



Autoprotección

ACCIONES DE SEGURIDAD PARA PERIODISTAS

Ante la situación de disposiciones legales que afecten el libre ejercicio del periodismo, se hace necesario fortalecer los criterios de seguridad, para mitigar o contrarrestar los riesgos a los que se enfrentan diariamente quienes cumplen una labor periodística en favor de la democracia.

Tabla de contenido

Tabla de contenido	2
Conciencia situacional.	3
Definición:	4
Relación entre la CS y la seguridad en coberturas.	6
Mantenimiento de la CS.	6
Ciclo del ataque.	6
Retenes.....	7
¿Qué es un retén?	7
Desafío:.....	7
Buenas prácticas:	9
Si necesita alejarse rápidamente:	9
Flujograma de procedimiento.....	10
Intervención directa en su vehículo o a pie.	11
Buenas prácticas psicosociales	12
Comunicación asertiva	12
Detención	14
Recomendaciones en caso de detención.....	14
Recomendaciones psicosociales en caso de detención.....	14
Recomendaciones para familiares o amistades en las detenciones de periodistas.....	15

Conciencia situacional.

La Conciencia Situacional (CS) está inmersa en la vida cotidiana, esto incluye el trabajo que realizan como periodistas, analizando contextos que nos permita entender la situación que estamos viviendo de manera personal, laboral y en el ámbito mundial y como

evitar que sucedan cosas tomando buenas decisiones.

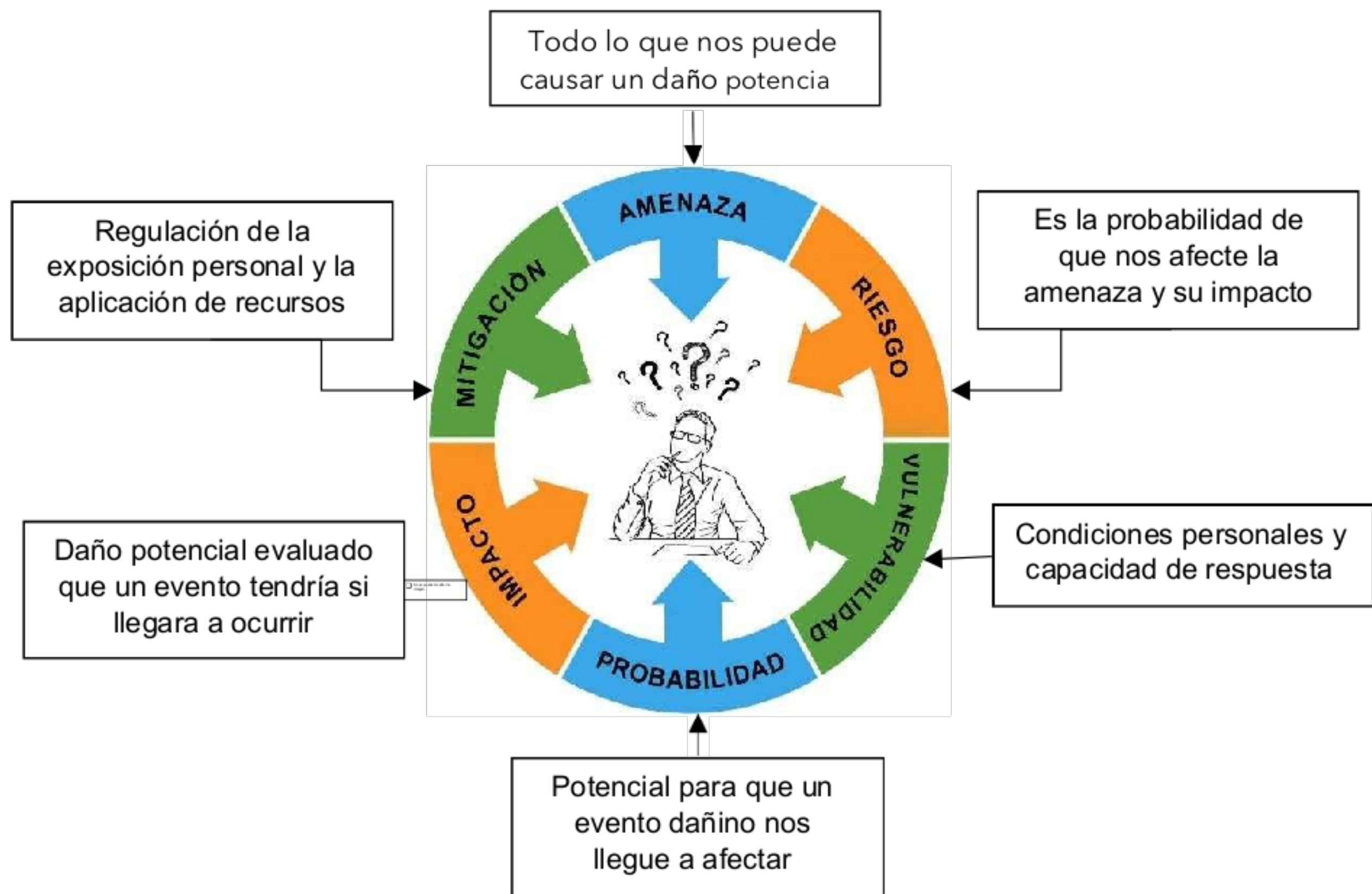
Adaptándose al trabajo periodístico, este modelo abarca la obtención de toda la información que está a nuestro alcance para poder realizar un análisis rápido de la situación, comprender las informaciones, como también poder predecir lo que sucederá o podría llegar a suceder en el futuro, finalmente se aclaran las dudas de ¿qué ha pasado?, ¿qué está pasando? y ¿qué podría llegar a pasar?

