org/10.1037/vio0000147>

21 *Futures without Violence. Protective Factors and Resiliency.* <https://promising.futureswithoutviolence.org/what-do-kids-need/supporting-parenting/protective-factors-resiliency/> y Alaggia, R. y Donohue, M. (2018). Take These Broken Wings and Learn to Fly: Applying Resilience Concepts to Practice with Children and Youth Exposed to Intimate Partner Violence, *Smith College Studies in Social Work*, 88:1, 20-38, DOI: 10.1080/00377317.2018.1404282

22 Carter, T. A. (2012). *Resiliency in survivors of human trafficking: An exploratory study of clinicians' perspectives of protective factors.* Master Thesis, Smith College, Northampton, MA. <https://scholarworks.smith.edu/theses/889>

23 UNODC (2018). *Global Study on Homicide 2017.* Vienna.

24 Sabri, B., Stockman, J. K., Campbell, J. C., O'Brien, S., Campbell, D., Callwood, G. B., Bertrand, D., Sutton, L. W., ... Hart-Hyndman, G. (2014). Factors associated with increased risk for lethal violence in intimate partner relationships among ethnically diverse black women. *Violence and victims*, 29(5), 719-41. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4242409/>

25 Ibid.

- ▶ *Características de la relación abusiva.* Antes ser asesinadas, las mujeres suelen haber sufrido experiencias de violencia física severa, intento(s) de homicidio, y han tenido que buscar asistencia de salud y policial de emergencia. La percepción de miedo de la mujer es un indicador de riesgo de violencia letal.²⁶

Otros factores de riesgo en el ámbito relacional incluyen:

- a. Maltrato infligido anteriormente por el perpetrador, especialmente maltrato grave en los 30 días precedentes, y abuso cada vez más frecuente.
 - b. Presencia de un(a) niño(a) nacido de una relación anterior (que no sea hijo biológico del perpetrador).
 - c. Distanciamiento de la pareja.
 - d. Abandono de una relación de maltrato.²⁷
- ▶ *Embarazo.* Un grupo con riesgo de femicidio cometido por su pareja es el de las embarazadas, reveló un examen de los registros policiales y médicos forenses en 11 ciudades de los Estados Unidos de América.²⁸
 - ▶ *Consumo de alcohol.* En el Reino Unido, el 58 % de los varones encarcelados por violación dijeron haber consumido alcohol en las seis horas anteriores a la agresión y el 37 % eran considerados alcohólicos.²⁹
 - ▶ *Acceso a armas de fuego.* Parece ser, según la evidencia, que la tenencia de un arma de fuego por sí sola no determina la severidad y la recurrencia de la violencia femicida; asimismo, no es claro si determinadas características de un subgrupo de hombres que agreden a su pareja influyen en los niveles de severidad y la repetición de los hechos.³⁰ El predictor más consistente y fuerte de violencia futura con arma de fuego es la historia de conducta violenta del perpetrador.³¹
 - ▶ *Problemas de salud mental.* Algunos trastornos, como la personalidad antisocial y el trastorno límite de personalidad, pueden ser predictores de reincidencia de este tipo de violencia.³² El espectro de desórdenes mentales y necesidades terapéuticas en hombres que ejercen violencia hacia su pareja es amplio; puede incluir personalidad antisocial, depresión, ansiedad, consumo nocivo de alcohol o sustancias psicoactivas, estrés postraumático.³³

26 Ibid.

27 OPS/OMS. (2013). *Comprender y abordar la violencia contra las mujeres. Femicidio*. Washington DC. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/98828/WHO_RHR_12.38_spa.pdf?sequence=1

28 Ibid.

29 OMS (2006). *Violencia interpersonal y alcohol*. Ginebra. <http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/31381/OPSFGI16016-spa.pdf>

30 Folkes, S. E., Hilton, N. Z., Harris, G. T. Weapon use increases the severity of domestic violence but neither weapon use nor firearm access increases the risk or severity of recidivism. *J Interpers Violence*, 2013 Apr;28(6):1143-56. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23248355>

31 American Psychological Association. (2013). *Gun violence: Prediction, prevention, and policy*. Retrieved from <http://www.apa.org/pubs/info/reports/gun-violence-prevention.aspx>

32 Shorey, R. C., Febres, J., Brasfield, H., & Stuart, G. L. (2012). The Prevalence of Mental Health Problems in Men Arrested for Domestic Violence. *Journal of family violence*, 27(8), 741-748. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3532855/>

33 Askeland, I. R., Heir, T. (2014). Psychiatric disorders among men voluntarily in treatment for violent behaviour: a cross-sectional study. *BMJ Open*, 4:e004485. doi: 10.1136/bmjopen-2013-004485. <https://bmjopen.bmj.com/content/4/4/e004485>

2.1.2. Preguntas para examinar riesgos

Antes de comenzar

Para comprender los riesgos que enfrenta una víctima de VSBG, se debe evaluar qué preguntas hacer y cuándo hacerlas. Es clave usar lo que se conoce de la experiencia de la sobreviviente para determinar cuáles preguntas son apropiadas y para evitar preguntas no aplicables a la situación específica.

La conversación inicial suele dar pie a una evaluación de la seguridad (las circunstancias de la violencia y las preocupaciones inmediatas de la víctima). Después, se ayuda a la sobreviviente a evaluar los riesgos específicos relacionados con el agresor y con las circunstancias de vida, examinando la naturaleza y la magnitud de dichos riesgos.

Las preguntas para examinar riesgos de VSBG sirven para guiar la conversación entre proveedoras(es) de servicios y la sobreviviente sobre la planificación de seguridad y no deben usarse como lista de verificación o cuestionario.

Las circunstancias individuales de la víctima determinarán cuándo iniciar una discusión sobre la planificación de la seguridad y qué temas priorizar.

Temas generales

Antes de comenzar a analizar los riesgos con las víctimas, conviene tener en mente estos temas generales, para considerar si es pertinente incluirlos en las preguntas.

- a. Tipos y formas de violencia que viven las víctimas/sobrevivientes.
- b. Patrones de estas violencias (una vez o con regularidad), perfil y relación con el (los) agresor(es), condiciones que aumentan riesgos.
- c. Riesgos para la víctima y personas cercanas:
 - ▶ Seguridad física
 - ▶ Seguridad en distintos espacios (hogar, comunidad, centro educativo, lugar de trabajo, transporte, espacios públicos, otros pertinentes)
 - ▶ Seguridad emocional (sentimientos de confianza, angustia, inquietud, problemas de salud mental)
 - ▶ Seguridad tecnológica
 - ▶ Riesgos de la víctima de causar(se) daño a sí misma o a otras personas.
- d. Factores de riesgo relacionados con circunstancias de vida de la víctima.
- e. Factores de resiliencia (factores protectores que podrían reducir la probabilidad de seguir viviendo situaciones de violencia o de que esta aumente).

Las preguntas para examinar los riesgos deberán adaptarse a cada caso particular, considerando los temas mencionados anteriormente. A manera de ejemplo, se presentan a continuación algunas preguntas para examinar riesgos de violencia de pareja y violencia sexual.

Preguntas para evaluar el riesgo inmediato de violencia por la pareja³⁴

La mujer que responda afirmativamente al menos a tres de las siguientes preguntas puede correr un riesgo inmediato particularmente alto de sufrir violencia por la pareja.

Preguntas para evaluar riesgo inmediato de violencia por la pareja	Sí/No
¿Los maltratos físicos han sucedido con mayor frecuencia o han empeorado en los últimos seis meses?	
¿Su pareja ha utilizado alguna vez un arma o la ha amenazado con un arma?	
¿Su pareja ha intentado estrangularla alguna vez?	
¿Cree que su pareja sería capaz de matarla?	
¿Su pareja le ha pegado alguna vez estando usted embarazada?	
¿Su pareja tiene celos violentos y constantes?	

- ▶ Si se aprecia riesgo alto e inmediato, puede decir a la mujer: “Me preocupa su integridad. Veamos qué hacer para que no la lastimen”.
- ▶ Se pueden considerar opciones como llamar a la Policía y hacer arreglos para que ella no pase esa noche en su casa.

Algunas mujeres saben cuándo corren un peligro inmediato y tienen miedo de volver a su casa. Si la mujer está preocupada por su integridad, hay que tomar su preocupación con mucha seriedad. La percepción de riesgo de la víctima es un indicador importante del nivel de riesgo.

Otras mujeres quizá necesiten ayuda para percatarse de cuándo corren un riesgo inmediato. Incluso aquellas mujeres que no corren un riesgo alto e inmediato de violencia pueden beneficiarse de un plan de seguridad. Si la mujer tiene un plan, estará en mejores condiciones de manejar la situación en caso de que la violencia se desate repentinamente.

En el anexo 1, se presenta la evaluación de peligro de Campbell (2019) como una referencia de instrumentos para la evaluación de riesgos de sobrevivientes de violencia por la pareja o violencia física por cualquier persona.

34 OPS/OMS (2016). *Atención de salud para las mujeres que han sufrido violencia de pareja o violencia sexual. Manual clínico*. Washington, D.C. <http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/31381/OPSFGL16016-spa.pdf>

Preguntas para sobrevivientes de violencia sexual³⁵

Las mujeres que sufren una agresión sexual suelen conocer al agresor y es habitual que la agresión se produzca en la casa o en lugares a los que asisten con frecuencia (centro de estudios, lugar de trabajo, lugares públicos).

