

MANUAL DE PROTECCIÓN

**PARA COMUNIDADES RURALES Y
DEFENSORES DE DERECHOS HUMANOS**





MANUAL DE PROTECCIÓN

**PARA COMUNIDADES RURALES Y
DEFENSORES DE DERECHOS HUMANOS**

Manual de protección para comunidades rurales y defensores de derechos humanos

Edición andina impresa en Bogotá y Lima, agosto 2015

Instituciones editoras:

Colombia:

Censat

Colectivo de Abogados José Alvear Estrepo (CAJAR)

Red por la Vida y los Derechos Humanos

Perú:

Asociación Pro Derechos Humanos (Aprodeh)

Derechos Humanos sin Fronteras (DHSF)

Programa Democracia y Transformación Global (PDTG)

Bolivia:

Programa Nina

Edición y redacción:

Moritz Tenthof con la colaboración del equipo andino de Broederlijk Delen

Diseño y corrección de estilo:

Marcela Vegas (dosgallinas@gmail.com)

Imprenta:

Orlando Vaca en Colombia y Sonimágenes en Lima

Agradecimientos a Paola Andrea Díaz, Mabel Andrade, Marcela Rodríguez Guzmán, Ana Camila Peña Montoya y todxs lxs participantes de los talleres en seguridad y protección para organizaciones sociales y defensores de derechos humanos.

CONTENIDO

1. Introducción	5
2. Estrategias utilizadas por los Estados y empresas para entrar a nuestros territorios	9
2.1 Censo agropecuario	9
2.2 Titulación individual de la tierra, actualización de catastro y formalización de la titulación	10
2.3 Alianzas estratégicas y derechos de superficie	11
2.4 Regulación de la Consulta Previa	12
2.5 Militarización de todos los aspectos de nuestra vida	14
3. Escenarios específicos de riesgo para los integrantes de nuestras organizaciones y comunidades	15
3.1 Criminalización de la protesta	15
3.2 División y cooptación de las organizaciones sociales y sus dirigentes	18
3.3 Agresiones físicas, desaparición forzada, amenazas y asesinatos	19
3.4 Instalar un estado de impunidad	20
3.5 Recolección de la información sobre nuestros procesos a partir de la infiltración y el seguimiento	20
4. Insumos para un Protocolo de seguridad	23
4.1 Análisis de Coyuntura	25
4.2 La bicicleta de la seguridad	28
5. Mecanismos de Prevención	29
5.1 Subir el costo político	29
5.2 Proteger nuestra comunicación e información	31
5.3 Mecanismos de autoprotección individual y colectiva	34
5.3.1 <i>Seguridad en la casa y la oficina</i>	34
5.3.2 <i>Seguridad en la calle y salidas a zonas rurales</i>	37
5.3.3 <i>Durante los viajes</i>	40

5.3.4	<i>Seguridad dentro de nuestras comunidades y protección de nuestros territorios</i>	42
5.3.5	<i>Seguridad durante movilizaciones y acciones de protesta</i>	48
6.	Protocolo de reacción	55
6.1	En caso de seguimiento	56
6.2	En caso de retén	58
6.3	En caso de retención	61
6.4	En caso de detención	62
6.5	En caso de amenaza	64
6.6	En caso de allanamiento	66
7.	Seguimiento a los incidentes de seguridad	69
7.1	Denuncia Pública y Penal	70
7.2	Acción Urgente	70
7.3	Acompañamiento psicosocial	70
7.3	Pensándonos el autocuidado como práctica política, defendiendo nuestro cuerpo como primer territorio.	73
	Anexo 1: Habeas Corpus	77
	Anexo 2: Acción Urgente	79



“Nos oponemos a la minería en nuestro territorio. La minería ancestral no existe para nosotros. Aprendimos hacer minería de los españoles, pero no era nuestra tradición, ni para acumular, ni para la riqueza. El oro y el petróleo no son riquezas, son la sangre de la madre tierra, es la vida que corre. Es parte de un sistema respiratorio y nuestros mayores defendían esos espacios. Hay espíritus por debajo de la tierra que la defienden. Ahora por la actividad minera, la vida está en peligro de extinción. El agua tiene vida, la piedra tiene vida, la madre tierra nos habla, pero no la escuchamos.”

*Palabras del pueblo Misak durante la escuela para la defensa del territorio
Adelinda Gómez*

1. INTRODUCCIÓN

El **extractivismo** es una forma de organizar la economía basada en la explotación de los bienes naturales que lleva a una reprimarización de las economías. Es un retorno a la explotación de materias primas como sustento de la economía nacional. **Implica la reorganización de la política, las leyes, la cultura y hasta los imaginarios sociales (la forma como nos vemos y vemos a los demás) de tal manera que estos cambios terminan por favorecer a las actividades extractivas.** El extractivismo en América Latina se ve reflejado en un incremento de la explotación de los bienes mineroenergéticos y las agroindustrias. Los gobiernos de la región que profesan el neoliberalismo, se apoyan en gran parte sobre la lógica extractivista para beneficiar a su pequeña élite y en detrimento de las condiciones de vida de las mayorías. Sin embargo, aunque parezca sorprendente, los llamados gobiernos progresistas de Bolivia, Ecuador y Venezuela también han construido sus economías nacionales alrededor de la lógica extractiva, con el fin de incrementar sus recursos públicos para la inversión social.

El modelo económico del extractivismo tiene graves implicaciones para las comunidades que habitan en las zonas donde se desarrolla, como también sobre el ambiente que es transformado y destruido en los procesos de exploración y explotación.

Mencionamos algunos de los impactos específicos del extractivismo sobre la población en la zona Andina



Disminución en la calidad y cantidad del agua con efectos sobre la salud humana y de los animales, como también para la producción agrícola. Han desaparecido y muerto animales alrededor de las fuentes de agua en las zonas de extracción minera y petrolera, y de producción agroindustrial.

El agua es símbolo de la vida, de la defensa de un modo de vida y de la resistencia frente a la privatización que busca el modelo extractivista.

La minería genera grandes cantidades de residuos y polvo que afectan la flora y fauna, como también la salud humana.



Transformación paisajística, desvío de ríos, erosión y destrucción de hábitat de diferentes especies.



Los desechos tóxicos de las diferentes industrias, como lo son los agrotóxicos, metales pesados y radioactivos, generan graves impactos sobre la salud humana y animal, produciendo enfermedades sobre la piel, malformaciones y cáncer.

Se transforma la realidad económica, social y cultural, instalando nuevos valores, promoviendo la prostitución infantil, la deserción escolar entre los jóvenes, el alcoholismo y la drogadicción.



Se rompe el tejido social. Los procesos colectivos y organizativos se ven presionados por intereses individuales de integrantes de la comunidad que buscan satisfacer sus propias necesidades por encima de las colectivas.



Se instala un estado de impunidad a través de la siembra de terror y del miedo en la población. Con esto se busca el control sobre las comunidades.



Se reordena el territorio a través del cambio en la tenencia y el uso de la tierra.

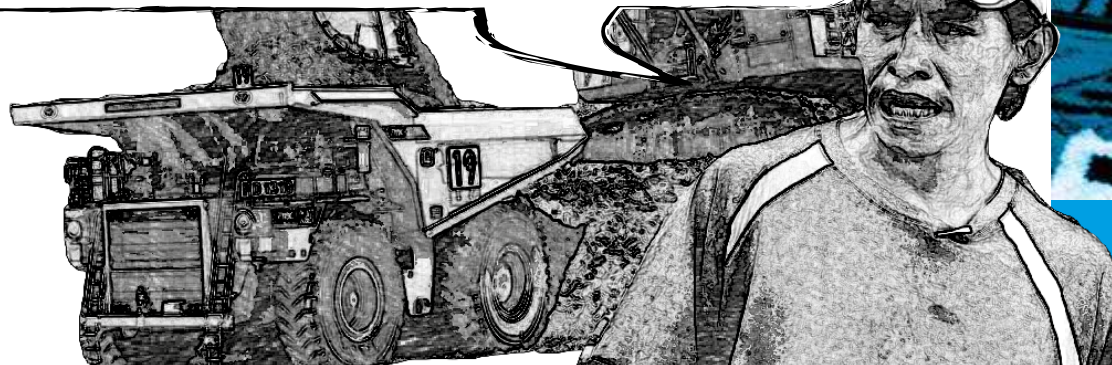


Mayor militarización del territorio para proteger los intereses económicos. Incremento en las violaciones a los derechos humanos. Impunidad casi total para los militares y policías, como es el caso de Perú con la flexibilización del uso de armas para fuerzas del Estado (Ley N° 30151).



Incremento de la violencia intrafamiliar, ruptura de relaciones familiares y incremento de madres cabezas de hogar.

En Ecuador, el pueblo Sarayaku se dedicó tanto tiempo a protegerse, tantos años, que han descuidado la reproducción de la vida y de su cultura. Durante cinco años no tuvieron fiestas, durante cinco años perdieron mucha gente. No tenemos solo que protegernos, sino también tenemos que vivir.



En el marco del programa andino de Broederlijk Delen nos proponemos a través de esta cartilla compartir lecciones aprendidas por instituciones, activistas, comunidades y procesos organizativos en la zona Andina (Bolivia, Ecuador, Perú y Colombia), desde sus procesos de organización social contra el extractivismo. A partir de varios talleres sobre el tema de protección y autoprotección en Perú y Colombia durante 2014, y en donde participaron delegados de los cuatro países, pensamos que las diferencias y similitudes entre las diversas realidades son lo que nos permite aprender mutuamente con el fin de mejorar nuestras prácticas.

Cuando hablamos de la protección y seguridad frente al extractivismo, y para poder trabajar la seguridad de nuestra gente de una forma holística e integral, tenemos que contemplar tres dimensiones interconectadas:



Primera dimensión: la defensa del territorio. Es el espacio en donde se crea y se recrea la vida colectiva y comunitaria de las comunidades campesinas, indígenas, urbanas y afrodescendientes. El territorio es el encuentro entre el aspecto material, inmaterial y simbólico de nuestro espacio de vida.



Segunda dimensión: los espacios colectivos y organizativos, como la organización social y nuestra comunidad con sus formas de gobernar y ejercicios de autonomía en el territorio. Se incluye la defensa de las relaciones sociales, económicas y políticas para ésta y futuras generaciones, como también los ejercicios de dignificación, resignificación y recuperación de la memoria histórica.



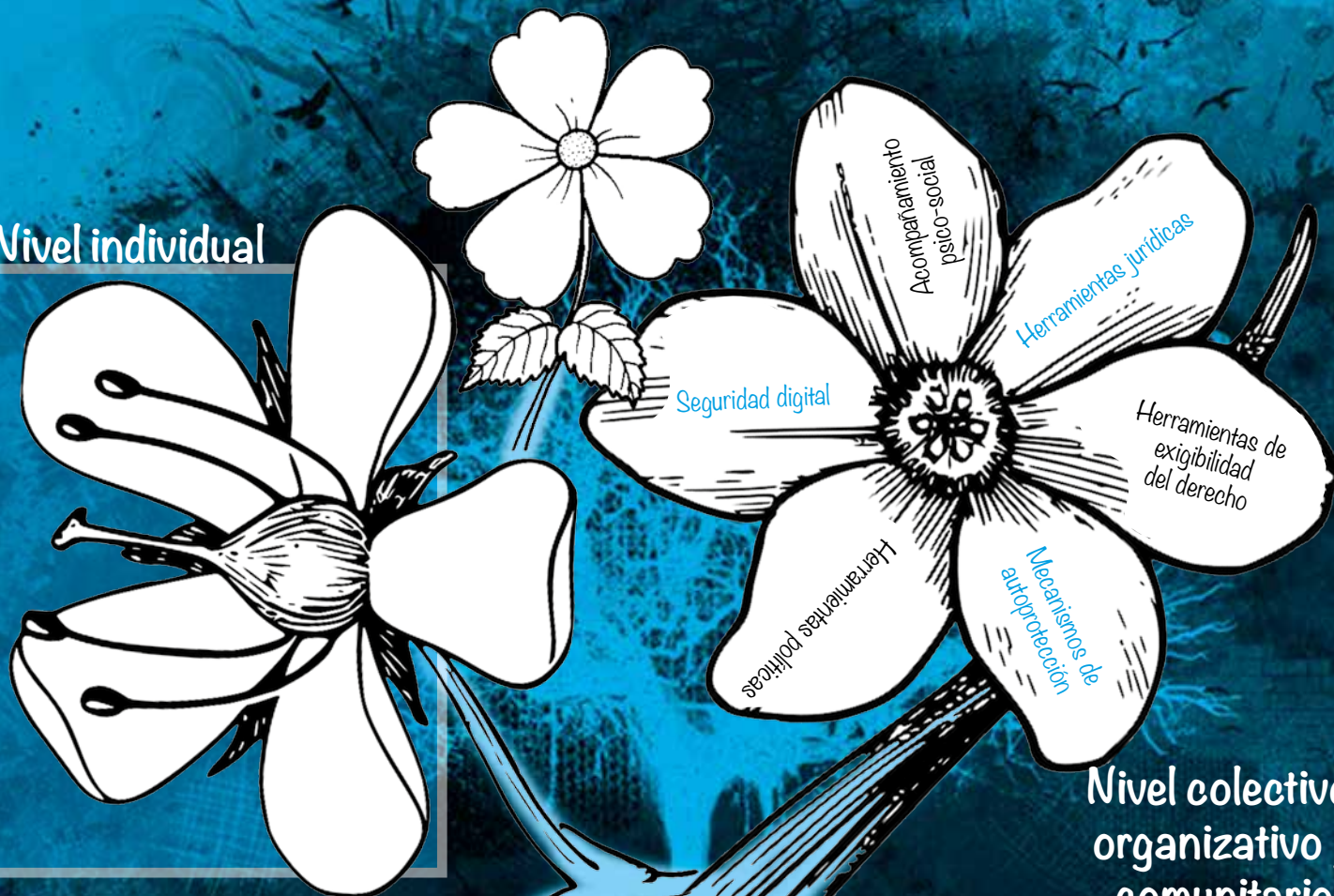
Tercera dimensión: la defensa de la integridad física, psicológica, emocional y espiritual de los integrantes individuales de la comunidad y la organización.