La conciencia situacional solo es posible a través del cambio. El cambio solo es posible a través de la disciplina y la constancia.

Definición:

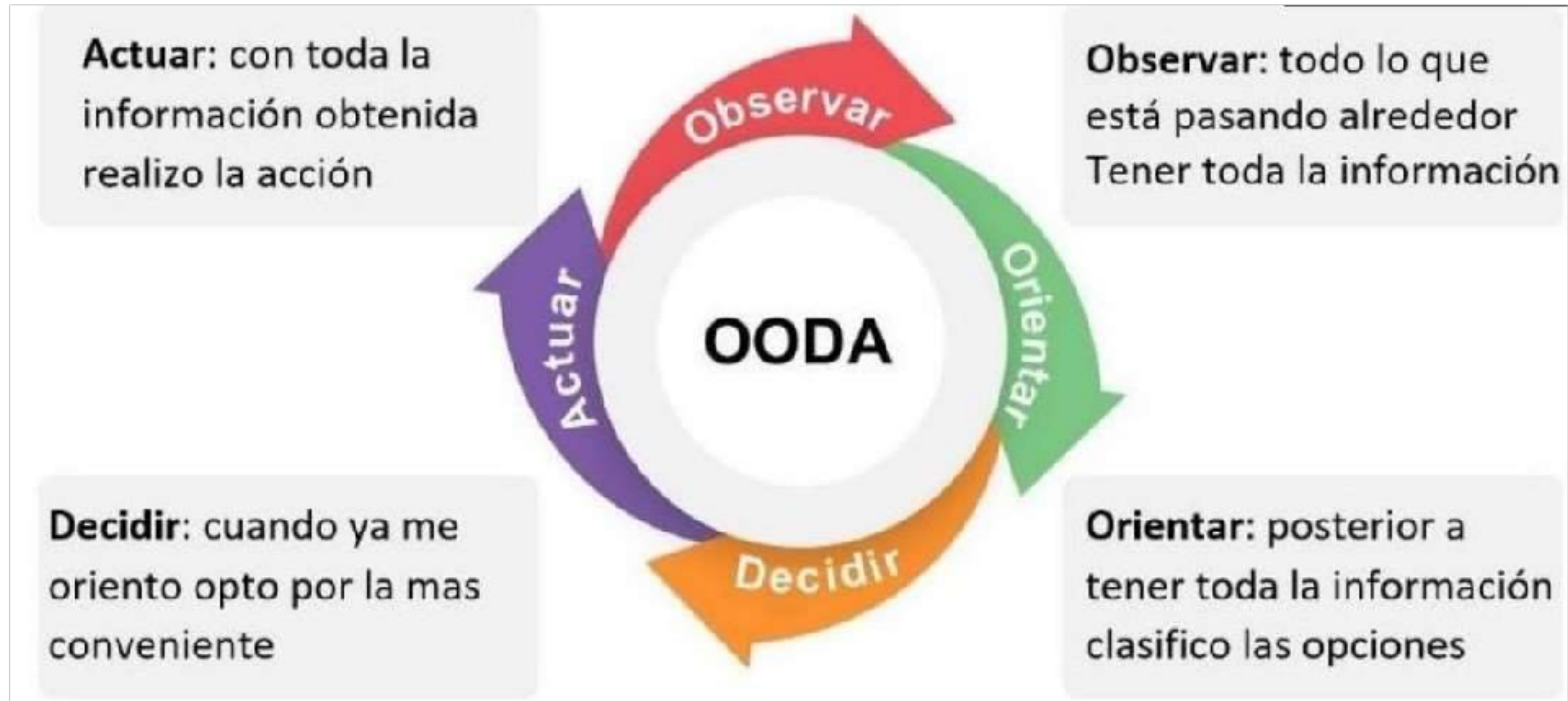
Percepción de los factores y condiciones que afectan al sistema, al equipo, a la persona durante un periodo específico de tiempo y escenarios determinados.