Seguridad física inmediata	Respuesta de la víctima
¿Dónde y en qué forma podría usted entrar en contacto con el perpetrador?	
¿Qué información tiene el perpetrador sobre su lugar de residencia, trabajo, centro de estudios u otros lugares donde usted va con regularidad?	
¿El perpetrador la ha amenazado directamente o de otra forma (por ejemplo, decirles a otras personas, ser despedida del trabajo, reportarla ante las autoridades, diseminar información sobre su vida sexual, colocar fotografías o información suya en medios electrónicos, redes sociales [Facebook, Instagram, internet, Twitter, etc.]?)	
¿El perpetrador la ha contactado a usted desde que ocurrió el hecho de violencia sexual?	
¿El perpetrador la ha acosado a usted, a su familia, a sus amigas(os)?	
¿Usted ha considerado denunciar el caso a las autoridades (Policía, Ministerio Público, juzgados, etc.)?	
¿Tiene usted una orden de protección contra el perpetrador? Si no, ¿cree usted que algún tipo de protección podría ser de ayuda?	
¿Tiene usted alguna razón para preocuparse por la familia o el círculo de amigos del perpetrador?	
¿Usted tiene lesiones físicas u otras preocupaciones sobre su salud como resultado de la violencia sexual? En caso positivo, ¿ha recibido usted asistencia médica?	
¿Usted tiene un teléfono celular que pueda utilizar para llamar o enviar un mensaje de texto en caso de necesitar ayuda?	
¿Hay cosas o medidas específicas que usted cree que pueda hacer para sentirse segura?	
¿Tiene usted un plan en caso de emergencia? Por ejemplo, si usted está en peligro o necesita atención médica ¿a quién llamaría, adónde iría y cómo obtendría ayuda?	

35 Adaptado de Victim Right Law Center (2013). *Safety planning with adult sexual assault survivors: A guide for advocates and attorneys*. http://www.victimrights.org/sites/default/files/Safety%20Planning%20with%20Adult%20Sexual%20Assault%20Survivors_A%20Guide%20for%20Advocates%20and%20Attorneys.pdf

Tecnología	
¿El perpetrador conoce su número de teléfono o su correo electrónico?	
¿Conoce el perpetrador alguno de sus códigos de acceso/contraseñas?	
¿Tiene usted cuentas en redes sociales? ¿Sabe cómo bloquear al perpetrador o los contactos del perpetrador?	
El perpetrador y/o sus contactos ¿la han contactado a través de medios electrónicos, redes sociales o han colgado información sobre usted en internet?	
¿Hay información personal (dirección, teléfono, correo electrónico, etc.) sobre usted en internet?	
Vivienda	
¿Tiene el perpetrador acceso a su vivienda?	
¿Con quién se puede quedar en caso de que usted tenga que salir de su vivienda?	
En su comunidad, ¿en quién confía usted?	
Centro de estudios (escuela, universidad, educación técnica)	
¿Está usted estudiando actualmente? (Si la respuesta es “no”, pase a la siguiente sección)	
¿El perpetrador conoce donde estudia usted?	
¿Es el perpetrador un estudiante o una persona en posición de autoridad en el lugar donde usted estudia?	
¿Le ha dicho a alguien en su centro de estudio sobre su experiencia de violencia sexual?	
Lugar de trabajo	
¿Usted está actualmente trabajando de manera remunerada? (Si la respuesta es “no”, pase a la siguiente sección)	
¿Es el perpetrador un compañero de trabajo o una persona de autoridad en el lugar donde usted trabaja?	
¿Alguien en su trabajo conoce sobre su experiencia de violencia sexual?	
¿Usted tiene algún contacto con el perpetrador en su lugar de trabajo?	
Comunidad	
¿Usted ve al perpetrador cuando usted va a lugares públicos?	
¿Usted tiene personas de confianza que podrían acompañarla a lugares a los que usted necesita ir?	
¿Está el perpetrador asociado al crimen (pandillas, narcotráfico, trata de personas, ciberviolencia, etc.)?	

2.2. Toma de decisión y prioridades

2.2.1. Marco general para la toma de decisión sobre los riesgos identificados

La toma de decisiones se desarrolla a lo largo del tiempo, de manera diferente para cada mujer, dependiendo de las circunstancias y las prioridades cambiantes.³⁶ Como ilustra la tabla 1, se basa en el análisis de riesgo por parte de la sobreviviente. Debe considerar si las decisiones mantendrán los riesgos en el mismo nivel o intensidad, si los reducirán, los empeorarán, o si realmente no puede predecirlo al momento de elaborar un plan de seguridad.

Tabla 1. Decisiones basadas en el análisis de riesgo

Decisiones ¿Igual, mejor, peor? ¿No está segura?	
Riesgos generados por el agresor	Riesgos generados por circunstancias de vida
Violencia física, sexual, emocional	Pobreza, limitaciones financieras, pérdida de activos
Daño físico y psicológico	Salud física y mental
Riesgos para niñas(os), adolescentes y otras personas cercanas	Limitadas o inadecuadas respuestas de las instituciones
Pérdidas financieras y materiales	Discriminación
Riesgos para familiares y/o amistades	
Riesgos legales	
Riesgos sociales (pérdida de redes sociales de apoyo)	

El apoyo para desarrollar un plan de seguridad requiere una mente abierta, así como un enfoque activo, pero constructivo y humilde, que busque mejorar la seguridad y respete el derecho de cada víctima a tomar decisiones sobre su vida.

El (la) proveedor(a) de servicios ayuda a la víctima a examinar cuáles son los riesgos que más le preocupan a ella y cuáles considera que deben ser priorizados. Si el (la) proveedor(a) tiene una perspectiva distinta de los riesgos, el intercambio sobre estas diferencias debe realizarse con modestia y respeto, considerando que, aunque disponga de información técnica relevante, es posible que no tenga la visión completa de los riesgos de la víctima.

Las sobrevivientes a menudo enfrentan múltiples riesgos generados por el agresor y las circunstancias de vida. Si una víctima da prioridad al riesgo de perder su vivienda, no significa que esté ignorando o minimizando el riesgo de violencia física, emocional, social o los riesgos que enfrentan sus hijas(os) u otras personas cercanas. La revisión de riesgos ayuda a una sobreviviente a sortear los peligros, al tiempo que el (la) proveedor(a) fortalece la alianza con ella hacia el objetivo de que esté más segura.

36 Davies, J. y Lyon, E. (2014). *Domestic violence advocacy: Complex lives/difficult choices*. SAGE Publications. <https://www.doi.org/10.4135/9781483352916>

Recuadro 5. Abandonar el hogar o separarse no es una opción para todas³⁷

Dejar una relación es una estrategia de seguridad común e importante, y permite que algunas víctimas y sus hijas(os) estén más seguras(os). Sin embargo, irse no es una opción para todas. Lejos de una garantía de seguridad, dejar el hogar puede significar una escalada de violencia, más peligro e incertidumbre para las (los) niñas(os) u otros familiares, así como la pérdida de un lugar donde vivir, de ingresos, trabajo, posiblemente de un seguro médico, conexión con su comunidad o incluso el apoyo de familiares o amistades.

Más recursos deben estar disponibles para que un mayor número de sobrevivientes tenga una forma confiable y segura de escapar de la violencia ejercida por su pareja en el corto y largo plazo. Lo importante es que las víctimas lleguen a contar con una verdadera elección respecto de su relación. Mientras se avanza hacia ese objetivo, se debe ofrecer más atención, opciones y comprensión para quienes permanecen en una relación o en contacto, incluidos las (los) niñas(os) que continuarán interactuando con un padre que es violento con su madre y, a veces, también con ellas(os).

Las víctimas que mantienen contacto o una relación con el agresor también merecen protección y un apoyo integral y eficaz para fortalecer su plan de seguridad.

Se cree comúnmente que una víctima puede detener la violencia de la que es objeto y, si simplemente busca ayuda, los recursos estarán allí para terminar la situación. Algunas víctimas pueden tener acceso a los recursos y el apoyo que necesitan, pero no todas. La vida de las sobrevivientes es compleja y, para la mayoría, las opciones son extremadamente limitadas. Las decisiones que deben tomar a menudo exigen un equilibrio doloroso de grandes presiones de la vida. Las sobrevivientes deben sopesar qué plan logrará la mayor seguridad y provocará el menor daño.

2.2.2. Opciones de los planes de seguridad

No existe una estrategia única o universal para que el agresor deje de ejercer violencia hacia las mujeres adultas, adolescentes y/o niñas. Muchos continúan ejerciéndola, aun cuando son privados de su libertad, cuando se les imponen medidas de seguridad a las víctimas, después de la separación de la víctima e incluso después de haber participado en programas de rehabilitación de agresores.³⁸

¿Cuál es una meta factible para los planes de seguridad, teniendo en cuenta que planificar vivir con tranquilidad puede resultar muy complejo? Una respuesta es hacer que las sobrevivientes estén más seguras de manera integral, como muestra el gráfico 2.