Las estrategias que utilizamos para la defensa territorial, colectiva e individual deben contemplar una integralidad y complementariedad entre herramientas psicosociales, políticas, jurídicas, digitales y otras que se consideran relevantes y necesarias según el contexto específico.

Esperamos que este material les sea de utilidad y aprovechamiento en sus espacios de trabajo.

Seguridad Holística

Nivel individual



Nivel colectivo,
organizativo y
comunitario

NIVEL TERRITORIAL



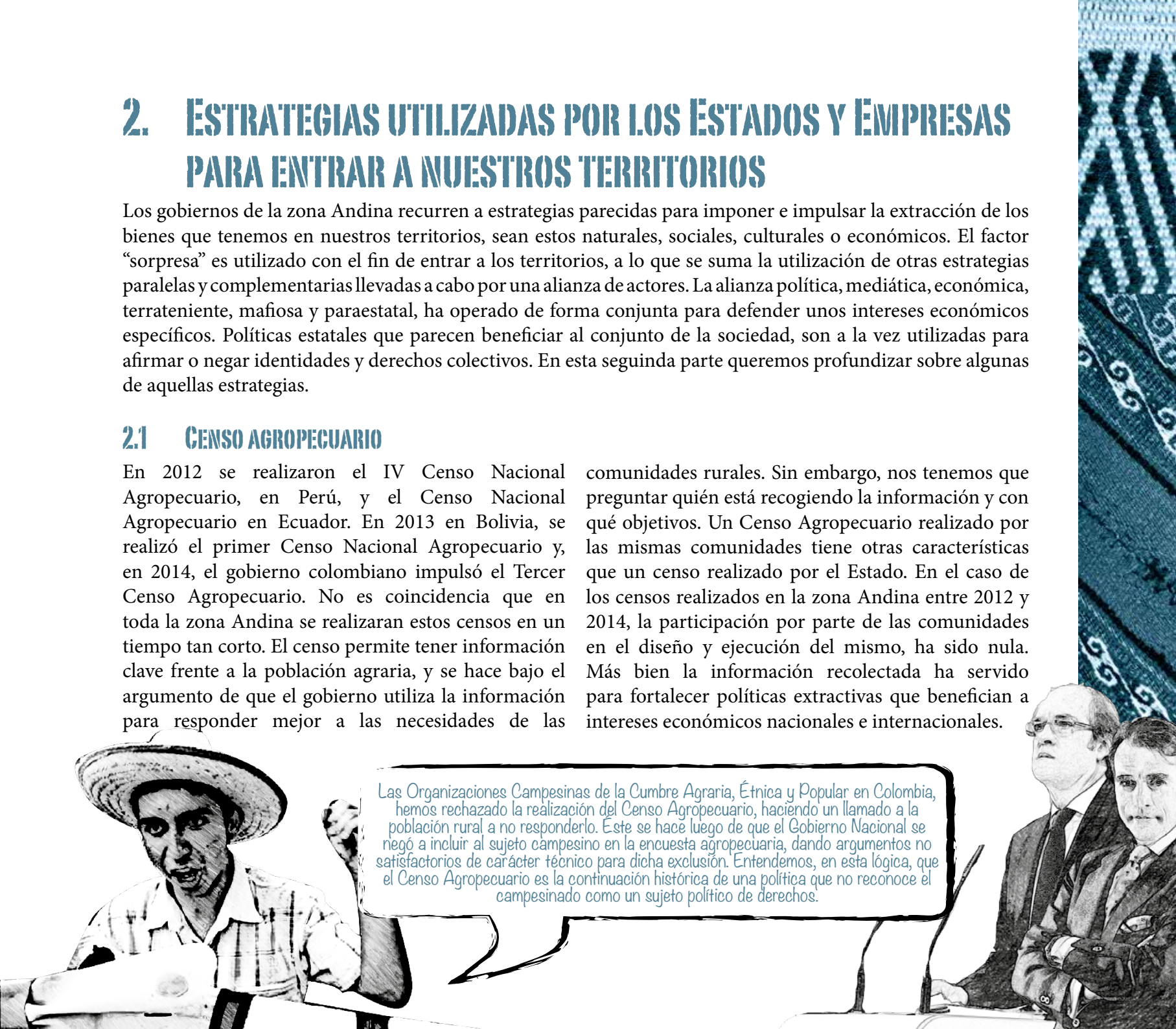
2. ESTRATEGIAS UTILIZADAS POR LOS ESTADOS Y EMPRESAS PARA ENTRAR A NUESTROS TERRITORIOS

Los gobiernos de la zona Andina recurren a estrategias parecidas para imponer e impulsar la extracción de los bienes que tenemos en nuestros territorios, sean estos naturales, sociales, culturales o económicos. El factor “sorpresa” es utilizado con el fin de entrar a los territorios, a lo que se suma la utilización de otras estrategias paralelas y complementarias llevadas a cabo por una alianza de actores. La alianza política, mediática, económica, terrateniente, mafiosa y paraestatal, ha operado de forma conjunta para defender unos intereses económicos específicos. Políticas estatales que parecen beneficiar al conjunto de la sociedad, son a la vez utilizadas para afirmar o negar identidades y derechos colectivos. En esta segunda parte queremos profundizar sobre algunas de aquellas estrategias.

2.1 CENSO AGROPECUARIO

En 2012 se realizaron el IV Censo Nacional Agropecuario, en Perú, y el Censo Nacional Agropecuario en Ecuador. En 2013 en Bolivia, se realizó el primer Censo Nacional Agropecuario y, en 2014, el gobierno colombiano impulsó el Tercer Censo Agropecuario. No es coincidencia que en toda la zona Andina se realizaran estos censos en un tiempo tan corto. El censo permite tener información clave frente a la población agraria, y se hace bajo el argumento de que el gobierno utiliza la información para responder mejor a las necesidades de las

comunidades rurales. Sin embargo, nos tenemos que preguntar quién está recogiendo la información y con qué objetivos. Un Censo Agropecuario realizado por las mismas comunidades tiene otras características que un censo realizado por el Estado. En el caso de los censos realizados en la zona Andina entre 2012 y 2014, la participación por parte de las comunidades en el diseño y ejecución del mismo, ha sido nula. Más bien la información recolectada ha servido para fortalecer políticas extractivas que benefician a intereses económicos nacionales e internacionales.



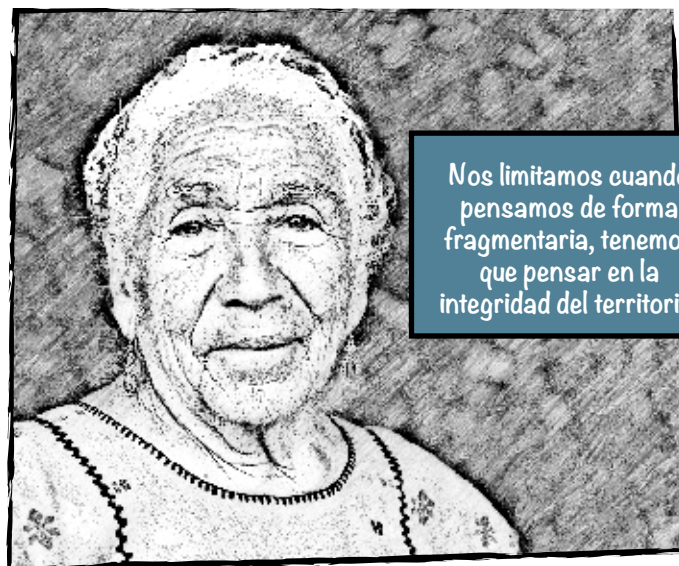
Las Organizaciones Campesinas de la Cumbre Agraria, Étnica y Popular en Colombia, hemos rechazado la realización del Censo Agropecuario, haciendo un llamado a la población rural a no responderlo. Este se hace luego de que el Gobierno Nacional se negó a incluir al sujeto campesino en la encuesta agropecuaria, dando argumentos no satisfactorios de carácter técnico para dicha exclusión. Entendemos, en esta lógica, que el Censo Agropecuario es la continuación histórica de una política que no reconoce el campesinado como un sujeto político de derechos.

2.2 TITULACIÓN INDIVIDUAL DE LA TIERRA, ACTUALIZACIÓN DE CATASTRO Y FORMALIZACIÓN DE LA TITULACIÓN

Las organizaciones y comunidades campesinas, indígenas y afrodescendientes en la zona Andina, han buscado, durante cientos de años, la titulación colectiva como estrategia de defensa de sus territorios. Estos títulos colectivos son inembargables, imprescriptibles e inajenables, protegiendo así las tierras de procesos de compra-venta por parte de particulares y empresas. Sin embargo, desde los diferentes Estados se han impulsado procesos de titulación individual dentro de territorios colectivos para, de esta manera, terminar incluyéndolos en el mercado de tierras.

En Ecuador, se empezó un proceso de actualización de catastro en 2010 con el apoyo financiero del Banco Interamericano de Desarrollo (BID) que busca actualizar 800 mil de los 2.7 millones de propiedades