Es decir que la CS consiste en darnos cuenta y comprender la situación en el ambiente y lugar que nos rodea de lo que ha corrido, lo que está ocurriendo y nos dará una comprensión clara de lo podría llegar a suceder, con la finalidad de adoptar las decisiones más apropiadas y las acciones más eficaces.



Los 3 componentes esenciales de la conciencia situacional son **percepción**, los cuales son los elementos de la situación actual, luego sigue la **comprensión** de la situación y por último la **proyección** que es el estado futuro de la situación

En situaciones de cobertura debemos tener activa nuestra CS. El proceso **OODA (Observar, Orientar, Decidir, Actuar)** nos ayuda a tomar una decisión rápida, cuanta más información recibimos y lo cambiante que puede ser un evento en aras de nuestra protección y la del Equipo



¿Cómo se comunica la intuición en la Conciencia Situacional?

Muchas personas le brindamos distintos nombres. Aquí enlistaremos una serie de estos:

- Sentimientos o pensamientos persistentes
- Duda
- Ansiedad
- Curiosidad
- Corazonada
- Premonición

Se clasifican los riesgos por colores para mejor comprensión:

Relajado	Alerta y pendiente	Amenaza identificada	Realizar acciones de inmediato
Nivel 1 corresponde a riesgo bajo	Nivel 2 corresponde a riesgo moderado	Nivel 3 corresponde a riesgo medio	Nivel 4 corresponde a riesgo alto

Relación entre la CS y la seguridad en coberturas.

- Riesgo de cometer un error
- Toma de decisión
- Competencia operacional
- Debe ser adquirida y mantenida
- Debe ser entrenada
- Debe ser explícita
- Reconocimiento de vulnerabilidades
- Requiere de la contribución del equipo de trabajo

Mantenimiento de la CS.

- Estar siempre consciente de lo que está ocurriendo
- Identificar las señales que indican que la conciencia situacional se está deteriorando.
- Acciones oportunas para restaurar el nivel de conciencia situacional
- Identificar actitudes de autosuficiencia
- Participación de las personas integrantes de la cobertura

Ciclo del ataque.

Es de tener en cuenta la importancia de saber identificar si nos están observando personas que podrían realizar un ataque.

La delincuencia casi nunca trabaja sola, es importante prestar atención y que nuestra CS esté activa en todo momento, usualmente existen patrones claves al identificar a personas delincuentes como: lenguaje corporal, movimientos repetitivos, lenguaje de señas, miradas fijas entre otros.



Retenes

Recuerde la seguridad inicia por cada persona, con el pronto reconocimiento de situaciones inusuales podemos anticipar una reacción para mitigar o evitar el impacto de situaciones adversas.



¿Qué es un retén?