37 Davies, J. (2017). *Victim-Defined Safety Planning: A Summary*. Greater Hartford Legal AIDS. <https://vawnet.org/sites/default/files/assets/files/2018-07/Victim-Defined-Safety-Planning.1-17.pdf>

38 Laing, L. (2003). *What is the Evidence for the Effectiveness of Perpetrator Programmes?* Australian Domestic and Family Violence Clearinghouse. <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.516.9400&rep=rep1&type=pdf>

Gráfico 2. Metas de los planes de seguridad



Opciones pertinentes. Hay que adaptar la información que se ofrece a las víctimas y no simplemente ofrecer la misma a todas. Las sobrevivientes de violencia y sus personas cercanas están más seguras cuando los planes de seguridad incluyen estrategias relevantes para sus riesgos y circunstancias de vida.

Para el (la) proveedor(a) puede ser un reto si en la institución o el área geográfica donde trabaja no están disponibles los recursos que la sobreviviente necesita. Por esta razón, la seguridad definida por las víctimas requiere un esfuerzo tanto individual como institucional y comunitario para responder intersectorialmente a sus necesidades. El camino hacia una vida más segura implica, de parte de las(os) proveedoras(es) de atención, contribuir a reducir barreras para mejorar las opciones de las víctimas.

2.2.3. Elaboración del plan de seguridad

Después de analizar los riesgos y priorizar los más relevantes en ese momento, se establece un plan que incluye metas alineadas con los riesgos priorizados y las acciones correspondientes, considerando alternativas para estas últimas.

Es esencial que la víctima desarrolle un plan realista y posible de implementar, de modo que ella tenga un “sentido de propiedad” de las metas y acciones identificadas.³⁹ Un plan de seguridad es aconsejable independientemente de si ella decide interponer una denuncia, solicitar una orden de protección, huir del hogar, cambiar de lugar de residencia, dejar el trabajo o los estudios, o cualquier otra circunstancia.

39 ONU Mujeres. Planes de seguridad. <http://www.endvawnow.org/es/articles/1090-safety-plans.html>

Formato y ejemplo de un plan de seguridad personalizado

Fecha	Fecha en que fue revisado
Los siguientes pasos representan mi plan para aumentar mi seguridad, reducir algunos riesgos de sufrir violencia, aumentar mi estabilidad y fortalecer mi bienestar general. Aunque yo no tengo control sobre la violencia que ejerce quien me está haciendo o me hizo daño, tengo la opción de responder a situaciones futuras y lograr que yo y personas cercanas a mí podamos estar seguras.	
Meta	Acciones
1. Reducir los medios o evitar las situaciones que usa el agresor para intimidarme	<p>Si el agresor me acosa en redes sociales, yo haré lo siguiente...</p> <p>a.</p> <p>b.</p> <p>También puedo probar las siguientes opciones si veo que podrían ser útiles...</p> <p>a.</p> <p>b.</p>
2. Aumentar mi seguridad durante un incidente violento en el hogar	<p>a. Decirle a... sobre la violencia y pedirle que llame a la policía o al 911 si oye sonidos sospechosos de mi casa.</p> <p>b. Voy a usar... como código con mis hijas(os), amistades, vecinas(os) para avisar que deben llamar para pedir ayuda a la policía o al 911.</p> <p>c. Si decido irme de la casa, yo iré a... (decida sobre esto, aun cuando usted piense que esto no ocurrirá).</p> <p>d. Voy a tener dinero extra y documentos importantes en...</p>
3. Conservar mi energía y recursos emocionales y evitar momentos emocionales difíciles	<p>a. Cuando tenga que hablar con el agresor, en persona o por teléfono, yo puedo...</p> <p>b. Cuando me siento con bajo ánimo yo puedo llamar a... y a... que me pueden dar apoyo.</p> <p>c. Las cosas que puedo hacer para sentirme fuerte son...</p> <p>d. Puedo participar en el grupo de apoyo...</p>
4. Aumentar mi estabilidad económica y mejorar mis condiciones de vida	<p>a. Ahorraré (cantidad de dinero)... para ...</p> <p>b. Tomaré un curso sobre...</p> <p>c. Buscaré información sobre (empleos, microempresas, etc.).</p>

En el anexo 2 se incluyen sugerencias para guiar la elaboración del plan de seguridad a mujeres sobrevivientes de VSBG y de diferentes contextos: para quienes viven con el agresor o se preparan para dejarlo, para quienes padecen abuso financiero, para las que viven en áreas rurales o están en medio de una emergencia sanitaria, para víctimas de violencia sexual o de acoso/acecho, para

quienes son víctimas de trata de personas, para la prevención en redes sociales y para adolescentes usuarias del internet.

La planificación de la seguridad integral es un proceso continuo. Con el tiempo, pueden surgir nuevas preocupaciones que requieran un ajuste del plan de seguridad. Para muchas sobrevivientes, mejorar la seguridad (emocional, mental, física y económica) será una meta sobre la que tendrá que desarrollar acciones por un periodo de tiempo. El (la) proveedor(a) de servicios deberá animar a las sobrevivientes a que le comuniquen cuando cambien sus necesidades o circunstancias para trabajar con ellas en la adaptación de sus planes de seguridad. La reevaluación del plan de seguridad es una intervención que debe estar incluida en todas las citas subsecuentes.



3. Apoyo a la implementación del plan de seguridad

Respuesta intersectorial y comunitaria

Las (los) proveedoras(es) de servicios pueden apoyar la puesta en marcha del plan de seguridad ofreciendo información o coordinando internamente o con distintas instituciones, incluyendo organizaciones comunitarias:

- ▶ Asistencia legal, médica, financiera, atención psicológica especializada u otra.
- ▶ Recursos (casa refugio, transporte, grupos de apoyo, especialistas de salud mental, consejería para adicciones, etc.).
- ▶ Redes de apoyo en familia y comunidad (recursos de apoyo en la comunidad, círculo de amigas[os], familia u otras redes pertinentes).
- ▶ Coordinación de medidas de seguridad con empleadores, autoridades escolares/universitarias, instancias encargadas de protección a la ciudadanía contra el crimen (pandillas, narcotráfico, trata de personas, ciberviolencia) u otras pertinentes.
- ▶ Involucramiento de instancias comunitarias (organizaciones locales, líderes[as]) en la protección de las víctimas o en riesgo de VSBG.⁴⁰

Las personas cercanas también pueden apoyar la seguridad de las sobrevivientes mediante el contacto y apoyo en el momento oportuno, el soporte en la creación de un plan de seguridad y la identificación de potenciales recursos de apoyo. En muchas sociedades, antes de buscar ayuda institucional, las víctimas les cuentan sobre sus experiencias de violencia a familiares, vecinas(os) y amistades.⁴¹

.....
⁴⁰David-Ferdon, C., Vivolo-Kantor, A. M., Dahlberg, L. L., Marshall, K. J., Rainford, N. & Hall, J. E. (2016). *Un paquete técnico integral para la prevención de la violencia juvenil y los comportamientos de riesgo asociados*. Atlanta, GA: Centro Nacional para la Prevención y el Control de Lesiones, Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.

⁴¹ Bott S et al. (2012). *Violence Against Women in Latin America and the Caribbean: A comparative analysis of population-based data from 12 countries*. Washington, DC: PAHO, 2012.

Recuadro 6. Si una mujer que usted conoce está sufriendo violencia⁴²

- ▶ Llámela o envíele un mensaje: hágale saber que se preocupa por ella y está disponible para apoyarla.
- ▶ Ayúdele a crear un plan de seguridad.
- ▶ Si cree que ella está en riesgo, llame a la línea de apoyo para sobrevivientes de violencia o al 911.
- ▶ Identifique potenciales servicios de apoyo gubernamentales y no gubernamentales que garanticen seguridad, privacidad y calidad de atención.
- ▶ Recuerde que no puede tomar decisiones por otra persona, pero puede alentarla a pensar en su bienestar, a crear un plan de seguridad, a usar servicios disponibles y a practicar el autocuidado.

La educación a la población general y a *bystanders* (testigos, observadoras[es]) sobre cómo apoyar adecuadamente la seguridad integral de las sobrevivientes de violencia es clave para evitar revictimización y efectos adversos.

Estrategias de las(os) proveedoras(es) de servicios para minimizar riesgos de las víctimas⁴³

- ▶ Hable con la mujer sobre la violencia únicamente cuando usted y ella estén en privado. Nadie mayor de dos años debe oír la conversación.
- ▶ Nunca aborde el tema de la violencia si otros familiares u otra persona que la acompañe, aunque sea una amiga, puede oírlos.
- ▶ Quizá sea preciso inventar una excusa para poder hablar con la mujer en privado, como enviar al acompañante a hacer un mandado o un trámite. Si la mujer trae a sus hijas(os) al servicio, puede pedirle a un colega de trabajo que las(os) cuide mientras usted conversa con ella.
- ▶ En todo momento recuerde mantener la confidencialidad de los datos de la mujer y personas cercanas que se documentan en los formularios institucionales. Dichos documentos deben conservarse en un lugar seguro y no deben estar sobre un escritorio ni a la vista de cualquier persona.
- ▶ Hable con la mujer sobre cómo va a justificar su ausencia de la comunidad, de la casa, lugar de trabajo, centro de estudios. Si tiene que llevarse documentos (para la Policía, por ejemplo), hable con ella sobre qué hacer con ellos y cómo guardarlos apropiadamente.