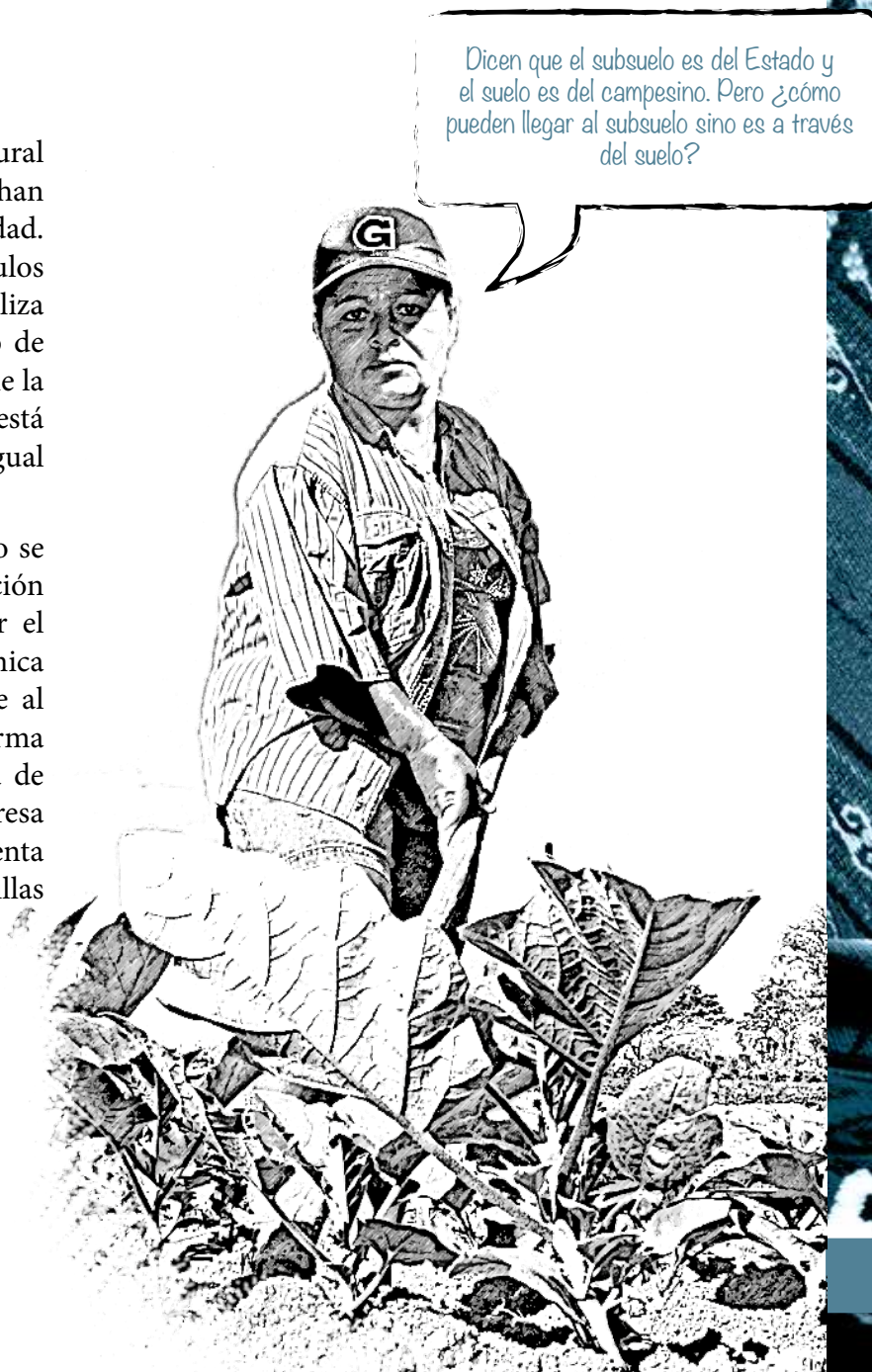
rurales existentes en el país. En 2014, también en Perú se dió inicio a un proceso de formalización de la propiedad rural con el apoyo del BID, cuya finalidad es el saneamiento y formalización de los títulos de las comunidades campesinas y nativas. En 2013, se arrancó con un proceso masivo de formalización de la tierra en Colombia. En 2003, y de nuevo en 2007, el Banco Mundial (BM) pidió a Colombia solución al problema de los derechos de propiedad. Formalizar e insertar de esta manera aproximadamente al 40% de las tierras productivas al mercado, permite que las empresas tengan seguridad jurídica, pero también se profundiza más aún la concentración de tierras, generando una compra-venta masiva e incrementando el desplazamiento del campo a la ciudad.



2.3 DERECHOS DE SUPERFICIE

Diferentes proyectos de ley de desarrollo rural presentados entre 2010 y 2013 en Colombia, han buscado separar el uso de la tierra de su propiedad. Esto implica que las personas pueden tener los títulos sobre sus predios, pero la explotación que se realiza dentro de aquellos la hacen terceros. El impulso de esta estrategia desvía la discusión sobre quién tiene la propiedad sobre la tierra, hacia el uso que se le está dando, dejando así intacta la concentración desigual de la propiedad.

La separación entre tenencia de la tierra y su uso se ha impulsado también a través de la conformación de cooperativas productivas, que cooptadas por el capital internacional han generado una dinámica de tercerización laboral (subcontratos pagándole al campesino bajos jornales) y dependencia. Esta forma de producción obliga al campesino a la siembra de monocultivos en sus fincas, mientras que la empresa se dedica, únicamente, a la asesoría técnica, la venta de los insumos agroquímicos, suministro de semillas y la compra de cosechas.



2.4 REGULACIÓN DE LA CONSULTA PREVIA

La consulta previa, libre e informada, consagrada en el Convenio 169 de 1988 de la Organización Internacional de Trabajo (OIT), ha permitido a las organizaciones indígenas y afrodescendientes contar con una herramienta jurídica de defensa territorial que en algunas situaciones ha podido frenar proyectos extractivistas. Ante la falta de regulación del Convenio a nivel nacional en los diferentes países andinos, los gobiernos buscan adaptar, según su interés, el contenido del mismo a la legislación nacional. El objetivo principal es convertir la Consulta Previa en **no vinculante**, cuyo eje es el proceso de negociación

entre comunidad y empresa sobre la compensación de impactos ambientales a través de proyectos de inversión social y económica. Entonces, las decisiones de las comunidades pierden incidencia, y se despolitiza la discusión sobre la defensa del territorio, se convierte el mecanismo de Consulta en un simple regateo de inversión social y el Estado transfiere sus responsabilidades sociales al sector privado. A la vez el Estado, a través de la formalización de la Consulta, busca limitar a las comunidades y organizaciones como es el caso de las comunidades campesinas. Por último, siendo una de varias herramientas orientadas a garantizar la autodeterminación de los pueblos, se aleja de dicha garantía que claramente se encuentra contemplada en legislaciones internacionales.



En nuestras comunidad, la Consulta Previa se ha convertido en una inversión social y material de la empresa que no toca ni lo estructural ni lo político.



Esas herramientas de Consulta Previa no han sido tan eficaces, no han sido los canales para resolver nuestra situación. Preferimos tener un dialogo directo con el Estado, como una interlocución entre nuestras autoridades y las del Estado. Allí es cuando empieza a haber el equilibrio. No es negociar un derecho es exigir que se cumple.



En la montaña nace el agua. Las personas de las comunidades toman el agua desde los ojos del agua a través de unos sistemas de tubos. El agua es de ellos porque lo han cuidado y lo han protegido.



El alcalde del municipio, con el Concejo Municipal y una empresa privada, querían empezar a cobrar por el uso del agua. Hicieron una consulta previa engañando a la gente.



Nos hicieron firmar, apenas se escuchó hablar del término Consulta Previa, sin que se haya realizado una consulta real



Luego la gente se movilizó de forma pacífica para que se anulará ese acuerdo.



“En la reglamentación de la Consulta Previa, las comunidades no pueden vetar un proyecto. Es como el cocinero que le pregunta a la gallina: ‘¿Cómo quiere que la cocine?’”

Hay que evitar la instalación del ejército dentro de las comunidades. Su presencia busca convertir la comunidad en un aliado de la estrategia militar, como fuente de información y dividiendo nuestros procesos sociales



2.5 MILITARIZACIÓN DE TODOS LOS ASPECTOS DE NUESTRA VIDA

Los procesos de militarización que se dan en nuestros países, parten de la idea de que los problemas sociales se pueden resolver a través de una estrategia militar. Esto, combinado con las estrategias cívico-militares, que desdibujan las fronteras entre las responsabilidades de las autoridades civiles y militares, llevan a una omnipresencia de la fuerza pública en nuestras vidas. Las autoridades civiles están siendo reemplazadas por autoridades militares. Entonces, la represión se convierte en la principal estrategia para resolver los problemas sociales. Los integrantes de la fuerza pública hacen y deshacen en las comunidades respaldados por sus armas. La militarización de todos los aspectos de nuestra vida, así como la adaptación de los marcos legales para ampliar el actuar de la fuerza pública, permiten que ésta pueda defender, a través de la violencia, una reconfiguración social y territorial del país bajo el eufemismo de proteger la “inversión extranjera y nacional”.

En los últimos años, el auge de las actividades extractivistas mineroenergéticas en la región, se ha venido acompañado de una fuerte militarización en las zonas donde se encuentran presentes tales actividades. Por ejemplo, el gobierno colombiano ha creado a lo largo de los últimos años los denominados Batallones Energéticos, Mineros y Viales. Su crecimiento ha acompañado la política de atraer la inversión extranjera de las empresas multinacionales para la implementación de la política neoliberal extractivista: la denominada “locomotora mineroenergética”. Si a inicios de 2011 habían 11 de aquellos batallones, en 2014 alcanzan los 21.



3. ESCENARIOS ESPECÍFICOS DE RIESGO PARA LOS INTEGRANTES DE NUESTRAS ORGANIZACIONES Y COMUNIDADES

A partir de las estrategias que los Estados y empresas utilizan para entrar y apropiarse de nuestros territorios, se generan algunos escenarios específicos de riesgo para nuestras comunidades, organizaciones e integrantes de las mismas.

3.1 CRIMINALIZACIÓN DE LA PROTESTA

La protesta social es una herramienta utilizada por organizaciones sociales y comunidades para exigir el cumplimiento de sus derechos, entre aquellos, el derecho a la libertad de expresión y el derecho a la asociación. El Relator Especial para la Libertad de Expresión, de la Comisión Interamericana de Derechos Humanos (CIDH) señaló en 2009, que la protesta pública es una de las formas de ejercicio del derecho de reunión y de la libertad de expresión, y permite garantizar el buen funcionamiento del sistema democrático. Por ello, las expresiones contra proyectos o políticas gubernamentales, lejos de ser una provocación a la violencia, son propias de cualquier democracia pluralista. El derecho a la libre expresión, asociación y manifestación, se han recogido también en los artículos 18, 19 y 20 de la Declaración Universal de Derechos Humanos, y el artículo 13 de la Convención Americana de Derechos Humanos.

Durante los últimos años, hemos visto un incremento de acciones y proyectos de ley desde los diferentes Estados, que de forma sistemática han buscado acallar las voces disidentes existentes en nuestros

países. El proceso de criminalización de la protesta utiliza diferentes estrategias para hacer verla como un delito, tanto a nivel social como a nivel judicial. Señalamientos por parte de funcionarios públicos son retomados por los medios de comunicación que hacen ver a los movimientos sociales y sus formas de protesta, como vinculados a organizaciones insurgentes, terroristas, violentas, sin propuestas, vandálicas y poco representativas del conjunto de sociedad.

Las leyes que buscan criminalizar la protesta social, prohíben la asociación en espacios públicos, imponiendo toques de queda y restricciones en la movilidad, muchas veces en el marco de un Estado de Emergencia que otorga poderes especiales a la fuerza pública y el gobierno nacional. Se crean montajes judiciales contra integrantes de las organizaciones sociales y defensores de derechos humanos, acusándoles de delitos como terrorismo, daños a bien ajeno, secuestro y obstaculización de las vías públicas. Los procesos se basan en falsos testimonios, pruebas manipuladas y siembra de material delictivo. Las

detenciones de líderes sociales pueden durar años sin que haya sentencia, afectando, tanto a la organización social como a la integridad física y psicosocial de las personas privadas de libertad. La criminalización de la protesta social es una herramienta que busca desprestigiar y deslegitimar la labor legítima en defensa de los derechos humanos y colectivos, y puede generar temor, parálisis y prácticas de autocensura.

Cuando llegaron con esa agresión la primera reacción que tuvimos fue sentir el miedo, como un instinto de protección física.



Máxima Acuña Chaupe es una mujer campesina que vive en Cajamarca, Perú.

La empresa minera Yanacocha, en el marco de su proyecto Conga ha buscado desde hace varios años sacar a Máxima de su terreno a través de diferentes estrategias jurídicas e intimidatorias.



El 9 de agosto de 2014, personal de la empresa, acompañado de policías, intentaron desalojar a la familia Chaupe sin una orden judicial

Ese día, la policía y el personal de la empresa agredieron físicamente a Máxima, entraron a la vivienda, la destruyeron parcialmente y se llevaron los enseres básicos.



En octubre de 2014 la empresa empezó un proceso judicial por supuesta usurpación ilegal por parte de la familia Chaupe.



Como decía Máxima en la audiencia: "está en sus manos, señores, que se haga justicia; que se haga justicia para el rico, pero también para el pobre".

El último fallo del corte en Cajamarca fue a favor de la familia Chaupe y su derecho sobre su propiedad.



... Sin embargo, sigue el hostigamiento por parte de la empresa Yanacocha...




Los Pueblos Indígenas de las tierras bajas y habitantes del Territorio Indígena del Parque Nacional Isiboro Sécuire (TIPNIS) en Bolivia, se han organizado desde 2011 para defender su territorio, ante la inminente construcción de la carretera Villa Tunari - San Ignacio de Moxos. Esta carretera atravesaría su territorio produciendo graves impactos sociales, ambientales y económicos. En septiembre de 2011, en el marco de la VIII Gran Marcha Indígena por la Defensa del TIPNIS, los Territorios, la Vida, la Dignidad y los Derechos de los Pueblos Indígenas, el gobierno de Evo Morales respondió con represión infiltrando integrantes de policía en la movilización.