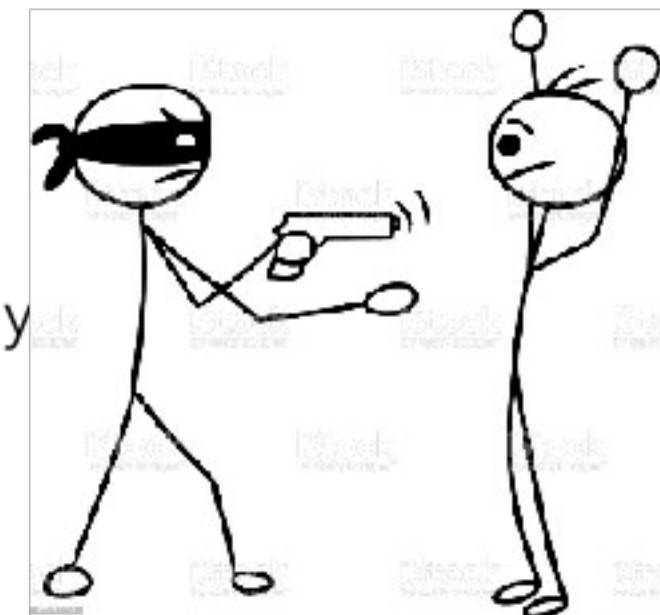
Bloqueo de carretera o camino, por una barrera, personas, ramas, minas o púas. Puede ser legal (ejército, policía o fuerzas de seguridad). Ilegal (pandillas, bandas, otros).

Retenes legales:

- Verificar documentos.
- Ocupantes (búsqueda de perfiles delincuenciales).
- Drogas, armas o tráfico de personas.

Retenes ilegales:

- Extorsionar.
- Secuestrar.
- Robar vehículos y otros.



Desafío:

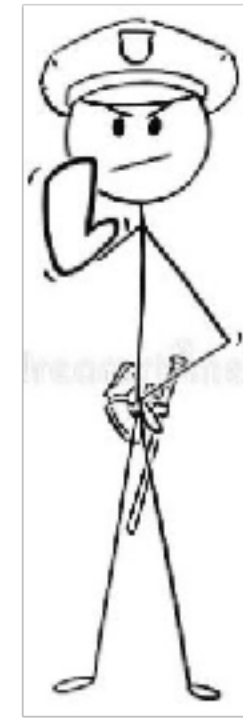
No sabrá qué tipo de reten es, hasta que se encuentre en él.

- Identifique:
- Ropa, uniformes.
- Arma.
- Vehículos.
- Forma de hablar.
- Determine si es legal o ilegal.



Los retenes pueden generar:

- Retención legal o ilegal.
- Agresión, violencia.
- Intimidación.
- Uso de armas de fuego.



Debe considerar:

- El personal puede haber estado allí por horas.
- La tarea de retén para algunos militares es sinónimo de castigo.
- Los retenes ilegales pueden ser peligrosos y volátiles.
- Los retenes pueden estar ubicados en áreas de ataques previos.
- No haga nada que lleve a pensar que usted es una amenaza.

Planifique.....siempre:

- Documentos listos.
- No use vehículos tipo militar o policial.
- Identifique su vehículo, si aplica. - TV o PRENSA.
- Viaje en convoy/ grupo si es posible.
- Asegure, vehículo en buena condición.
- Planifique quien hablará con oficiales al acercarse a un retén.
- Elabore una historia de cobertura, que todas las personas la sepan.
- Si el material va en memorias, respáldelas y guarde la copia en otra parte.
- Puede subir a la nube el material para que sus colegas lo descarguen inmediatamente y borrar todo del celular.
- Conozca las opciones de "botón de pánico" (de ayuda) que se incluyen en muchos teléfonos.
- Sus dispositivos deben contar siempre con una contraseña robusta y única en cada uno de ellos.
- Si los dispositivos serán decomisados No brinde contraseñas.



Su comportamiento puede influenciar directamente su situación.

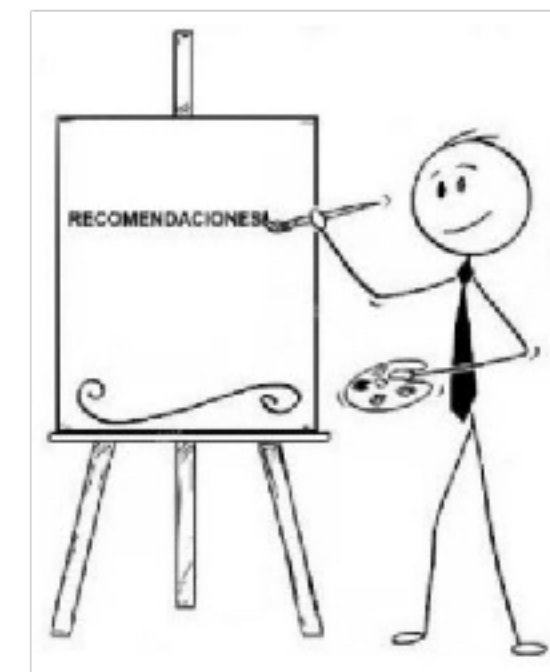
Buenas prácticas:

- Sea amable, pero alerta.
- Evite la confrontación.
- Identifíquese como periodista o persona comunicadora- si aplica.
- Si va en vehículo, mantenga puertas aseguradas.
- Si el vehículo es polarizado, baje los vidrios lo necesario.
- Coloque sus manos en un lugar visible.
- Ponga atención a las indicaciones.
- No use su teléfono celular mientras estén haciendo el chequeo en el retén.
- Revise su vehículo antes de salir.
- Retire sus gafas o lentes oscuros.
- Disminuya la velocidad y ponga las luces intermitentes
- Ponga las manos al volante, donde la autoridad pueda verlas
- No haga movimientos bruscos
- Haga únicamente lo que le solicitan
- Conteste lo que le pregunten, no más
- En la noche, encienda su luz interior y apague su luz exterior
- Mantenga una actitud de colaboración (Verifique las buenas prácticas psicosociales más adelante).



Recomendaciones:

- Prepárese para responder las siguientes preguntas:
- ¿Quiénes son ustedes?
- ¿Qué andan haciendo?
- ¿Hacia dónde van?
- ¿Quién les dio permiso?



Si necesita alejarse rápidamente:

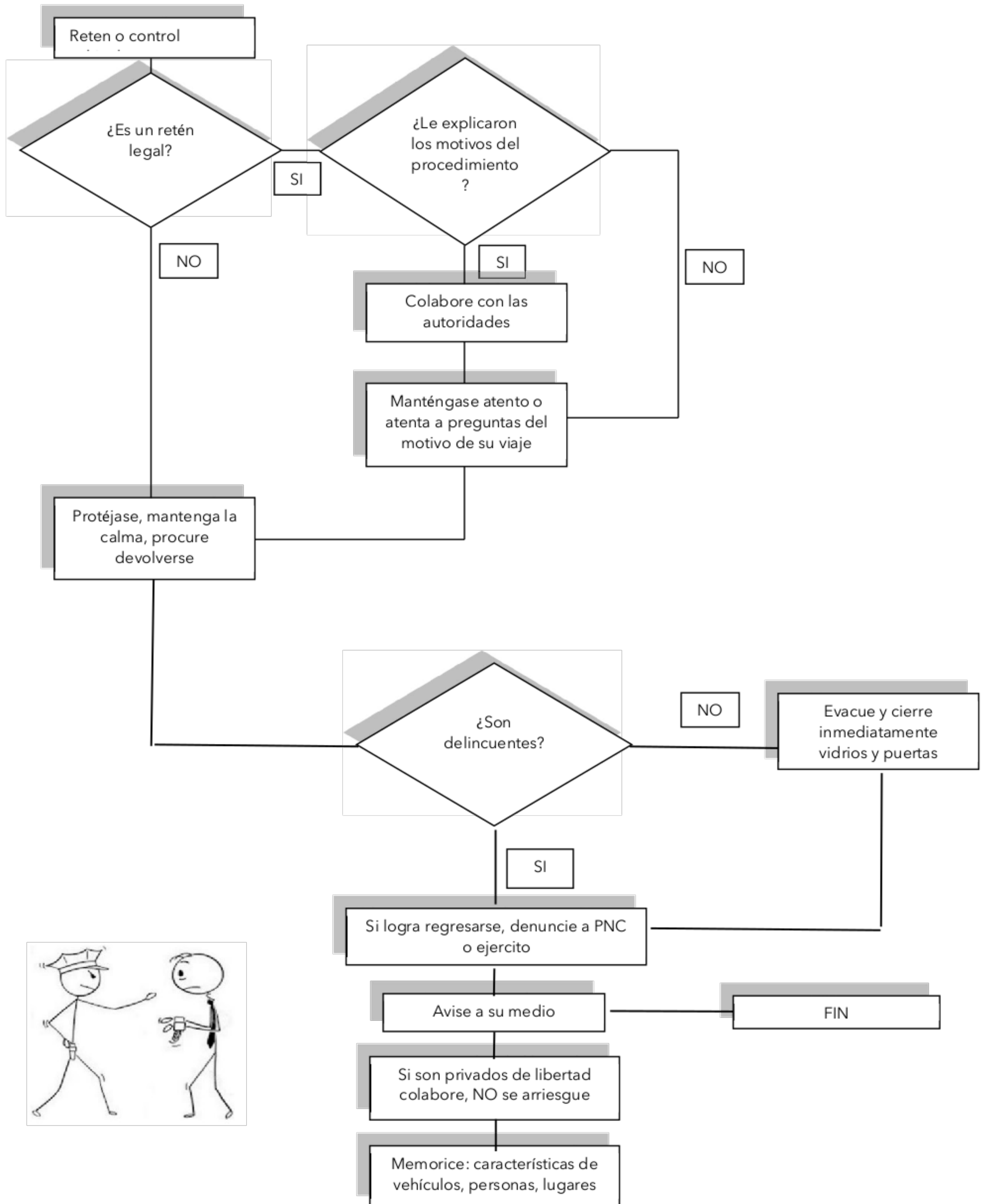
EN VEHICULO

- Devuélvase antes de entrar al retén.
- Si no puede devolverse, entre al retén.

A PIÉ

- Cambie de Calle.
- Si no le es posible entre al reten.
- Si avista el retén, devuélvase.

Flujograma de procedimiento



Buenas prácticas:

- Si le abordan las fuerzas de seguridad, estar con una actitud colaborativa.
- Responder a las preguntas de manera directa y sencilla.
- Mostrar identificaciones personales si son requeridas.
- Utilizar un lenguaje suave/no confrontativo.
- Para mujeres y personas trans, el registro o cacheo personal deberá ser realizado por una persona de las fuerzas de seguridad de su mismo género.
- Prepararse para el registro de pertenencias/mochilas, carteras.
- Si se le indica abandonar la zona, no se detenga ni permanezca cerca de la zona.
- Si recibe intimidación o amenazas directas, tome nota de la institución o agente de seguridad, para poder realizar las denuncias respectivas, cuando y como lo considere oportuno.
- Registre también si los abusos tenían connotaciones discriminatorias, de odio o prejuicio, para poder realizar las denuncias respectivas, cuando y como lo considere oportuno.
- No tomar fotos o videos del procedimiento.