42 Development Connections (2020). *Violencia contra las mujeres. Seguridad durante la pandemia de COVID-19*. Washington D.C. https://users.neo.registeredsite.com/0/2/7/17704720/assets/VSBG_Seguridad_y_COVID-19_3_April_2020-2.pdf

43 WHO. (2014). *Health care for women subjected to intimate partner violence or sexual violence. A clinical handbook*. Geneva. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/136101/WHO_RHR_14.26_eng.pdf?sessionid=79BBD3E6476AFA476A33B3C2FE0E8710?sequence=1



Anexos

Anexo 1. Evaluación de riesgo de sobrevivientes de violencia por la pareja o violencia física por cualquier persona⁴⁴

Se ha asociado la presencia de varios factores de riesgo con un aumento en el riesgo de homicidio (o asesinato) de mujeres y hombres con relaciones violentas. No puede predecirse qué pasará en su caso, pero nos gustaría que se mantuviera atenta al riesgo de homicidio en situaciones de maltrato, y que compruebe cuántos y cuáles son los factores de riesgo que se dan en su caso.

Usando un calendario, por favor señale las fechas aproximadas durante el último año en las que usted sufrió abusos/agresiones por su pareja o expareja. Escriba en esa fecha cómo fue de grave el incidente, de acuerdo con la siguiente escala:

1. Bofetadas, empujones; sin lesiones ni dolor prolongado.
2. Puñetazos, patadas; arañazos/erosiones, cortes con lesiones y/o dolor prolongado.
3. Palizas; contusiones severas, quemaduras, huesos rotos o fracturas.
4. Amenaza con usar un arma; lesiones en cabeza, lesiones internas o lesiones permanentes.
5. Uso de armas; heridas por arma.

(En caso de coincidir más de una de las situaciones anteriores, escoja el número más alto).

Conteste **sí** o **no** a cada una de las siguientes preguntas.

("Él" se refiere a su marido, pareja, exmarido, expareja o quien actualmente esté agrediéndola físicamente).

	Sí	No
1. ¿Ha aumentado la violencia física en severidad o frecuencia, en el último año?		
2. ¿Tiene él algún arma?		
3. ¿Le ha dejado usted, después de vivir juntos, en el último año?		
3a. (Si nunca ha vivido con él, señálelo aquí ___)		
4. ¿Está él desempleado (sin trabajo) actualmente?		
5. ¿Ha usado algún arma contra usted o le ha amenazado con algún arma?		
5a. (En caso afirmativo, ¿fue con una pistola? Señálelo aquí ___)		
6. ¿Le ha amenazado con matarla?		
7. ¿Ha evitado él ser arrestado por violencia doméstica?		
8. ¿Tiene usted algún niño/hijo que no es de él?		
9. ¿Le ha forzado a mantener relaciones sexuales cuando usted no lo deseaba?		
10. ¿Ha intentado alguna vez estrangularla?		
11. ¿Toma él drogas (por ejemplo, anfetaminas, cocaína, heroína, crack u otras)?		
12. ¿Es alcohólico o tiene problemas con el alcohol?		
13. ¿Le controla él la mayoría de sus actividades diarias? Por ejemplo, le dice con quién puede hacer amistades, cuándo puede ver a su familia, cuánto dinero puede usar/gastar, o cuándo puede usar el carro.		
13a. (Si lo intenta pero usted no le deja, señálelo aquí ___)		

⁴⁴ Campbell, J. C. (2004). Evaluación de peligro (Danger Assessment, www.dangerassessment.com). <https://learn.nursing.jhu.edu/instruments-interventions/Danger%20Assessment/DASpanish2010.pdf>

14.	¿Es celoso con usted constante y violentamente? (Por ejemplo, dice “si no puedo tenerte, nadie podrá”).		
15.	¿Le ha golpeado alguna vez estando embarazada?		
15a. (Si no ha estado nunca embarazada de él, señálelo aquí ____)			
16.	¿Alguna vez él ha amenazado con suicidarse o lo ha intentado?		
17.	¿Amenaza él con hacer daño a sus hijos?		
18.	¿Cree usted que es capaz de matarla?		
19.	¿La persigue o espía, le deja notas amenazantes o mensajes en el contestador, destruye sus cosas o propiedades, o le llama cuando usted no quiere?		
20.	¿Alguna vez ha amenazado usted con suicidarse o lo ha intentado?		
Total de respuestas Sí _____			

Gracias. Por favor, consulte con su enfermera o consejero las implicaciones que la evaluación de riesgo tiene para usted.

Anexo 2. Medidas de seguridad para diferentes tipos de violencia o contextos

A. Seguridad para personas que viven con un agresor

Este es el tipo de sugerencias que las (los) proveedoras(es) pueden darles a las víctimas de violencia que viven con un agresor.

Durante la violencia

- ▶ Esté pendiente de cualquier señal que muestre que el agresor está a punto de ponerse violento para evaluar qué tan peligrosa es la situación para usted y sus hijas(os). El agresor puede tener patrones de violencia.
- ▶ Trate de alejarse de la situación (así como a sus hijas[os]), si parece que puede haber violencia, antes de que empiece la agresión.
- ▶ Esté pendiente de cualquier objeto que el agresor pudiera usar como arma. De ser posible, mantenga alejado cualquier objeto puntiagudo o pesado, que pudiera lastimar, como martillos o picahielos.
- ▶ Tenga presente en dónde se encuentran las pistolas, los cuchillos y otras armas. Si puede, guárdelas bajo llave o haga lo posible para que no sean de fácil acceso.
- ▶ Identifique los “lugares más seguros” dentro de su casa, donde no haya armas de fácil acceso. Si parece que el agresor está a punto de lastimarlo, trate de ir a un lugar seguro. Manténgase lejos de la cocina, la cochera, el taller o cualquier espacio donde haya objetos que puedan usarse como armas. Trate de evitar cuartos con el piso de losas o madera, de ser posible.
- ▶ Si el agresor comienza a lastimarlo, no corra hacia donde se encuentran sus hijas(os), ya que también puede lastimarlo(s) a ellas(os).

- ▶ Si no hay manera de escapar de la violencia en ese preciso momento, conviértase en un blanco pequeño. Arrincónese en una esquina y colóquese en forma de bolita. Proteja su cara y coloque sus brazos alrededor de la cabeza, uno a cada lado y entrelazando sus dedos.

Lo que debe decirles a las (los) hijas(os)

- ▶ Cree un plan con sus hijas(os) para el momento en que ocurra violencia. Pídeles no involucrarse si el agresor le está lastimando, ya que ellas(os) también pueden salir lastimadas(os). Elija una palabra clave para que sepan cuándo salir de la casa e ir a buscar ayuda. Si el agresor no los deja salir de la casa a salvo, decidan un lugar dentro de la casa, que pudiera ser seguro y adonde ellas(os) puedan ir y pedir ayuda, tal como un cuarto con llave y un teléfono. Asegúrese de que ellas(os) sepan que su prioridad es estar a salvo, y no protegerle a usted físicamente.
- ▶ Practique diferentes formas de salir de la casa a salvo. Practique con sus hijas(os) también.
- ▶ Planee lo que haría si sus hijas(os) le dijeran a su pareja lo que está planeando o si su pareja lo averiguara de otra forma.
- ▶ Platique con sus hijas(os) y hágales saber que la violencia nunca es buena, aun cuando sea por parte de alguien a quien ellos aman. Y que la violencia no es ni culpa de ellas(os) ni culpa de usted. Hágales saber que cuando alguien es violento, lo importante es mantenerse a salvo.

Formas de obtener ayuda

- ▶ Si necesita ayuda en un lugar público, grite “¡fuego!”. La gente responde con más rapidez a un grito de “fuego” que a cualquier otro grito de auxilio.
- ▶ De ser posible, tenga un teléfono en un lugar donde usted sepa que puede llegar a él. Apréndase los números a los cuales llamar en caso de necesitar ayuda, como el de instituciones de apoyo a sobrevivientes de violencia. Tenga presente en dónde se encuentra el teléfono público más cercano, en caso de que tenga que salir de prisa de su casa y no se haya llevado su celular.
- ▶ Avíseles a amigas(os) y vecinas(os) de su confianza lo que está sucediendo en su hogar. Cree un plan con ellas(os) para que sepan qué hacer cuando necesite ayuda, cómo llamar a la policía o tocar a su puerta. Invente una señal junto con un(a) vecino(a) en que confíe, como encender y apagar las luces o colgar algo en la ventana, para que sepa que usted necesita ayuda.
- ▶ Tenga con usted una copia de sus documentos importantes y los de sus hijas(os), como actas de nacimiento, identificación, pasaportes, documentos migratorios y tarjetas de seguro social, en caso de que tenga que salir de prisa.
- ▶ De ser posible, llame a la línea para sobrevivientes de violencia de vez en cuando para plantear las opciones y platicar con alguien que le entienda, aun cuando no se sienta lista para irse.

- ▶ Piense en distintos pretextos para salir de su casa en diferentes horas del día y de la noche, y que el agresor las crea, en caso de que sienta que la violencia está a punto de estallar y necesite una excusa para salir.
- ▶ Si usted tiene vehículo, habitúese a tener el tanque de gasolina lleno y a estacionarlo en reversa, por si necesita salir rápidamente. Tenga las llaves del carro siempre en el mismo lugar para que las pueda tomar con facilidad. Si usted necesita huir sola (en caso de que no tenga hijas[os]), deje el seguro de la puerta del (la) conductor(a) abierto y los demás cerrados para un escape más rápido.