3.2 DIVISIÓN Y COOPTACIÓN DE LAS ORGANIZACIONES SOCIALES Y SUS DIRIGENTES

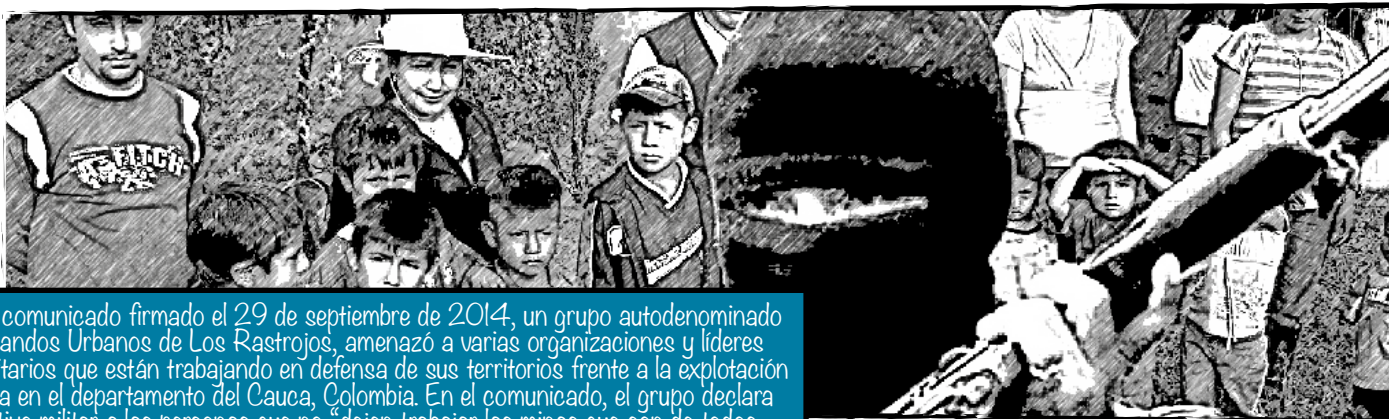
“Divide y reinarás” ha sido una estrategia militar y de control poblacional utilizada desde hace más de dos mil años. Para poder entrar al territorio, se ha buscado generar divisiones entre y dentro de las organizaciones sociales y comunidades. Las estrategias han sido múltiples, pero casi siempre su objetivo son beneficios para un grupo pequeño de personas, quienes defienden las políticas orientadas en contra de las mayorías. Para ello se valen de otorgar prebendas a los líderes de las comunidades, así como políticas que profundizan la división entre procesos bajo el pretexto de diferencias étnicas, culturales y religiosas. Se crean, entonces, intereses distintos dentro de un mismo

grupo poblacional, buscando profundizar conflictos existentes entre jóvenes y adultos, hombres y mujeres, etc., invisibilizando las realidades compartidas por todos. Los intereses de clase (el conjunto de todas las personas explotadas), son transformados en intereses de carácter étnico o sobre la tenencia de la tierra, generando nuevos conflictos entre comunidades indígenas, campesinas y afrodescendientes. Se rompen, así, los lazos históricos de solidaridad. La división de la comunidad, incluso, puede llegar a romper familias, así como relaciones entre personas que defienden y se oponen al proyecto extractivista. Es la destrucción del tejido social y familiar.



En Ecuador los movimientos sociales están divididos, mermados en sus propuestas para la sociedad ecuatoriana, temerosos de la normativa.
¡Todo es cárcel!

3.3 AGRESIONES FÍSICAS, DESAPARICIÓN FORZADA, AMENAZAS Y ASESINATOS



En un comunicado firmado el 29 de septiembre de 2014, un grupo autodenominado Comandos Urbanos de Los Rastrojos, amenazó a varias organizaciones y líderes comunitarios que están trabajando en defensa de sus territorios frente a la explotación minera en el departamento del Cauca, Colombia. En el comunicado, el grupo declara objetivo militar a las personas que no “dejen trabajar las minas que son de todos. Estamos atentos a ver si vuelven a quitar máquinas que no son de ustedes”.

Ya hemos mencionado cómo los Estados imponen sus intereses y los de un grupo selecto de personas a través de la represión, haciendo uso de la fuerza pública. Sin embargo, es común también el uso, en numerosos casos, de fuerzas paramilitares. Las fuerzas paramilitares son ejércitos relacionados con la fuerza pública, pero que se constituyen en una especie de “brazo ilegal” de los gobiernos. Debido a que carecen de todo límite su accionar es muy violento y provocan daños fuertes e irreparables. Uno de los objetivos de la violencia sociopolítica es romper la redes comunitarias, los lazos afectivos y de confianza que han sido construidos entre las personas, sembrando el miedo, la sospecha y el terror. La estrategia entonces es “debilitar la dignidad”, coartar la libertad y la autonomía por medio de las amenazas; los atentados; los asesinatos selectivos; las detenciones arbitrarias y cualquier forma de vulneración de los derechos humanos individuales y colectivos. Se busca, en

últimas, golpear la identidad, silenciar e intimidar a líderes y a miembros de organizaciones.

En el continente latinoamericano, la doctrina de la Seguridad Nacional y la clasificación de la oposición política como el enemigo interno que ha de ser “neutralizado”, “pacificado” o “exterminado”, forma parte del discurso con el que se ha querido justificar la persecución y aniquilación sistemática de miles de personas desde los años cincuenta hasta la fecha. Las comunidades indígenas, campesinas y afrodescendientes, los sindicalistas y los estudiantes y hombres y mujeres que han defendido sus territorios y otros modelos de economía y política, han sido víctimas de agresiones sistemáticas por parte de sus respectivos Estados. Estos han contado con asesoría militar de Estados Unidos, de Israel y otros países, y muchas veces se han apoyado en estructuras paraestatales.

3.4 INSTALAR UN ESTADO DE IMPUNIDAD

La impunidad es un estado en donde los victimarios pueden actuar sin alguna repercusión social o judicial. Las actuaciones criminales no son investigadas o castigadas, lo que garantiza la continuidad, e incluso, la multiplicación de este tipo de prácticas. El mecanismo más recurrente para la impunidad es la imposición del silencio. Por ejemplo, los medios de comunicación no informan sobre realmente sucede. Otra forma es cuando hay tanta intimidación que ni uno mismo se atreve a hablar. Otro mecanismo es el mal funcionamiento del aparato de justicia quien, de esta manera, se convierte en cómplice, o porque el Estado no le da atribuciones suficientes para ejercer su labor. Por tanto, las investigaciones no progresan, los victimarios no son identificados y los casos son archivados.

3.5 RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN SOBRE NUESTROS PROCESOS A PARTIR DE LA INFILTRACIÓN Y EL SEGUIMIENTO

Desde las empresas y los Estados se busca infiltrar a nuestras organizaciones y comunidades para conseguir información sobre nuestra forma de trabajar, objetivos y personas vinculadas a nuestro proceso. Casos de espionaje, interceptaciones ilegales de comunicaciones y seguimientos a organizaciones de derechos humanos y comunidades en resistencia han sido comunes en toda la región Andina. La información es utilizada para preparar montajes

Para generar estrategias de impunidad, la fuerza pública ha implementado una *tercerización* (subcontratación) de la violencia *privatizando la guerra*, sea esto a través de alianzas con empresas privadas que se dedican a desarrollar labores de inteligencia y seguridad, o a través de acciones con estructuras paramilitares.

En enero de 2014 el congreso de Perú adoptó la Ley 30151, que de forma retroactiva exonera de responsabilidad criminal a los agentes que hayan causado lesiones o muerte a civiles. Más de 130 integrantes de la Fuerza Pública involucrados, entre otros crímenes, en el asesinato de cinco comuneros en Cajamarca, en julio de 2012, y el asesinato de dos comuneros en Espinar (Cusco), en mayo de 2012, en protestas contra proyectos mineros de las empresas Yanacocha y Xstrata, pueden beneficiarse de la Ley.

judiciales y amenazas, así como agredir a personas específicas de nuestros procesos organizativos. Es importante recordar que no todas las amenazas se tienen que materializar. El nivel de riesgo de la amenaza depende de nuestras capacidades para prevenirla, así como también de las debilidades organizativas que estarían elevando dicho nivel. Nuestro trabajo como defensores y defensoras de derechos humanos implica ciertos riesgos. Para enfrentar las amenazas

podemos asumir varias posturas, 1) aceptar que están allí; 2) intentar persuadir al agresor para que no actúe, subiendo los costos económicos y políticos de una posible agresión y; 3) protegernos. En cuanto a la aceptación de los riesgos que implica nuestro trabajo podemos tomar como referencia la siguiente

gráfica. Por debajo de la línea están las amenazas que no generan mucho impacto o que tengan poca probabilidad de materializarse. En caso de que alguna amenaza llegase a materializarse, debemos buscar las formas para disminuir los impactos sobre nosotros, nuestro círculo familiar y nuestra organización.





AGLIA
S.
MINA
NC

FIGHTER

CERRETTA

4. INSUMOS PARA UN PROTOCOLO DE SEGURIDAD

Desde nuestros procesos organizativos es importante pensar acerca de la protección de nuestros territorios, comunidades, organizaciones y sus integrantes de una forma integral. Las tres dimensiones de la protección Territorio – Comunidad – Individuos están interconectadas, y dejar de lado cualquiera de las tres pone en riesgo a las otras dos.

Elaborar un protocolo de seguridad nos permite saber cómo actuar antes, durante y después de una situación específica de riesgo. Tienen como fin prevenir y reaccionar adecuadamente frente a algún incidente de seguridad. Les invitamos a adaptar, ajustar y retroalimentar las recomendaciones que a continuación estamos presentando.



Para iniciar un proceso de construcción de protocolos de seguridad tenemos que hacer un análisis sobre las amenazas y riesgos que enfrentamos como personas y procesos colectivos. Pensamos en posibles escenarios a partir de un análisis de coyuntura.

Para algunos escenarios es bueno poder contar con un abogado o asesor jurídico que nos explique cuáles son nuestros derechos y cuáles son los deberes de los funcionarios públicos. Tenemos que pensar en nuestras capacidades y debilidades, por ejemplo, a partir de la bicicleta de seguridad (como se observa en la página 30), y fortalecer esos aspectos de nuestra organización que nos generan más vulnerabilidad.



Es importante hacer registros de los incidentes, por más pequeños e insignificantes que parezcan. Podemos pensar, por ejemplo, en un registro único de incidentes de seguridad en la organización que se analiza de forma colectiva a la hora de hacer el análisis de coyuntura. Para registrar los hechos se podría utilizar un formato similar al que proponemos en la siguiente página, adaptándolo, eso sí, a las necesidades de su organización.



REPORTE DE INCIDENTE DE SEGURIDAD

Elaborado por:

Fecha:

Fecha y hora del incidente:

Dónde ocurrió el incidente:

Descripción de los agresores (vehículos utilizados, rango, ropa y descripción física, tono y acento de la voz):

Nombre de las víctimas:

Narre la situación:

Cómo reaccionó frente a la situación:

4.1 ANÁLISIS DE COYUNTURA

Muchas veces solo reaccionamos frente a las situaciones que emergen y no nos preparamos **PREVIAMENTE**. El trabajo de protección y autoprotección también es anticiparse. Cuando sabemos **CÓMO** actúan los diferentes actores podemos tener estrategias diferentes, más ajustadas y más diversas.

Para entender lo que nos pasa y prepararnos así para futuros escenarios, es importante generar espacios colectivos de análisis de la coyuntura con una cierta regularidad. Este tipo de análisis nos permite ver los patrones entre los acontecimientos, hechos, sucesos, etc. Al interpretar los hechos y establecer relaciones entre los diferentes aspectos económicos-políticos-ideológicos, podemos pronosticar cuál será la evolución o tendencia de las situaciones,

permitiéndonos influir, en algún grado, sobre los efectos de aquellas, y no esperar pasivamente a que ocurran las cosas.

En los ejercicios de análisis de coyuntura hay que evitar las “fotos fijas”, es decir, solo ver el presente, ya que el contexto histórico en que vivimos es fundamentalmente dinámico, es decir, ha cambiado en el tiempo. El análisis de coyuntura se presenta como un circuito en donde nuestras actuaciones transforman la realidad y pueden provocar nuevos incidentes de seguridad que nos obligan, a su vez, a hacer nuevos análisis.

¿cuáles son los pasos?