- Llamar a una persona familiar/de confianza para informar sobre el dispositivo policial o militar previo a la intervención.

Intervención directa en su vehículo o a pie.

- Detener la marcha del vehículo
- Bajar vidrios, prender la luz, es opcional, genera confianza a las autoridades.
- Bajarse del vehículo si es solicitado, si se solicita un registro en el baúl e interior del vehículo brinde colaboración y de acompañamiento.
- No firme ningún documento sin asistencia legal.
- Exigencias del respeto de los derechos humanos y apego al debido procedimiento

Buenas prácticas psicosociales

Comunicación asertiva

Consiste en la capacidad de expresar sentimientos, ideas u opiniones de manera confiada, clara y partiendo del respeto. Esta comunicación incluye los comportamientos verbales y no verbales ideales para solucionar conflictos de manera estratégica y tranquila.

Recomendaciones durante el contacto con fuerzas de seguridad:

- Recuerde que su objetivo no es tener razón dentro de la conversación, sino poder continuar con su trabajo.
- Tenga un tono respetuoso y amable con fuerzas de seguridad
- Regule la voz a un tono que refleje calma y preste atención si es coherente con el mensaje que esta queriendo entregar.
- Si la persona le contesta de manera ofensiva, lo mejor es continuar utilizando un lenguaje cortés para evitar algún tipo de inconveniente.
- El cuerpo también da un mensaje al momento de expresarnos. El posicionamiento del cuerpo debe ser abierto y franco, para así generar confianza en la otra persona y transmitirle interés y sinceridad.
- Mantenga contacto visual al hablar y escuchar.
- Identificar cuánto, cómo, cuándo y dónde intervenimos.
- Observar la calidad de nuestras intervenciones en las conversaciones.
- Hablar desde el yo: evitar utilizar frases con verdades absolutas. Se recomienda utilizar un "No estoy de acuerdo" a un "Está equivocado".
- Manténgase neutral y evite confrontaciones.
- Si se desplaza en grupo, identifique previamente quien o quienes tienen un mejor manejo emocional frente a estas situaciones para acordar un plan de acción, mientras las demás personas fortalecen su comunicación asertiva.
- Dentro del medio es importante que puedan tener espacios para reunirse y conversar sobre este tema, así como fomentar el fortalecimiento de esta herramienta como medida de protección grupal e individual.