B. Seguridad mientras se prepara para dejar a un agresor

Este es el tipo de sugerencias que las (los) proveedoras(es) pueden darles a las víctimas de violencia que se preparan para dejar a un agresor, es decir, para elaborar un plan de escape.

Prepararse para partir

- ▶ Cree un plan de salida, incluyendo adónde irá, qué ruta tomará y cómo evitará ser rastreada. Cree un plan en caso de que tenga tiempo para prepararse para su partida. Cree otro plan en caso de que tenga que salir de prisa.
- ▶ De ser posible, guarde cualquier evidencia de maltrato físico y llévela con usted cuando se vaya. Asegúrese de guardar esta evidencia en un lugar seguro para que el agresor no la encuentre. Esto puede significar que la tenga que guardar bajo llave en algún cajón del trabajo o con algún familiar de su confianza. Si el agresor la encuentra, usted puede estar en mayor peligro. La evidencia de maltrato físico puede incluir:
 - ◆ Fotos de moretones u otras heridas que tenga. De ser posible, póngales fecha a las fotos.
 - ◆ Ropa rota o ensangrentada.
 - ◆ Objetos de la casa que el agresor haya roto o dañado durante algún episodio de violencia.
 - ◆ Fotos que muestren su casa destruida o desordenada después de que haya ocurrido violencia.
 - ◆ Cualquier registro médico o de la policía que haya documentado el maltrato.
 - ◆ Cuando resulte lastimada, acuda a un(a) doctor(a) o a una sala de emergencia tan pronto como le sea posible. Cuénteles lo que pasó. Pídale que haga un registro de su visita y de lo que le pasó a usted. Asegúrese de obtener una copia del registro.
 - ◆ Un diario con detalles del maltrato que haya podido guardar y que pudiera ayudar a probar el maltrato en una corte.
 - ◆ Cualquier otra cosa que usted crea que pudiera ayudar a demostrar que ha sido maltratada.

- ♦ Si tiene evidencia de otros tipos de maltrato (mensajes de voz amenazantes, mensajes de texto, correos electrónicos, etc.), también lleve esos con usted.
- ▶ Prepare una bolsa que pueda tomar con facilidad al momento de partir. Incluya lo siguiente:
 - ♦ Dinero, chequera, tarjetas de débito o crédito.
 - ♦ Documentos de identidad, pasaporte, cédula de identidad, licencia de conducir, partida de nacimiento de las (los) hijas(os).
 - ♦ Números telefónicos de amigas(os), conocidas(os), doctoras(es), escuelas, servicios de taxi y la organización para la violencia contra las mujeres cerca de usted.
 - ♦ Una muda de ropa tanto para usted como para sus hijas(os).
 - ♦ Cualquier medicina que usted o sus hijas(os) necesite tomar.
 - ♦ Copias de las actas de nacimiento, tarjeta del seguro social, registros escolares y certificado de vacunación de sus hijas(os).
 - ♦ Copias de documentos legales de usted y del agresor, como tarjeta de identidad, pasaportes, registros médicos, información de su seguro, actas de nacimiento, acta de matrimonio, testamentos, información de identidad de beneficios que reciba del Estado y copias de cualquier orden de la corte, como órdenes de protección o de custodia.
 - ♦ Copias de documentos financieros tanto de usted como del agresor (comprobantes de ingresos, información de la cuenta bancaria, una lista de tarjetas de crédito, individuales o compartidas con el agresor).
 - ♦ Cualquier evidencia que haya guardado y que muestre el maltrato.
 - ♦ Algunas cosas que usted quiera llevar consigo, como fotos, joyería u otros artículos personales.
 - ♦ Si tiene vehículo, copia de las llaves.
- ▶ Tenga copias fotográficas en su teléfono celular de todos los documentos importantes (de identidad, legales y financieros).
- ▶ Esconda la bolsa en algún lugar en donde el agresor no la pueda encontrar. Trate de dejarla con un(a) amigo(a) de confianza o con su vecino(a). Evite que sean las (los) vecinas(os) de al lado, familiares cercanos o amigas(os) en común, ya que sería más probable que el agresor la encuentre allí. Si la bolsa es descubierta por el agresor, diga que es una “bolsa en caso de huracán” o “bolsa en caso de incendio”. Si usted se encuentra en una emergencia y necesita salir de inmediato, no se preocupe por preparar estos artículos. Aunque el tenerlos es de gran ayuda, es primordial salir a salvo.
- ▶ Trate de guardar dinero aparte. Si el agresor controla el dinero de la casa, esto puede significar que solo pueda ahorrar poco dinero por semana; lo más importante es que ahorre lo que sea posible, pero que no llame la atención del agresor y esto le ponga en mayor peligro. Usted puede pedir a amigas(os) o familiares de confianza que guarden su dinero para que el agresor no lo pueda encontrar y/o usar.

- ▶ Si usted no ha trabajado fuera del hogar y le preocupa su capacidad de mantenerse usted misma, trate de desarrollar habilidades laborales tomando clases en alguna escuela comunitaria o vocacional. Esto puede que le ayude a conseguir un trabajo antes o después de haber salido de su casa y así no necesitará depender económicamente del agresor.
- ▶ Cuando se prepare para salir de su casa, una parte importante del plan de seguridad puede ser obtener una orden de protección. Aun cuando haya conseguido una orden de protección, usted debe tomar otras medidas de seguridad para mantenerse a salvo, así como a sus hijas(os). Una orden de protección legal no es siempre suficiente para mantenerse a salvo.
- ▶ Prepare su partida cuando el agresor menos lo imagine. Esto le dará más tiempo de huir antes de que él se dé cuenta.
- ▶ Si tiene mascotas y está preocupada por su bienestar, considere medidas para protegerlas.

Llevarse a las (los) hijas(os)

- ▶ Si usted planea llevarse a sus hijas(os), por lo regular es mejor consultar antes a un(a) abogado(a) especializado en violencia doméstica y custodia para asegurarse de no cometer una infracción a la ley.
- ▶ Si deja a sus hijas(os) con el agresor puede afectar de forma negativa sus oportunidades para obtener la custodia después ante la corte.

Escape

- ▶ Determine cuándo es el mejor momento para irse. La primera opción puede ser cuando el agresor esté dormido, fuera de la casa u ocupado con algo. La segunda, crear una razón para salir. Por ejemplo, ir a la tienda o farmacia a comprar artículos esenciales o fingir que un familiar requiere su ayuda de inmediato. También podría fingir estar enferma y que necesita ir al médico. Solo haga esto si es seguro hacerlo.
- ▶ Es importante saber de antemano adónde irá. Podría ser a la casa de un(a) amigo(a) o familiar (hay que avisarle de antemano, si es posible), un refugio o casa de acogida, una estación de policía. La policía también puede llevarla o referirla a una institución de apoyo. Si no puede irse sola, comuníquese con un número de emergencia para obtener ayuda.

Después de haber partido

Si usted está huyendo a un lugar confidencial y teme que el agresor vaya a buscarle, usted puede dejar pistas falsas. Por ejemplo, hacer llamadas a tiendas, farmacias, escuelas, etc., en algún lugar situado al menos a seis horas de donde usted planea ir en realidad y hágales preguntas que requieran que le regresen la llamada. Proporcióneles su número telefónico antiguo, es decir, el de la casa en donde vivía con el agresor, no el del nuevo lugar a donde se mudará.

Sin embargo, no haga estas llamadas antes de irse. Si alguien le regresa la llamada mientras usted sigue con el agresor, o si este pudiera revisar su teléfono y ver los números que ha marcado, será un indicio para él de que usted está planeando irse, lo que le puede poner en gran peligro.

C. Seguridad financiera⁴⁵

Es relevante conversar con la sobreviviente de VSBG sobre el abuso financiero y, si fuera pertinente, ofrecerle sugerencias para planificar su seguridad financiera.

¿Qué es el abuso financiero? Al igual que el abuso físico, el financiero a menudo comienza de manera sutil y progresa con el tiempo. Ocurre en casi todos los casos de violencia doméstica, a menudo atrapando a la víctima en la relación.

Ocurre abuso financiero cuando el (la) abusador(a):

- ▶ controla cómo se gasta el dinero;
- ▶ toma todas las decisiones financieras;
- ▶ retiene dinero o “da una asignación”;
- ▶ no permite que su pareja trabaje, gane dinero o vaya a la escuela, lo que incluye prohibir o sabotear estos esfuerzos;
- ▶ obliga a su pareja a trabajar en una industria o ubicación donde no quiere trabajar;
- ▶ retiene los recursos básicos para la vida, incluidos medicamentos, alimentos, etc.;
- ▶ roba dinero, identidad, crédito, propiedad, etc., lo que incluye obligar a la víctima a ceder activos o presentar documentos legales o fiscales fraudulentos;
- ▶ destruye el crédito o la credibilidad, incluido el uso excesivo del crédito.

En una relación financiera saludable, ambas partes:

- ▶ tienen acceso a los estados financieros y a la información, aunque una sola persona administre las finanzas;
- ▶ reconocen y respetan que la toma de decisiones es igual, independientemente de quién gane más ingresos;
- ▶ conocen cómo se gasta el dinero;
- ▶ se sienten seguras de identificar y expresar cuando tienen diferentes valores sobre el dinero y negocian metas financieras;
- ▶ tienen acceso al dinero individualmente.