Recoger la información a través de una lluvia de ideas que incluye aspectos a nivel local, regional, nacional e internacional, especialmente aquellos que pueden ser relevantes y alimentado con la lista de incidentes de seguridad

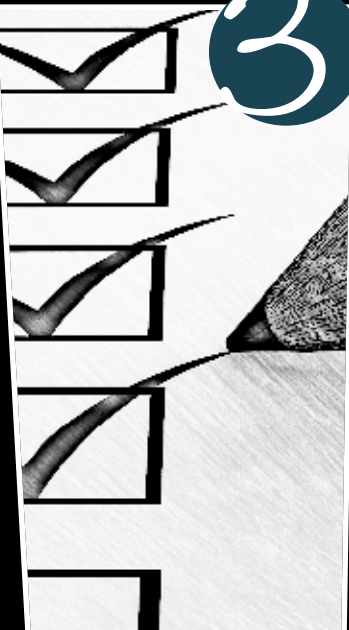
1



Análisis: ¿Quiénes son los posibles agresores y cuáles son sus objetivos?
¿Podemos identificar patrones en sus actuaciones?
¿Cómo han actuado los agresores en el pasado?
¿Qué debilidades y vulnerabilidades tenemos como organización que podrían ser aprovechados por los agresores? ¿Qué capacidad tenemos para ejercer alguna presión sobre los agresores?

2

3

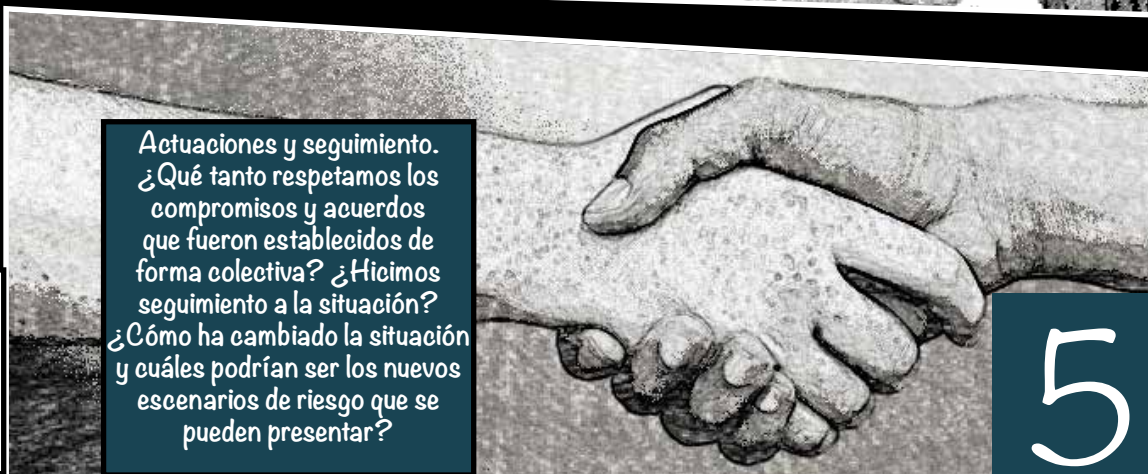


Escenarios para el futuro.
Pensamos en varios
posibles escenarios.
Realice una priorización
sobre la probabilidad y el
impacto de cada uno de los
escenarios.



4

Estrategias. ¿Cuáles son las estrategias que vamos a utilizar para prevenir las agresiones y bajar sus impactos? ¿Cómo podríamos actuar a la hora de que se materializa alguna amenaza?



Actuaciones y seguimiento.
¿Qué tanto respetamos los
compromisos y acuerdos
que fueron establecidos de
forma colectiva? ¿Hicimos
seguimiento a la situación?
¿Cómo ha cambiado la situación
y cuáles podrían ser los nuevos
escenarios de riesgo que se
pueden presentar?

5

Muchas veces solo estamos reaccionando frente a las situaciones y no nos preparamos. El trabajo de protección y autoprotección también es eso. Cuando sabemos cómo actúan los diferentes actores podemos tener estrategias diferentes, más ajustadas y más diversas.



EJEMPLO



Recogemos los hechos: en la comunidad se ha visto un vehículo extraño (Ford tipo camioneta con placa XFG675 de color negro) en horas de la noche los días jueves, viernes y sábado de la semana pasada. El campo petrolero, a dos kilómetros de la comunidad, estuvo inactivo durante dos años pero el precio del petróleo está subiendo a nivel internacional por lo que hay más interés en su futura explotación. El alcalde del municipio ha dicho a través de varios medios de comunicación, que quiere impulsar el desarrollo en el municipio y para eso necesita inversión extranjera. Hace dos meses fue asesinado por desconocidos un integrante de una comunidad campesina vecina que también se opone a la explotación petrolera en su territorio.

HECHOS



Análisis: la empresa y el alcalde están buscando romper con el proceso de resistencia de la comunidad

ANÁLISIS



Escenarios: pueden haber actos de intimidación y agresión física contra integrantes de nuestro proceso.

ESCENARIOS



Estrategias: realizar los desplazamientos siempre en grupos de dos. Establecer una guardia en la comunidad para las horas de la noche con el fin de controlar los movimientos de personas ajenas. Informar a la Defensoría de Pueblo sobre los hechos y a la organización de derechos humanos que nos acompaña en el proceso. Realizar en tres meses un carnaval en defensa del agua en la cabecera municipal para difundir la problemática y dar a conocer los impactos sociales y ambientales de la explotación petrolera a nivel regional.

ESTRATEGIAS

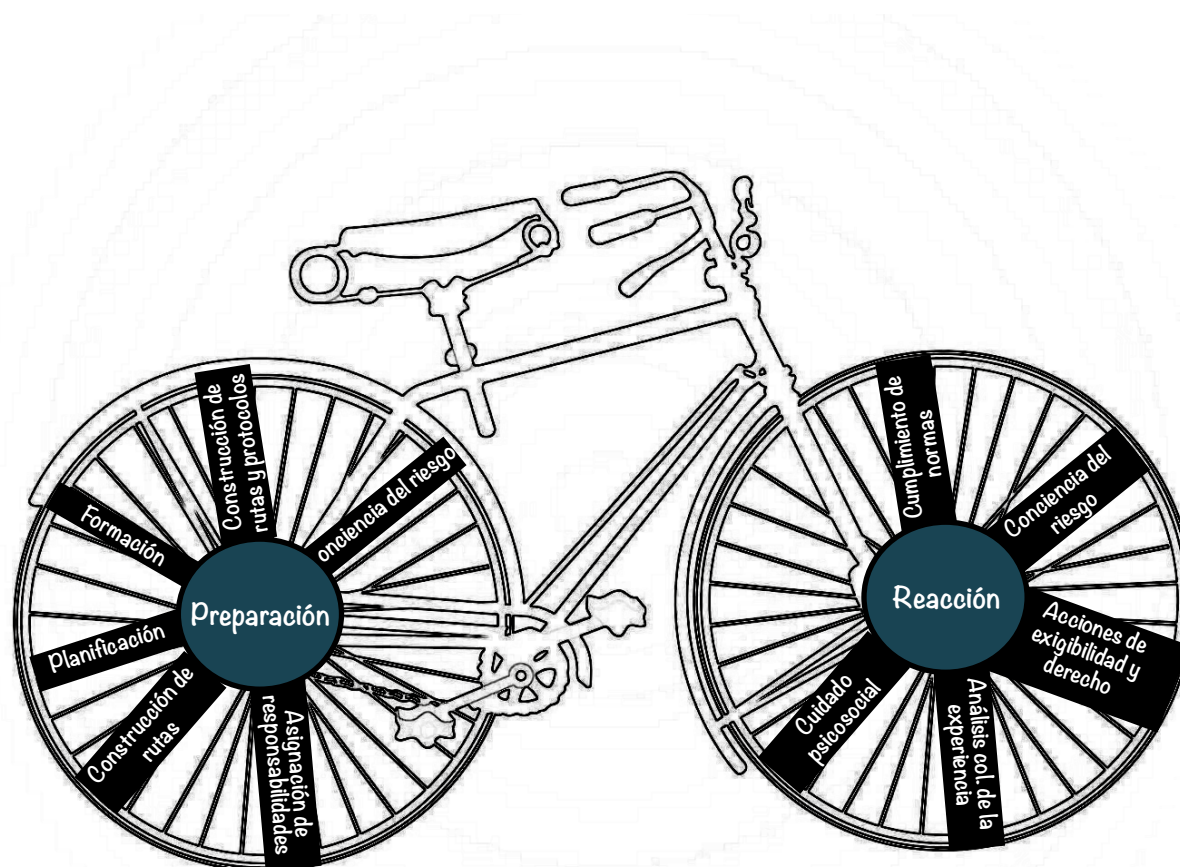


Actuaciones y seguimiento: durante el carnaval por la defensa del agua fueron detenidos dos compañeros. La policía realizó tomas fotográficas del carnaval y varias personas de la organización fueron objeto de seguimiento por parte de personal de civil. A través del acompañamiento de la Defensoría del Pueblo y las organizaciones de derechos humanos, se instalaron las respectivas denuncias ante la Fiscalía y la Procuraduría y los compañeros detenidos fueron liberados dentro de las 36 horas por constituirse la detención en una detención arbitraria.

ACTUACIONES SEGUIMIENTO

4.2 LA BICICLETA DE LA SEGURIDAD

Esta herramienta nos permite pensar en varios aspectos a tener en cuenta en nuestras políticas organizativas. Para que la rueda puede funcionar bien todos los componentes deben tener un eje fuerte. Es importante resaltar la interconexión entre los diferentes elementos de la rueda. Si hay un eje poco desarrollado pone en peligro la seguridad de toda la organización.



5. MECANISMOS DE PREVENCIÓN

A partir del análisis de coyuntura que hemos hecho y los posibles escenarios que hemos identificado podemos pensar en algunas acciones preventivas para realizar dentro de nuestra organización y comunidad.

5.1 SUBIR EL COSTO POLÍTICO

Para bajar la probabilidad de que se materialicen los posibles escenarios de riesgo, es importante legitimar nuestro trabajo y subir el costo político de alguna agresión contra nuestra comunidad y organización. El costo político se mide por la reacción de una red de apoyo y por las posibles implicaciones que una agresión en contra de nosotros puede tener para el adversario. Podemos distinguir tres formas para subir el costo político:

a) Legitimar nuestro trabajo, luchar contra la impunidad y sus mecanismos de implementación.

Dar a conocer las actividades a través de radio, televisión, internet, comunicados públicos, plantones, marchas, intervenciones artísticas, teatro, música o cualquier otro medio/expresión. Permite llegar a un público amplio y dar a conocer la problemática sociopolítica así como el trabajo que se está realizando.

b) Generar una red de apoyo a nivel local

Hacer un trabajo con la comunidad que permita generar una reacción popular de movilización frente a un caso de victimización. Esta es una herramienta

que requiere un proceso largo de construcción, pero se constituye como una de las más efectivas. La movilización se realiza a través de varias expresiones, con el fin de reconocerse como organización y sujeto capaz de expresarse, ejercer derechos y exigir la garantía y respeto de los mismos. Es una estrategia de participación e impacto político que hace posible intervenir cuando se padece una exclusión o desconocimiento de los derechos. A la vez permite generar y consolidar espacios y mecanismos que inviten al encuentro, al diálogo, a la deliberación y a la concertación, conforme a los intereses y opciones de las organizaciones y sujetos políticos.

c) Generar una red de apoyo nacional e internacional

Hacer un trabajo político para dar a conocer mediante reuniones, cartas y misiones la problemática de la zona a personas del cuerpo diplomático (embajadas, senadores o congresistas tanto nacionales como internacionales y organismos internacionales como Naciones Unidas), organismos de control (Defensoría, Personería y Procuraduría) y organizaciones de derechos humanos nacionales e internacionales. Este trabajo político permite tales organismos y organizaciones respondan frente a una amenaza y exijan al gobierno, según su mandato, que garantice los derechos fundamentales de la organización o comunidad. El primer paso es hacer un mapeo en la región de las organizaciones y organismos presentes

y conocer el mandato de cada una. Luego, el trabajo político puede realizarse de diferentes formas:

- a** Visitas por las organizaciones o personas a las comunidades afectadas en forma de misiones humanitarias o misiones de verificación (después o antes de que haya pasado alguna agresión).
- b** Considerar las posibilidades de trabajar en conjunto con otras organizaciones y expresiones sociales y políticos para generar lazos entre su organización/comunidad y las de otros. Articularse con las diferentes plataformas y redes de defensores de derechos humanos existentes para poder hacer un trabajo colectivo de incidencia política.
- c** Interlocución por parte de representantes o líderes de las organizaciones y comunidades con los organismos y/o organizaciones (giras nacionales o internacionales).