Existen algunas técnicas que puede utilizar para fortalecer su comunicación asertiva, le recomendamos pueda practicarlas previamente de forma personal y/o colectiva en espacios seguros:

1. Técnica del disco rayado

Esta técnica de comunicación consiste en repetir en varias ocasiones alguna afirmación dentro de una frase sin cambiar el tono y la intensidad del mensaje. Se utiliza con el fin de ser persistentes en algún argumento o realizar alguna solicitud, procurando mantener el respeto y sin la necesidad de utilizar un lenguaje agresivo. Para lograr tener un manejo del tono y calma puede practicar frases o conversaciones con colegas de trabajo y recibir comentarios sobre cómo se entendió el mensaje; también puede practicar frente al espejo o grabarse con el celular para poder tener una autoevaluación, prestando atención a las palabras que utilizó y su tono de voz.

2. Escucha activa

Es una forma de prestar atención que permite conseguir más información verbal y no verbal, profundizar en otros puntos de vista, y trabajar en cooperación con otras personas. Al escuchar activamente no solo entendemos lo que expresa directamente, sino también a los sentimientos, pensamientos, emociones que subyacen a lo que se está diciendo. Esta información permite que usted pueda tomar decisiones seguras sobre la conversación, si se debe guardar silencio, reconocer la necesidad de activar apoyo gremial o de otras organizaciones aliadas, si debe alejarse del lugar para mantener su seguridad, etc. Puede practicar la escucha activa en conversaciones con colegas de trabajo o amistades.

3. Lenguaje no verbal

Durante conversaciones cara a cara, el componente verbal es un 35% y más del 65% es comunicación no verbal, por lo que hay que prestar atención a nuestro cuerpo, gestos, postura y lo que expresa de nuestras emociones. Recuerde situaciones previas en las que se ha encontrado en situaciones emocionales con otras personas y pregúntese: ¿Qué gestos realizaba con su rostro? ¿Qué movimientos hacía con sus brazos? ¿Su cuerpo se acercaba mucho al de la otra persona? Con esta información puede aprender sobre sus reacciones y trabajar en manejarlas. Algunas recomendaciones: trate de mantener distancia física prudencial con las fuerzas de seguridad; cuide sus expresiones faciales, si es complicado mantener un rostro de calma puede

tratar de mantener un rostro neutro; mantenga sus brazos al lado de su cuerpo; y mantenga su vista en la otra persona.

Detención

Recomendaciones en caso de detención

- Exija conocer los motivos de la detención
- Haga uso de contactos, llame a personas de su confianza
- No intente huir podría haber un resultado fatal.
- Entregue pertenencias de valor y vehículo a otra persona designada
- Le asisten los derechos como persona detenida.
- Pida asistencia legal lo más pronto posible.
- Empodérese de sus derechos, acciones que disuaden
- Informar a las autoridades sobre enfermedades
- Si le han puesto esposas, no forcejee porque podrían someterle de manera dolorosa
- Recuerde bajo esta figura legal muchos derechos son suprimidos durante la vigencia del decreto.
- No caiga en provocaciones por parte de las fuerzas de seguridad.
- Libere su dispositivo de documentos sensibles porque podría perderlos.

Recomendaciones psicosociales en caso de detención

- Planifique para una estadía larga. Esto mitigará que pueda desesperarse cuando termine el tiempo que había planificado y continúe en detención.
- Cuide su salud mental. En la medida de lo posible continúe realizando sus medidas de autocuidado diario.
- Realice ejercicios para mantener la mente ocupada. Esto puede ser difícil por todas las preocupaciones, emociones y dificultades que está viviendo, sin embargo, mantenerse en el presente puede ayudar a controlar pensamientos negativos. Por ejemplo: puede buscar objetos a su alrededor que inicien con las vocales o identificar objetos de un mismo color.
- Recuerde quien es usted y quienes son parte de su red de apoyo. Recuerde todos los días quien es usted, sus objetivos y metas, sus fortalezas, las situaciones que ha superado en el pasado, las personas importantes para usted, el gremio periodístico, etc.

Recomendaciones para familiares o amistades en las detenciones de periodistas

- De no recibir certeza de la ubicación de la persona detenida solicitar un Hábeas Corpus
- Informar sobre la detención al gremio periodístico, a la comunidad internacional y sociedad civil organizada (organizaciones de derechos humanos, colectivos y organizaciones feministas, LGBTI+, ambientalistas, pueblos indígenas, etc.).