Seguridad y finanzas

Mientras usted está en la relación:

- ▶ Si es seguro, ponga los ingresos adicionales (no importa cuán pequeños sean) en una cuenta privada separada o en un escondite.
- ▶ Tenga un plan de qué hacer si el agresor descubre esos ahorros.

45 National Network to End Domestic Violence (2017). *Financial Safety Planning*. <https://nnedv.org/content/financial-safety-planning/>

Al irse, considere:

- ▶ tomar al menos la mitad de los fondos conjuntos (inmediatamente después de irse), el 75 % si se va con las (los) hijas(os);
- ▶ documentar cómo se gastaron los fondos, ya que se puede solicitar para contabilizar los gastos en una fecha posterior;
- ▶ abrir cuenta bancaria separada; y
- ▶ cambiar todos los depósitos directos y los números de identificación personal (PIN) de la cuenta.

Divulgar:

- ▶ Piense en todos los pros y los contras de revelar el abuso a los empleadores, los beneficios públicos y la vivienda.
- ▶ Dependiendo de las leyes vigentes, puede haber algunas protecciones para los sobrevivientes de violencia.

Órdenes de protección

- ▶ Puede sacar a la pareja abusiva del hogar y prohibirle el contacto.
- ▶ Si la ley lo permite, puede solicitar un apoyo económico temporal, incluida la manutención de las (los) hijas(os)/cónyuge o la asistencia hipotecaria/de alquiler.

Manutención de los hijos

Usted puede ser elegible para cobrar la manutención de las (los) hijas(os) si hay al menos una(o) menor de 18 años.

Consideraciones adicionales

- ▶ *Seguridad informática / internet:* Tenga cuidado al completar aplicaciones o solicitudes en línea. Cambie todos los nombres de usuario y contraseñas en todas las cuentas en línea (banca, correo electrónico, etc.).
- ▶ *Lugar de trabajo:* Si es posible, controle las llamadas telefónicas. Considere todas las implicaciones de la divulgación a su empleador o al del agresor.

D. Seguridad de sobrevivientes de violencia doméstica en áreas rurales⁴⁶

Si la víctima vive en un área rural o en un pueblo pequeño, considere estas sugerencias adicionales al apoyarla para crear un plan de seguridad.

1. A la policía o autoridades locales o comunitarias les puede tomar mucho tiempo llegar.

- ▶ Si llama a la policía, vaya a un lugar seguro y espere a que llegue. Puede ir a la casa de un(a) amigo(a) de su confianza o de un(a) vecino(a), o a un lugar público que considere seguro.

.....
⁴⁶ Women's Law. (2016). *Seguridad en áreas rurales*. USA. <https://www.womenslaw.org/es/sobre-el-maltrato/ideas-para-su-seguridad/seguridad-en-areas-rurales>

- ▶ Si usted decide dejar al agresor, piense también en salir de su área, aunque sea por un corto tiempo. Piénselo aun cuando haya conseguido una orden de protección.

2. Si no dispone de un medio de transporte propio o no hay autobuses, taxis u otros medios de transporte público disponibles, puede buscar transporte con:

- ▶ un(a) amigo(a) de su confianza;
- ▶ alguien del departamento de policía;
- ▶ un(a) miembro de una iglesia o grupo religioso local;
- ▶ alguien que trabaje con una organización local de atención a la violencia doméstica.

3. Si vive en una localidad donde es común la tenencia de armas, es grande la posibilidad de que el agresor tenga (o tenga acceso a) pistolas y otras armas en casa. Sepa dónde se encuentran las pistolas, cuchillos y otras armas. Si puede, guárdelas bajo llave o haga lo posible para que no sean de fácil acceso.

- ▶ Busque los “lugares seguros” (lugares donde no haya armas) dentro de su casa. Si parece que el agresor está a punto de lastimarle, trate de ir a un lugar seguro. Manténgase lejos de la cocina, la cochera, el taller u otras áreas donde las armas puedan estar a su alcance.

4. Si usted vive, trabaja o pasa tiempo en áreas apartadas, en donde las (los) vecinas(os) o transeúntes no pueden ver ni escuchar lo que sucede, esto puede aumentar el nivel de peligro.

- ▶ Cuando le sea posible, trate de no estar en áreas apartadas. (Si usted vive o trabaja en áreas apartadas, no le será fácil cambiar esto).
- ▶ De ser posible, viaje en grupo. Si puede, pídale a alguien que esté atento(a) a la seguridad y a lo que sucede alrededor.
- ▶ Considere abandonar el área, aunque sea por un corto periodo (incluso si cuenta con una orden de protección).
- ▶ De ser posible, lleve con usted un celular, aunque no se fíe mucho de este (puede no haber señal en algunos lugares o la batería se pudiera acabar). Trate de conseguir uno adicional para tenerlo como respaldo. Tenga los números de emergencia en los números de marcado rápido.

5. Los lugares seguros, como la casa de un(a) amigo(a) o un refugio, pueden estar lejos.

- ▶ Si vive en un lugar donde hace frío en el invierno, tenga a mano ropa abrigada (gorro, bufanda y chaqueta) tanto para usted como para sus hijas(os).
- ▶ Esté al tanto de dónde viven las (los) vecinas(os) a lo largo del camino, en caso de que necesite pedir ayuda a alguna(o) de ellas(os).
- ▶ Si tiene un vehículo, siempre tenga el tanque lleno.

6. Si su comunidad es muy pequeña, puede ser que la ubicación del refugio para sobrevivientes de violencia doméstica no sea confidencial.

- ▶ Si el agresor y otras personas conocen la ubicación del refugio, usted no puede bajar la guardia al entrar o salir de este.
- ▶ Considere acudir a un refugio que esté fuera del área donde usted vive, aunque sea por un periodo corto.
- ▶ Si usted acude en su propio vehículo a un refugio en su localidad, cubra su auto con una funda para que el agresor u otras personas no puedan verlo desde la calle.

E. Seguridad en situación de emergencia sanitaria⁴⁷

En casos de una emergencia sanitaria, este es el tipo de sugerencias que las (los) proveedoras(es) pueden darles a las víctimas de violencia.

Prepárese

Tenga a mano números de teléfono de emergencia o números de instituciones. Guárdelos en su teléfono o escríbalos en un papel que tenga con usted en todo momento.

Comuníquese con otras personas

- ▶ Si tiene un(a) amigo(a), compañera(o) de trabajo, miembro de la familia u organización local en quien confía y a quien pueda pedir ayuda, póngase en contacto con esa persona/organización y avísele que puede necesitar ayuda durante este tiempo. Asegúrese de que cuenta con al menos el apoyo de alguien para una situación de emergencia.
- ▶ Si algunas personas no se sienten cómodas con la idea de apoyarla en una situación de emergencia, comuníquese con otras.
- ▶ Puede comunicarse con varias personas y crear un grupo de WhatsApp. Así, si alguien no está accesible cuando necesite ayuda, otra persona podrá apoyarla. Dele a ese grupo un nombre “seguro” (“Grupo de iglesia”, “Madres voluntarias de la escuela” o “Comité de agua”, por ejemplo) para que no alerte sospechas si el agresor accede a su teléfono.
- ▶ Elimine mensajes en WhatsApp o mensajes de texto si el agresor tiene acceso a su teléfono.

Señales de solicitud de ayuda

- ▶ Cree una palabra código con su persona o grupo de confianza para que sepa(n) cuándo necesita ayuda. Seleccione una palabra fácil de recordar y que no se confunda con otras situaciones.

.....
⁴⁷ INAM y Ciudad Mujer Honduras. CONECTA. Honduras. <https://conecta.gob.hn/welcome/>

- ▶ Si tiene vecinas(os) que pueden ayudar, también puede crear una señal visual que les alertará en caso de riesgo (encender y apagar una luz exterior varias veces, o amarrar un pedazo de tela o papel alrededor de la reja del portón, de una planta o sobre cualquier cosa que sea visible desde el exterior de su casa o apartamento). Acuerde con su vecina(o) el tipo de asistencia que necesita dependiendo de la señal visual. Por ejemplo, una pieza de material rojo podría indicar que necesita que su vecina(o) se comuniquen con la policía. El material blanco podría indicar que necesita a su vecina(o) para crear una distracción, como tocar la puerta de su casa o llamar a su teléfono celular/fijo.
- ▶ Si tiene hijas(os) lo suficientemente mayores como para entenderlo, familiares que viven con usted (mamá, papá, hermanas[os], etc.), discuta este plan de seguridad con ellas y ellos también.

Borrar búsquedas/solicitudes de ayuda

- ▶ Si el agresor revisa su teléfono o si comparte el uso de una computadora en casa, elimine su historial de navegación en internet y en los sitios web visitados para obtener recursos; borre correos electrónicos, mensajes de WhatsApp o mensajes de texto enviados a amigas(os) y familiares pidiendo ayuda.
- ▶ Si solicitó ayuda por teléfono, marque otro número inmediatamente después, en caso de que el agresor revise su teléfono y vuelva a marcar a ese número.