5.2 PROTEGER NUESTRA COMUNICACIÓN E INFORMACIÓN

El trabajo en defensa de los derechos humanos y derechos colectivos nos obliga a pensar en estrategias de protección de nuestras formas de comunicación y el manejo seguro de la información. Es importante preguntarnos cuál es la información que manejamos,

quién podría estar interesado en ella, cuál podría poner en riesgo nuestro trabajo o el de la organización/comunidad y dónde tenemos esta información. Para hacer un primer análisis de riesgo frente al manejo de la información podemos responder las preguntas del cuadro siguiente.

¿Cuál es el tipo de información que manejamos?

Por ejemplo, testimonios, casos judiciales y demandas, listados de asistentes, informes de trabajo de campo, direcciones e información personal sobre los integrantes de la organización, información sobre proyectos, planes estratégicos e itinerarios de desplazamientos, entre otra.

¿Quién podría estar interesada en ella?

Por ejemplo, fuerza pública, empresas, funcionarios públicos, estructuras criminales, gobernantes, otros.

¿Quién se verá afectado si la información llega a terceros?

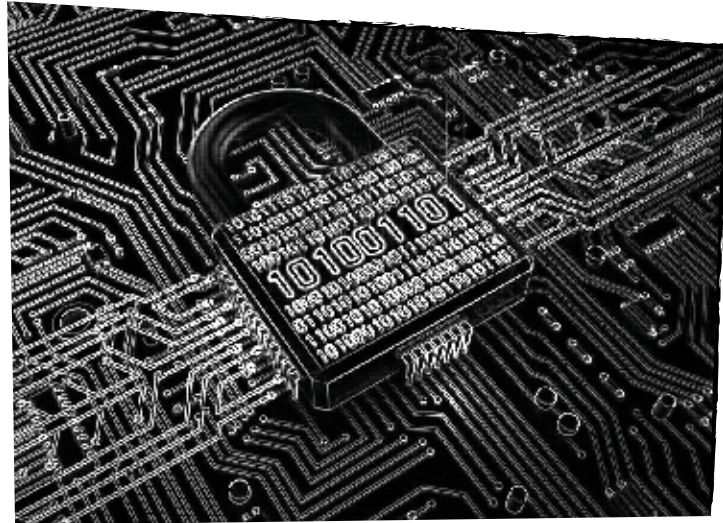
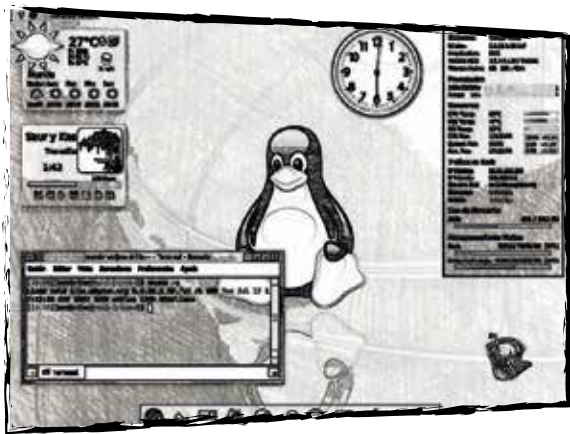
Por ejemplo, integrantes de nuestra organización y comunidad, la familia, víctimas, organizaciones amigas, otros.

¿Dónde está guardada la información?
¿Tenemos copias de seguridad de la misma?

Por ejemplo, en correos electrónicos, discos duros externos, USB, computadores, Facebook, Twitter, páginas web, informes impresos, whatsapp, teléfono, otros.

¿Qué tan segura está la información en el sitio donde la hemos guardado?

Por ejemplo, candados, política de llaves, personal, acceso, encriptación de la información, etc.



En las páginas de <https://securityinbox.org>, <https://ssd.eff.org> y <https://www.level-up.cc> encontrarán muchas herramientas para la protección de su información y comunicación. Haremos solo algunas recomendaciones.

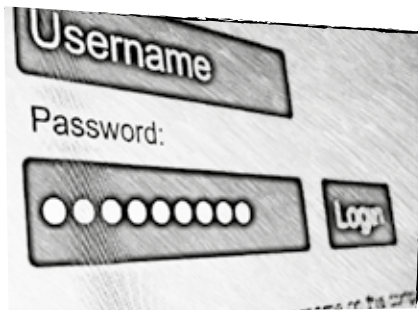
! Actualice los programas que utiliza, procure utilizar programas de código abierto y no de empresas privadas como Microsoft, piense en un buen antivirus, un cortafuegos y una limpieza regular de su computador, como también de la USB que utiliza. Además es importante tener respaldos cifrados de nuestra información en sitios seguros. Estos respaldos se tienen que hacer de forma regular para que no se pierda gran parte a la hora de un daño, robo o allanamiento. También debe haber una persona responsable del proceso de respaldo...

... porque muchas veces si todos somos responsables ¡nadie lo hace!



La encriptación de la información y comunicación hace que solo una persona autorizada pueda, a través de su contraseña, tener acceso a aquella. Existen varios programas que permiten encriptar nuestra comunicación de correo electrónico (Thunderbird con PGP), chat (Pidgin con OTR), videoconferencia (Jitsi), mensajería por teléfono (Telegram), llamadas por teléfono (Redphone y Signal) y almacenamiento de datos (Truecrypt). La instalación de estos programas y los requisitos de su equipo se explican en las páginas arriba mencionadas.

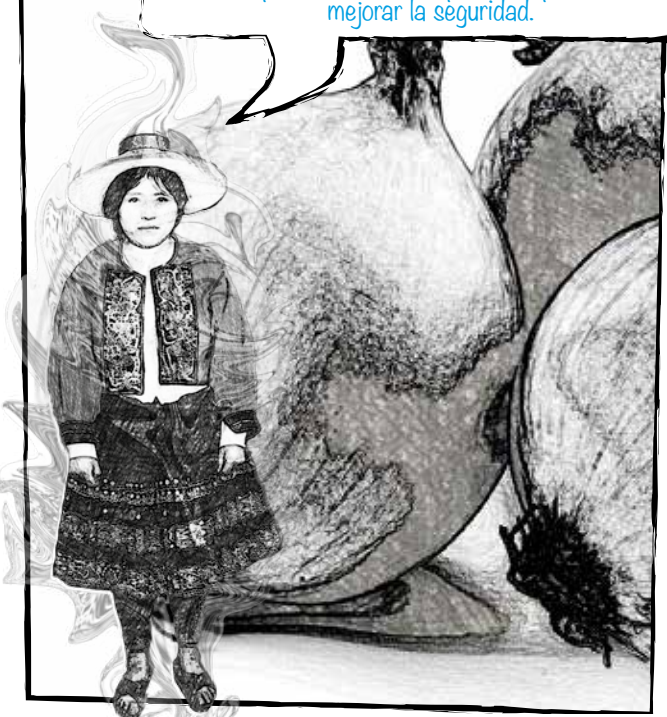




Las contraseñas que utilizamos para ingresar a nuestros computadores, correos electrónicos y cuentas de redes sociales tienen que ser seguras. ¿Qué significa esto? Tienen que tener, por lo menos, 20 caracteres, entre símbolos, cifras, mayúsculas y minúsculas. Las contraseñas deben ser únicas, no podemos utilizar la misma contraseña para todas nuestras cuentas. No deben estar escritas en alguna parte y se les debe poder recordar. En vez de pensar en *palabras contraseñas* les recomendamos utilizar **frases contraseñas**. Piense en alguna canción, poesía, consigna que le resulte fácil de recordar, por ejemplo las últimas palabras de la canción *Plástico* de Rubén Blades: “en medio del plástico también se ven las caras de esperanza, se ven las caras que trabajan por una Latinoamérica unida y por un mañana de esperanza y de libertad”. Podemos convertir esta frase en una contraseña cogiendo la primera letra de cada palabra **emdptsvlcde,svlcqtpuLuypumdeydl** Ahora podemos poner 1 en vez de la u (que hace referencia a una y un). Quedaría la contraseña así **emdptsvlcde,svlcqtp1Luyp1mdeydl** Una contraseña fácil de recordar, pero bastante difícil de romper.



Podemos visualizar la protección de nuestra información como unas capas de cebolla en donde tenemos que tener en cuenta la accesibilidad y seguridad en cada capa. Nuestra información se encuentra en un entorno y en cada capa de ese entorno podemos poner barreras y mejorar la seguridad.



5.3 MECANISMOS DE AUTOPROTECCIÓN INDIVIDUAL Y COLECTIVA

5.3.1 SEGURIDAD EN LA CASA Y LA OFICINA



Elabore un autoestudio de seguridad: Quiénes son los vecinos, cuáles son las vías de acceso, cuáles son las estaciones de policía más cercanas, los centros hospitalarios, etc.

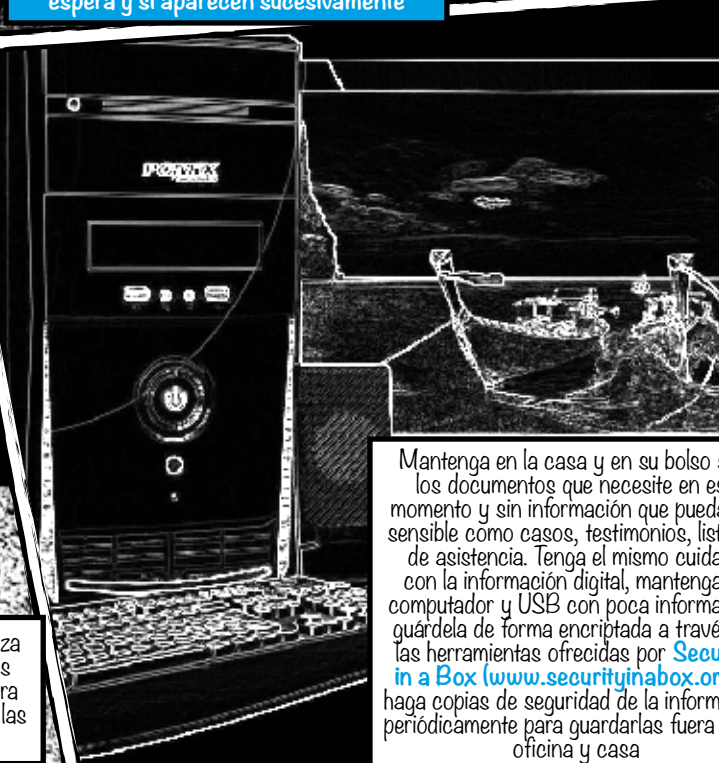
Evalúe la seguridad de su residencia y oficina y trate de fortalecer los puntos débiles de la misma, con medidas físicas como candados, cerrojos, cambio de guardas, sistemas de vigilancia y comunicación de acuerdo con sus posibilidades




Preste atención a los lugares de uso común y alrededor de la casa y oficina. Vigile si hay personas y/o vehículos en actitud de espera y si aparecen sucesivamente



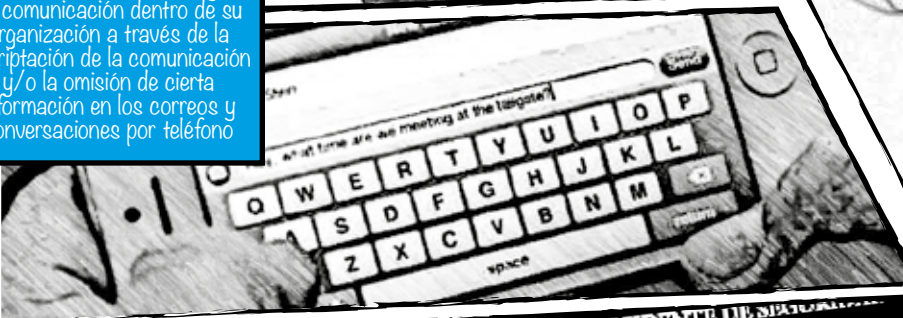
Es importante tener lazos de confianza y cercanía con la comunidad, con los vecinos y con personas cercanas para poder intercambiar información sobre las dinámicas en el entorno.




Mantenga en la casa y en su bolso sólo los documentos que necesite en ese momento y sin información que pueda ser sensible como casos, testimonios, listados de asistencia. Tenga el mismo cuidado con la información digital, mantenga su computador y USB con poca información, guárdela de forma encriptada a través de las herramientas ofrecidas por **Security in a Box** (www.securityinabox.org) y haga copias de seguridad de la información periódicamente para guardarlas fuera de su oficina y casa




Apagar Wifi y su conexión de internet cuando no la utilizamos y tener cuidado con la utilización en sitios públicos




Establezca unas formas seguras de comunicación dentro de su organización a través de la encriptación de la comunicación y/o la omisión de cierta información en los correos y conversaciones por teléfono



No publique ni comparta información personal vinculada al trabajo que usted realiza en espacios de redes sociales, página web o a personas que se lo preguntan (datos personales y familiares de los miembros del equipo, teléfonos y direcciones privadas, teléfonos o itinerarios)



Establezca un mecanismo de registro de las personas que entran a su oficina, p.e. a través de una cámara o un libro de registro de entrada



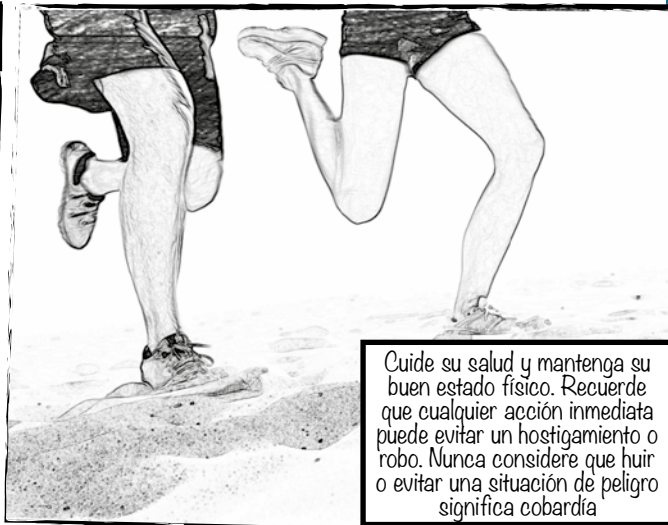
Establezca un registro de incidentes de seguridad para luego, a partir de allí, poder hacer un análisis de la situación de seguridad personal y colectiva

5.3.2 SEGURIDAD EN LA CALLE Y SALIDAS A ZONAS RURALES

“Hay que hacer un trabajo espiritual previo para poder escoger los caminos buenos y no los malos. ¿Para qué insistir en los caminos que no nos van a llevar a donde queremos ir?” Sabiduría ancestral.

No lleve información en su mochila que no necesite. Encripte la información digital a través de las herramientas ofrecidas por Security in a Box (www.securityinabox.org)

No maneje rutinas de desplazamiento, ni de rutas ni de horarios





Antes de salir debe mirar hacia la calle para establecer la presencia de personas o vehículos extraños que puedan estarlo esperando. Memorice los rostros, y en general, rasgos físicos de las personas que le resultan sospechosas, fíjese en rasgos característicos, ropa, cojera, cicatrices visibles, sombreros, etc.



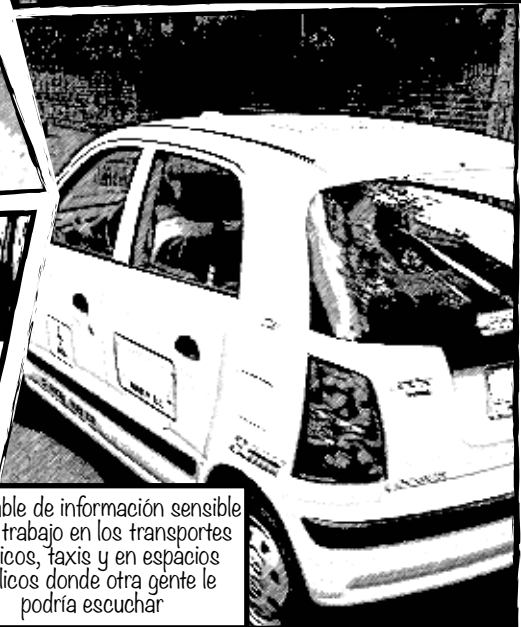
Tenga cuidado con relaciones casuales, puede estar ante alguien que busque información.



Averiguar antes del viaje sobre la situación de seguridad con la comunidad o organización que se encuentra la zona para poder contar con información actualizada. Dependiendo de la zona a la que vamos y el país en que vivimos, informarnos sobre situaciones del conflicto armado, delincuencia, condiciones climáticas/viales, presencia de Minas Antipersonas (MAP) y Munición Sin Explotar (MUSE), etc.



Transite por vías amplias y concurridas, evite aquellas con poca iluminación o solitarias.

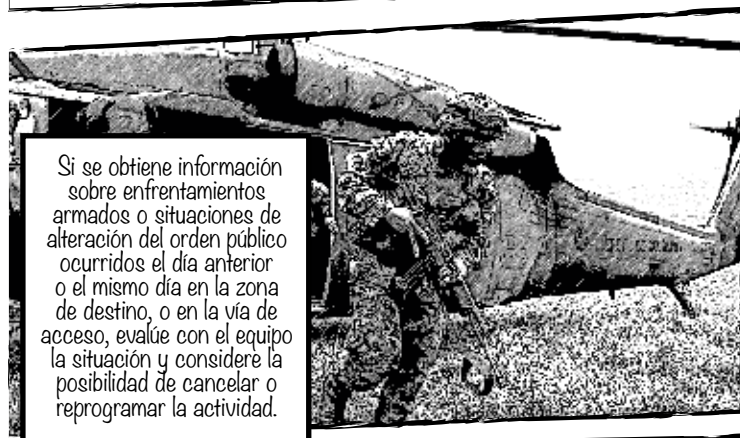


No hable de información sensible y del trabajo en los transportes públicos, taxis y en espacios públicos donde otra gente le podría escuchar



NACIONES UNIDAS

En viajes que duran más de dos días, o que constituyen un riesgo especial, informe sobre los desplazamientos a la oficina de Naciones Unidas, Embajadas, Ministerio del Interior y/o Defensoría



Si se obtiene información sobre enfrentamientos armados o situaciones de alteración del orden público ocurridos el día anterior o el mismo día en la zona de destino, o en la vía de acceso, evalúe con el equipo la situación y considere la posibilidad de cancelar o reprogramar la actividad.

Si la salida se realiza en zonas donde no hay señal que garantice la comunicación, el responsable de la misma deberá dejar expreso en el formato de "agenda de viaje" la cantidad de días u horas que estarán fuera de comunicación y establecerá un número límite de horas/días para entrar en comunicación nuevamente.



Levar siempre un teléfono cargado y con minutos



Limitar la información sobre sus viajes, reserve el itinerario, propósito y lugar de alojamiento a personas de su confianza, solo suministre un teléfono donde pueda ser ubicado fácilmente en caso de emergencia. Para todos los viajes elabore un itinerario que incluye nombres y números de las personas de referencia y un horario/tiempos para realizar llamadas de seguimiento para compartirlo con la persona que le realiza el seguimiento.

5.3.3 DURANTE LOS VIAJES



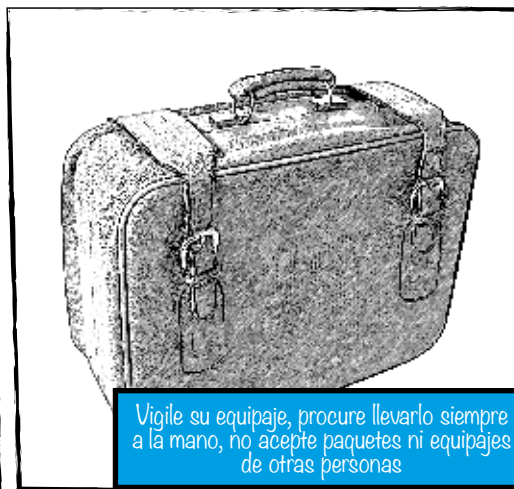
En los desplazamientos en las zonas rurales siempre asegúrese de estar acompañado por alguna persona de referencia, preferiblemente de la comunidad.



Si maneja un transporte propio revisar los frenos, llantas y aceite antes de salir para evitar accidentes. Chequear los pernos de las llantas



En caso de manejar un transporte propio guardar el vehículo en un sitio seguro para evitar actos de sabotaje y la siembra de materiales ilegales (droga, armas)



Vigile su equipaje, procure llevarlo siempre a la mano, no acepte paquetes ni equipajes de otras personas



Acordar entre los que van a viajar los objetivos y destino del viaje como también las actuaciones específicas que se pueden hacer frente a situaciones concretas



En el caso de que estén presentes actores armados ilegales, recuerde que en las comunicaciones telefónicas NO se mencionan detalles de la situación, solo indique que se presentó un problema de seguridad

Establecer con la persona de referencia quién maneja la interlocución en caso de encontrarse con algún actor armado o adversarios



Llevar un botiquín de salud y/o primero auxilios

No viajar fuera de vías principales en horas de la noche



Mantenga comunicación con la persona que le haga seguimiento de su viaje, según los horarios establecidos



Aplicar la Justicia Propia en nuestro territorio, exigiendo el respeto a nuestras autonomías políticas y jurídicas



Establecer comités de calidad de agua y guardianes del agua/ la laguna/ el acuífero, que hacen control de la calidad de agua y que se pueden mantener de forma permanente al lado de los acuíferos que se afectarían por una actividad extractivista durante situaciones de riesgo elevado



Recurrir a la movilización como elemento para exigir el goce efectivo de nuestros derechos



No mostrar las riquezas que tenemos en nuestros territorios a terceros

5.3.4 SEGURIDAD DENTRO DE NUESTRAS COMUNIDADES Y PROTECCIÓN DE NUESTROS TERRITORIOS



Establecer un reglamento interno dentro de la comunidad para sancionar a las personas que se involucran con la minería y otras industrias extractivas



Recuperar y fortalecer nuestra identidad y colectiva y nuestros saberes



Dar uso al territorio que se quiere aprovechar para que no nos digan que son tierras baldías. Realizar un ordenamiento territorial propio por parte de las comunidades para definir los usos y proteger los espacios, como son las fuentes hídricas y sitios sagrados



Explicitar los impactos que pueden tener los proyectos extractivistas en el ámbito social, ambiental y personal a los integrantes de la comunidad



La realización de ejercicios de cartografía permiten la construcción de una imagen colectiva del territorio. Se pueden elaborar mapas del pasado para rescatar la memoria colectiva, del presente para conocer la situación actual y del futuro para visibilizar las apuestas comunes



En muchas oportunidades las comunidades han tenido que recurrir a las acciones de hecho para defender sus territorios..

... ¡Vale ser creativos y combinar diferentes estrategias!

Señale las fuentes de agua con carteles que exigen el respeto al agua y el ambiente como mecanismo de visibilización y exigibilidad



Intente de desplazarse siempre en grupo, tanto para ir de una vereda a otra o cuando salga a la finca



Si encuentra en el camino o en la finca objetos desconocidos, metálicos o material bélico, informe a las personas de la comunidad y a las autoridades competentes sobre su presencia. Nunca intente levantar, desarmar o llevar estos objetos, ya que pueden ser explosivos o tóxicos



Establezca formas de comunicación propias de la comunidad para poder informar en casos de emergencia

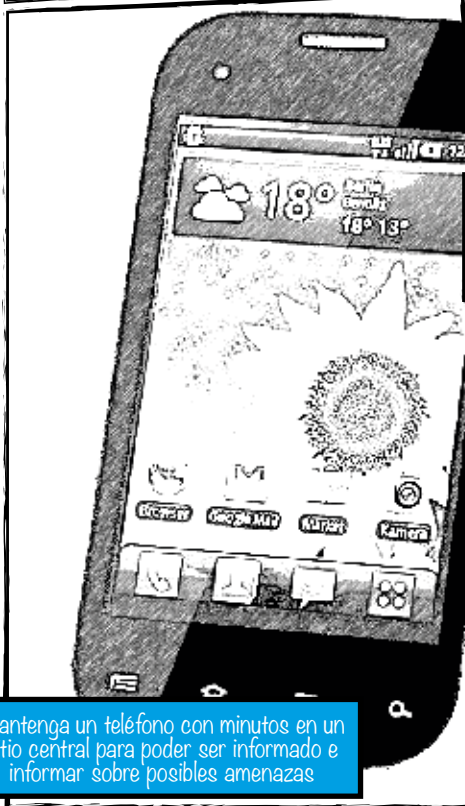
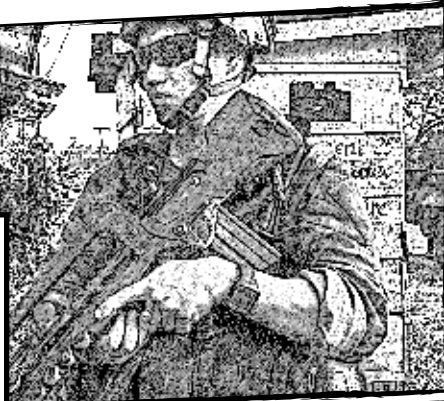


Acompañe otros procesos cercanos en sus luchas de defensa territorial

Demarque con letreros los centros educativos, de salud e iglesias, ya que se tratan de sitios que, tienen que ser respetados en el marco del Derecho Internacional Humanitario (DIH), por las partes en conflicto y pueden funcionar como refugios para la población civil durante combates



En el momento en que uno de los actores armados busque acampar en su comunidad, casa, escuela, exija si es posible, el respeto a la población civil, ya que se trata de una infracción del DIH



En momentos complicados de orden público, establezca una guardia comunitaria que esté pendiente durante la noche

Mantenga un telefono con minutos en un sitio central para poder ser informado e informar sobre posibles amenazas



Demarque su finca o comunidad con pita y letreros que indiquen que se trata de una propiedad privada. La fuerza pública tiene que respetar la propiedad privada y solo puede entrar con una orden





No comparta información sobre la comunidad, su organización y sus líderes con gente que no es de confianza. Preguntase siempre "¿con quién hablamos, de qué y en dónde?"