Planificación para salir

- ▶ Empaque una bolsa con sus documentos, medicamentos, artículos de higiene personal y otras cosas importantes (para más detalle, ver anexo 2 B). Si tiene hijas(os) y/u otros familiares que viven con usted, incluya también artículos para ellas(os). Tenga en cuenta que, si esto no es posible, los refugios/casas de acogida podrían tener ropa y artículos de higiene si los necesita.
- ▶ Coloque esta bolsa en un lugar seguro y accesible. Antes de partir, asegúrese de tener saldo o recarga en su teléfono. Si no lo hace, comuníquese con su contacto de confianza para obtener ayuda para que le envíe saldo/recarga.

Mantenerse a salvo

Ayuda institucional. Solicite una orden de protección si aún no la tiene y si está decidida a iniciar un proceso de denuncia. Puede pedir ayuda al puesto policial más cercano para ser trasladada al lugar donde puede iniciar la denuncia (Fiscalía, juzgado).

Tenga cuidado de a quién le da su nueva dirección y número de teléfono.

Escuela de hijas(os). Asegúrese de que las escuelas de sus hijas(os) estén al tanto de la situación e infórmeles que solo usted o una persona designada por usted está autorizada a recogerlas(os) de la escuela. Considere cambiar la escuela de sus hijas(os), si esto es posible.

Trabajo. Si trabaja, asegúrese de que su lugar de trabajo esté al tanto de la situación. Si es posible, haga que revisen sus llamadas. Reprograme citas, reuniones u otras actividades si el agresor las conoce. Trate de usar diferentes tiendas, frecuentar áreas que el agresor no conoce y cambie de ruta para llegar a su trabajo y retornar a su casa.

Si se queda en casa. Intente cambiar las cerraduras y piense en formas de asegurar aún más su casa. Informe a sus amigas(os) y vecinas(os) que el agresor ya no vive con usted. Si no involucra un riesgo adicional, pídale que llamen a la policía si ven al agresor cerca de su casa.

Continúe hablando con personas de confianza sobre su situación. Busque asesoramiento sobre atención a traumas, asistencia legal, salud mental, atención médica, apoyo social, asistencia a niñas(os) y adolescentes o personas adultas mayores que viven con usted, solicitud de asilo en otro país, desplazamiento interno u otro tipo de asistencia.

F. Seguridad en caso de violencia sexual⁴⁸

A personas que han sido afectadas por asalto sexual, este es el tipo de sugerencias que las (los) proveedoras(es) pueden darles.

- ▶ Cuente con una(s) persona(s) en quien confíe y a quien pueda acudir para recibir apoyo.
- ▶ Familiarícese con sitios seguros cercanos a usted (albergues locales para víctimas de la violencia doméstica o la casa de un miembro de la familia). Conozca las rutas y memorícelas.
- ▶ Si la persona que la está lastimando está en casa: cuelgue campanas o algo que haga ruido en su puerta para ahuyentar a la persona que la lastima, o duerma en espacios abiertos como la sala. Mantenga las puertas dentro de la casa con cerradura o coloque algo pesado frente a ellas.
- ▶ Si usted se está protegiendo de alguien que no vive con usted, mantenga todas las puertas con cerradura cuando no las esté usando e instale un sistema de iluminación afuera con detectores de movimiento. Cambie las cerraduras si es posible.
- ▶ Si alguien estuviera vigilando su uso del computador, borre con frecuencia su memoria caché, historia y *cookies*. Además, podría usar otro computador en casa de un amigo o en una biblioteca pública.
- ▶ Cree una palabra clave entre usted y sus hijas(os) que significa “salgan de aquí”, o con su red de apoyo que significa “necesito ayuda”.

.....
48 RAINN (2021). Planificación de la seguridad. <https://www.rainn.org/articles/planificacion-de-la-seguridad>

- ▶ Invéntese varias razones creíbles para salir de la casa a distintas horas en caso de que la situación se ponga peligrosa.

G. Seguridad de víctimas de acoso/acecho⁴⁹

Para personas que son acechadas (perseguidas, espiadas), este tipo de sugerencias puede ofrecerles el (la) proveedor(a) de atención a VSBG.

¿Quiénes son los acosadores? Pueden ser personas con las cuales se tiene o se tuvo una relación, un(a) compañero(a) de trabajo, un(a) conocido(a) o incluso un(a) extraño(a).

- ▶ Si es seguro dejar de comunicarse con la persona que le acosa o acecha, detenga todo tipo de comunicación, pero guarde toda la evidencia de la conducta (correos de voz, textos, correos electrónicos, etc.) para cualquier acción futura criminal o judicial. Si no es seguro dejar de comunicarse con el agresor, quizá quiera limitar los contactos tanto como sea posible.
- ▶ Confíe en sus instintos. Si por alguna razón se siente intranquila, busque ayuda, aun cuando no esté sucediendo nada peligroso en el momento.
- ▶ Llame a sus contactos de confianza en caso de necesidad. Mantenga cargado su teléfono celular y siempre tenga programados los contactos de emergencia (quizás deba guardarlos bajo otro nombre). Memorice unos cuantos números que le pudieran ser útiles en caso de emergencia o en caso de no tener acceso a su celular.
- ▶ Tenga en mente un lugar seguro al cual acudir en caso de emergencia (una estación de policía, alguna iglesia, área pública, la casa de un[a] familiar o amigo[a] que el acosador no conozca, o algún refugio para sobrevivientes de violencia). Si alguien la está siguiendo, no es buena idea ir a su casa.
- ▶ Trate de no viajar sola y cambie su rutina. Cuando salga de su casa, hágase acompañar por alguien. Use rutas diferentes hacia el trabajo, la escuela, el mercado y otros lugares que visite con regularidad. Tenga en cuenta que el acosador puede poner un artefacto de monitoreo GPS en su teléfono (una señal de esto es que el acosador la encuentra incluso cuando usted varía su rutina o va a lugares inesperados).
- ▶ Esté consciente de la información de identidad que publica en internet a través de las redes sociales y compras en línea. Seleccione las configuraciones de seguridad más altas en cualquier cuenta de red social y piense detenidamente antes de proporcionar su información personal en páginas de compra por Internet.

.....
 49 Women's Law (2020). Consejos para víctimas de acecho. <https://www.womenslaw.org/es/sobre-el-maltrato/ideas-para-su-seguridad/consejos-para-victimas-de-acecho>; y RAINN (2021). Planificación de la seguridad. <https://www.rainn.org/articles/planificacion-de-la-seguridad>.

En la casa

- ▶ Cuénteles acerca de su situación a sus familiares, amigas(os), vecinas(os) y personal del edificio en que vive o trabaja (si es aplicable). Deles información sobre el acechador (incluyendo una fotografía). Pídales que le avisen o que llamen a la policía si lo ven en las inmediaciones.
- ▶ Mantenga en privado su dirección siempre que sea posible. Puede usar la dirección de un familiar cuando tenga que darla para cuentas, cartas o envíos. No usar su dirección actual puede hacerle más difícil a un acosador potencial encontrarle por internet.
- ▶ Pídale a sus amigas(os) y vecinas(os) que no den su dirección o número telefónico a nadie (incluso a alguien que aparente ser un mensajero o cartero).
- ▶ Si vive en un apartamento, no ponga su nombre en el directorio de inquilinos en la entrada del edificio. Use una variación de su nombre que solo sus amigas(os) y familiares reconozcan.
- ▶ Identifique y planee diferentes rutas de escape para salir de su casa.
- ▶ Empaque una bolsa con artículos importantes (dinero, tarjetas de débito o crédito, identificación, medicamentos, papeles importantes, llaves y otros artículos), en caso de que tuviera que salir de emergencia. Coloque la bolsa en algún lugar seguro, o pida a un(a) amigo(a) o familiar de confianza que se la guarde. También, considere guardar una segunda bolsa que incluya un registro del acoso.
- ▶ Instale en su casa o departamento una puerta sólida (no hueca) con cerradura de seguridad. Si no cuenta con todas sus copias de llave, cambie la cerradura y guarde en lugar seguro las copias extra. Si está siendo acosada por una persona que vive con usted, consulte con una institución que trabaje con sobrevivientes de violencia antes de cambiar las cerraduras. Arregle cualquier ventana o puerta.
- ▶ Si recibe llamadas no deseadas, cambie su número telefónico y que este no aparezca en los directorios. Para seguridad adicional, solicite a su compañía telefónica que bloquee su número para que no aparezca en los identificadores de llamadas (a este servicio se le conoce en algunos lugares como “bloqueo total” o “por línea”). Tenga presente que el bloqueo no siempre es 100 % efectivo.

En el trabajo y en la escuela

- ▶ Cuénteles acerca de su situación a sus compañeros(as) de trabajo, de escuela y al personal de seguridad del lugar. Deles información sobre el acechador (incluyendo una fotografía). Pídales que le avisen a usted o llamen a la policía si lo ven. Si le preocupa que alertar sobre el acoso en el trabajo puede ponerle en riesgo de ser despedida o puede afectar cómo su supervisor(a) le trata, hable con un(a) abogado(a) para ver si hay leyes que protegen de discriminación en el empleo a las víctimas de violencia o acoso.

- ▶ Pida a sus compañeros(as) de trabajo y de escuela que no den a nadie información suya. Pida al (la) director(a) de la escuela o al personal administrativo en su trabajo que ponga un aviso en su expediente de modo que su situación quede clara para personal de nuevo ingreso.
- ▶ Si usa transporte público, pida al guardia de seguridad de su trabajo o escuela que la acompañe a la estación de autobús o metro. Si usa su propio vehículo, estacionese en un área alumbrada y pida al guardia de seguridad que la acompañe a su auto.

Opciones legales/documentar las actividades del acechador:

- ▶ Reporte los incidentes y amenazas a la policía de manera inmediata, si esto es para usted una forma de mantenerse segura. (No para todas las personas resulta seguro denunciar de inmediato). Cuando presente una denuncia, anote el nombre del (la) oficial que se encuentra a cargo del caso y el número de referencia, si aplica. También puede solicitar una copia de la denuncia.
- ▶ Cree una bitácora del acoso, registre el día y la hora de cada incidente, así como lo que el acosador haya hecho o dicho, si usted llevó a cabo alguna acción y si alguien se encontraba presente. Pídale a los(as) testigos que escriban lo que hayan visto y pídale su información de contacto (nombre y número de teléfono), en caso de necesitar que la policía se comunique con él (ella).
- ▶ Guarde evidencia del acoso: conserve los mensajes del buzón telefónico, de texto o correos electrónicos que el acosador le haya enviado. Haga pantallazos de los mensajes de texto o tome una foto o video de la pantalla del celular con el mensaje visible. Evite mostrar al (la) juez(a) los mensajes en su propio teléfono, pues le retendrá el aparato como evidencia durante el procedimiento judicial.
- ▶ Considere solicitar una orden de protección en contra del (la) acosador(a), si la ley establece esta medida para los casos de acoso. Si le otorgan una orden de protección, lleve siempre con usted una copia de esta. Sin embargo, recuerde que aún las órdenes de restricción no siempre evitan que el acecho se convierta en violencia.

H. Seguridad de víctimas de trata de personas⁵⁰

Este es el tipo de sugerencias que las (los) proveedoras(es) pueden darles a personas que son víctimas de trata de personas.

¿En qué situaciones se es víctima de trata de personas? Cuando se es forzada a tener sexo por dinero o por algo de valor contra su voluntad; cuando se es forzada a trabajar o a realizar servicios contra su voluntad; si es menor de 18 años y está involucrada en la industria comercial del sexo.

.....
50 National Human Trafficking Hotline. <https://humantraffickinghotline.org/obtenga-ayuda>

- ▶ Confíe en su juicio. Si una situación o persona le hace sentir incómoda, confíe en su percepción.
- ▶ Mantenga en su posesión todos sus documentos importantes y su identificación.
- ▶ Lleve con usted números de teléfono importantes, incluyendo el número de alguien con quien puede contar si necesita ayuda.
- ▶ Asegúrese de tener un medio de comunicación (celular), acceso a su cuenta bancaria y cualquier medicamento que pueda necesitar. Lleve con usted un cargador para su celular.
- ▶ Documente cualquier contacto no deseado de su tratante (llamadas, textos, correos electrónicos, presencia de él en su lugar de empleo o casa) y guarde cualquier mensaje de voz, texto o correo electrónico amenazante.
- ▶ Cree una señal especial (luces intermitentes, una palabra o mensaje de texto código, etc.) que puede utilizar con un amigo/pariente/vecino de confianza para notificarle de que está en peligro o que una persona/situación es sospechosa.
- ▶ Si está en peligro, llame al número de emergencia de su país.

I. Prevención en redes sociales⁵¹

Definiciones

Cyberbullying o ciberacoso: Acoso psicológico a través de redes sociales, telefonía móvil y videojuegos en línea.

Doxing: Publicación de información privada sin consentimiento de la persona.

Grooming: Acoso ejercido por una persona adulta hacia un niño, niña o adolescente (NNA) con el propósito de establecer una relación de control emocional y de abuso sexual.

Sexting o sexteo: Envío de fotografías y videos de tipo sexual a determinada(s) persona(s) a través del móvil o cualquier otro dispositivo tecnológico. Es necesario reconocer que las mujeres tienen derecho a practicar el sexting (a expresar su sexualidad, orientación e identidad) de manera segura, sin que eso conlleve la imposición de etiquetas sociales que atenten contra su integridad. El envío y la recepción son consensuados, por lo que esta práctica no constituye, en principio, una agresión. Ahora bien, si el destinatario usa de forma no autorizada el contenido sexual, la víctima tiene derecho a exigir castigo y reparación del daño.

Shaming: Actos que tienen el objetivo de avergonzar a la víctima, principalmente a mujeres. El *fat-shaming* se refiere a la complexión física y el *slut-shaming* a comportamientos y deseos sexuales.

51 Gobierno de la Ciudad de México, Secretaría de las Mujeres. Tips para prevención de violencia en contra de las mujeres en redes sociales. <https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/violencia-cibernetica-contra-mujeres/identificala>

Stalking: Persecución, acecho y acoso compulsivo a otra persona en plataformas tecnológicas.

Sugerencias

Para la prevención del **doxing**, se recomienda verificar la configuración de la privacidad del contenido que se comparte, de modo que sea visto únicamente por los perfiles deseados. Para frenar esta práctica, se recomienda denunciar aquellas publicaciones con información privada de otras personas en redes sociales. Si se trata de una persona conocida, hay que avisarle de inmediato para que tome precauciones.

Para frenar el **grooming**, se recomienda conversar con NNA sobre la importancia de no compartir ningún tipo de información con personas desconocidas. También, prestar atención a los sitios web donde navegan. Si se nota un cambio de comportamiento, se sugiere manifestarles apoyo y darles confianza para que comuniquen los problemas que tienen y para buscar soluciones.

Para practicar el **sexting** seguro, se recomienda corroborar, al momento de compartir contenido sexual, que el envío sea dirigido a la persona a quien está destinado. Para incrementar la seguridad, se puede guardar el contenido en carpetas cifradas; asimismo, solicitar al receptor que borre el contenido inmediatamente después de haberlo recibido.

Para frenar el **shaming**, se recomienda denunciar bromas, burlas y contenidos digitales que representen acoso o discriminación contra las mujeres por su complexión física o por su comportamiento y expresiones sexuales. Además, no compartir contenidos que promuevan este tipo de violencia y reportar páginas que promuevan estos contenidos.

Para disminuir las posibilidades del **stalking**, se recomienda configurar las redes sociales de manera que no sea posible la localización por número telefónico y/o correo electrónico. Asimismo, no vincular las redes sociales con el correo electrónico o crear una cuenta de correo electrónico exclusiva para cada red social.

En general, para un uso seguro de las redes sociales se recomienda:

- ▶ usar verificación al inicio de sesión;
- ▶ crear contraseñas que contengan números, letras, símbolos, mayúsculas y minúsculas;
- ▶ cerrar sesión siempre que se use un dispositivo ajeno o de uso colectivo;
- ▶ no usar la opción de recuerdo de contraseña en computadoras a las que otros tengan acceso;
- ▶ actualizar las aplicaciones para mantener también actualizadas las medidas de seguridad de las redes sociales;

- ▶ buscar ayuda especializada en caso de sospechar sobre la identidad o intención de alguien que intente contactar a través de redes sociales;
- ▶ hacerse acompañar de personas de confianza y verse en lugares públicos, si se desea acudir a citas a ciegas con personas a las que solo se conoce por redes sociales.

J. Ciberseguridad para adolescentes

Este es el tipo de sugerencias que las (los) proveedoras(es) pueden darles a adolescentes para que estén seguras(os) cuando naveguen por el ciberespacio.

- ▶ Nunca envíe su información personal (nombre, dirección, número telefónico, fotografías o el nombre de su escuela) al ciberespacio.
- ▶ Recuerde que cualquier información personal que le envía a alguien puede ser reenviada a otras personas con mucha rapidez.
- ▶ Nunca haga planes para conocer a un “amigo” que ha hecho en línea sin consultar primero con su madre/padre/tutor. Si el adulto encargado está de acuerdo con la idea, reúnanse con su “amigo” en un lugar público.
- ▶ No intimide o acose, y no responda cuando alguien intente comenzar una pelea en línea.
- ▶ Si se encuentra con alguien o algo en línea que le hace sentir incomodidad, infórmelo inmediatamente a una persona adulta de confianza. El adulto puede decidir si debe informar a las autoridades.
- ▶ Si sospecha que usted o alguien que conoce puede ser blanco de *grooming*, infórmeselo inmediatamente a una persona adulta de confianza.
- ▶ Si algo en línea parece ser “demasiado bueno para ser verdad”, seguramente es mentira o fraude. Si recibe una oferta que involucre ir a una reunión, que alguien visite su casa, o enviar dinero o información de una tarjeta de crédito, dígaselo a su madre, padre o tutor.
- ▶ No responda si alguien la(o) intimida o intimida a sus amigas(os) por medios electrónicos: díglelo a su madre, a su padre, a una persona adulta en la escuela o a una persona en la que confíe.
- ▶ Díglelo a un(a) adulto(a) si recibe mensajes que la(o) hacen sentir incómoda(o), son crueles o intentan dañarle o dañar a alguien más. No compartas información en línea que pueda ser comprometedora.

Las/os proveedoras/es deberán verificar las estrategias de ciberseguridad para adolescentes establecidas por las autoridades competentes en su país.