Construir normativas internas que sean respetadas por toda la comunidad y que nos ayuden a garantizar la prevención y la protección con respecto al consumo de alcohol, manejo de información, horarios, etc.

Colectivizando y compartiendo el liderazgo en la comunidad no expone tanto a ciertas personas y facilita dar continuidad al proceso en caso de que uno de los líderes no esté por alguna razón




Aprovechar las herramientas de participación ciudadana como son las Consultas Populares, Autónomas, Comunitarias y Consultas Previas, que a pesar de que muchas veces no son vinculantes, se constituyen en hechos políticos y de movilización que permiten fortalecer la organización comunitaria



Cambiar los sitios y horarios de las reuniones





Luchar por un mundo mejor, más equitativo y justo, es una apuesta fundamentada en la convicción de nuestro poder transformador...

En los reglamentos internos de las comunidades afrodescendientes, indígenas y campesinas, dejamos claro cuál es el uso y cómo es la tenencia de la tierra en el territorio. Por ejemplo, en las Zonas de Reserva Campesina está claro que no puede haber monocultivo y la producción está enfocada en la soberanía alimentaria y el fortalecimiento de los mercados locales.

Es un mandato popular construir esa territorialidad intercultural e interétnica

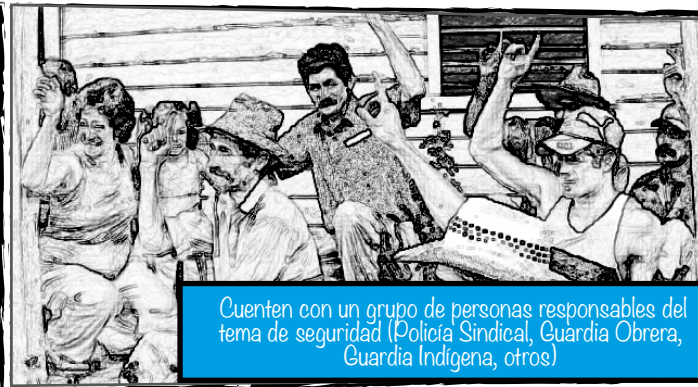
5.3.5 SEGURIDAD DURANTE MOVILIZACIONES Y ACCIONES DE PROTESTA

ANTES

Recuerde que la protesta social es un **derecho nacional e internacional** que se fundamenta en el derecho a la libre expresión y el derecho a la asociación. El carácter no-violento de las acciones de protestas, incluyendo la desobediencia civil, es fundamental para los procesos de cambio y de afianzamiento de los derechos ciudadanos.



Planifiquen de forma colectiva el objetivo de movilización y unifiquen los criterios frente a los discursos y actuaciones durante la misma



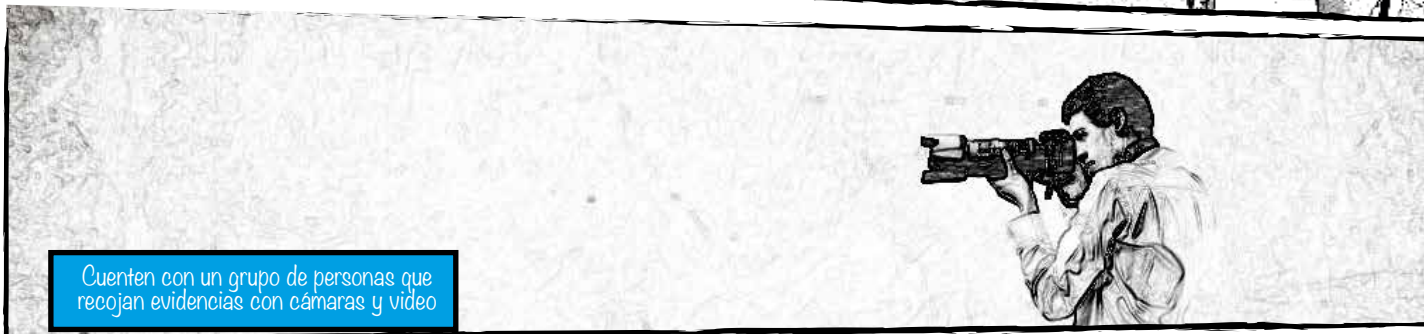
Cuenten con un grupo de personas responsables del tema de seguridad (Policía Sindical, Guardia Obrera, Guardia Indígena, otros)



Tengan una red de apoyo con unos aliados estratégicos (abogados, ONG, medios)



Dividan la atención de la policía para que no los puedan encerrar



Cuenten con un grupo de personas que recojan evidencias con cámaras y video



Evitar que nos coloquen elementos en caso de detención para nuestra judicialización. Es mejor salir sin mochila y con ropa que no tenga bolsillos.



No romper la unidad del grupo



Utilizar ropa ligera para poderse mover fácil

No llevar nada que no sea necesario para la movilización



Buscar un sitio estratégico para realizar nuestra protesta. Tener en cuenta de dónde viene el viento para poder responder frente a una agresión con gases lacrimógenos



Llevar vinagre, Vick Vaporub o tabacos por su humo, para neutralizar el efecto de los gases lacrimógenos.



Tener como referente un grupo de personas que están responsables del grupo para evitar, de esta manera, que se pierdan personas de nuestra organización, como también la infiltración de terceros en la movilización



Comunicar a las autoridades civiles que hay mujeres y niños en la movilización si este es el caso



Identificar las rutas de salida segura

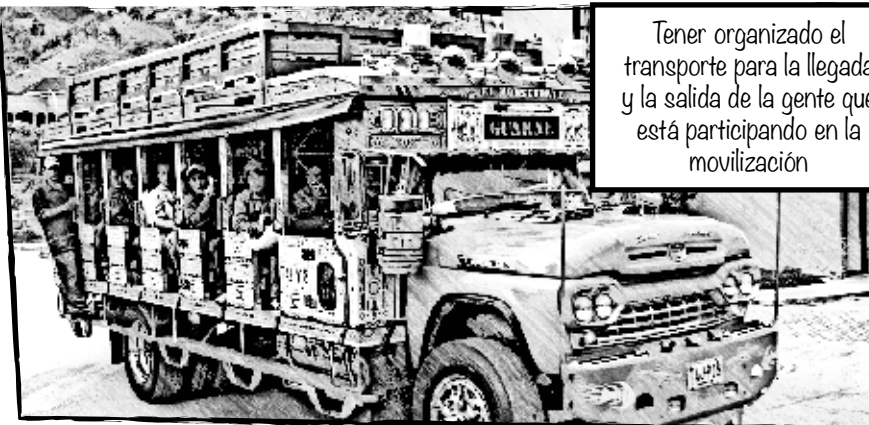


Contar con unas brigadas de salud dentro de nuestra organización





Pensar en mecanismos de comunicación segura a través de radio, teléfono u otros que incluye algunas claves para que no nos intercepten la comunicación



Tener organizado el transporte para la llegada y la salida de la gente que está participando en la movilización



Tener grupos pequeños de 4-5 personas como puntos de referencia, también llamados grupos de afinidad, lo que permite tener un alto grado de confianza y una mejor organización y reacción en la movilización



Frente a la infiltración hay que hacer registros de las personas que están en los eventos y asumir siempre que habrán intentos de infiltración

DURANTE



Estar atento a posibles infiltrados que buscan provocar a los integrantes de la movilización y sacarles cuando se encuentran



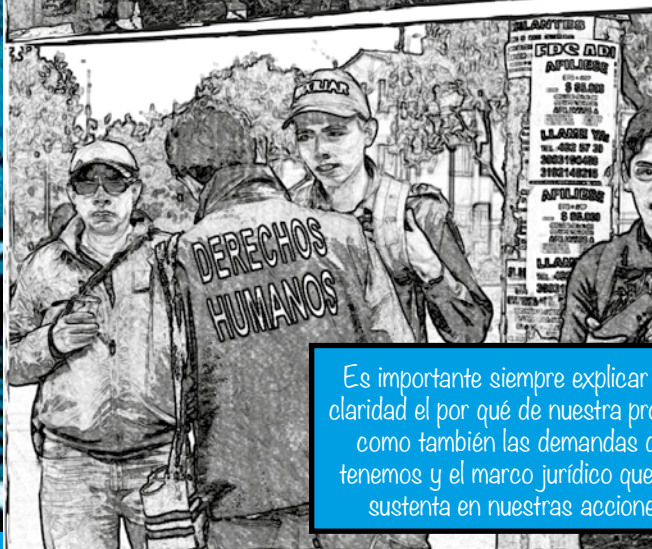
Cuando nos piden registro, nosotros mismos lo hacemos para evitar que nos siembran elementos ilegales



Evitar que la fuerza pública rompa nuestra estructura de movilización ya que siempre buscan aislar a las personas



Hacer registros fotográficos y de video de incidentes de seguridad que se presentan y de la actuación de la fuerza pública (por ejemplo registros de que nos fotografían o nos filman)



Es importante siempre explicar con claridad el por qué de nuestra protesta como también las demandas que tenemos y el marco jurídico que nos sustenta en nuestras acciones



Mantener cohesión en el grupo para evitar que ingresan terceros a nuestra protesta

DESPUÉS

Hay que buscar una salida segura del lugar. Los momentos de entrada y salida siempre son los más vulnerables porque estamos dispersos, no unidos y preparados para posibles agresiones.



Es importante hacer una evaluación de la movilización, mirar si todos estamos, si hay personas heridas, con afectaciones psicosociales o con alguna necesidad específica y establecer un plan para acciones de seguimiento.



6. PROTOCOLO DE REACCIÓN

A pesar de las medidas de prevención y de protección adoptadas, las personas de la comunidad y organización se pueden ver envueltos en una situación de riesgo. A continuación se presentan algunas recomendaciones para responder ante amenazas específicas.

Recuerda siempre las siguientes preguntas en el momento de informar sobre un incidente de seguridad.

¿QUÉ OCURRIÓ? ¿DÓNDE Y CUÁNDO? ¿QUIÉN FUE EL AGRESOR?
¿HAY VÍCTIMAS Y QUIÉNES SON? ¿CÓMO Y DÓNDE ESTÁN?
¿HAY DAÑOS MATERIALES? ¿HAY NECESIDADES ESPECÍFICAS?

Cuando pasa algo **informa a alguien, quien sabe como reaccionar** sobre el incidente lo más preciso y concreto posible. Debe realizar un pedido de apoyo o de reacción inmediata que sea fácil de entender. Algunas peticiones puede incluir presencia de un abogado, presencia masiva de personas y entidades de derechos humanos, reacción armada para repeler o contener otra agresión armada o cuando se requiera la identificación de personas sospechosas.

6.1 EN CASO DE SEGUIMIENTO



Tomar un vehículo



Ingresar a sitios transcurridos o que tienen múltiples entradas como centros comerciales o iglesias



Tener la precaución de NO quedarse frente al sitio de destino mientras que le realizan seguimiento



Cambiar de ruta...

Informar de inmediato a una persona de confianza. Tomar información de quien lo sigue o vigila. (descripción, vestimenta, placas de vehículo, etc.). Si encuentra un lugar seguro intente fotografiar la(s) persona(s) que lo siguen o vigilan



Evaluar la posibilidad de suspender - aplazar la actividad que tiene prevista



Salir y movilizarse acompañado hasta un sitio seguro, evitando salidas innecesarias....

Solicitar a una persona de confianza observar las zonas aledañas ANTES de abandonar el lugar donde se encuentra

6.2 EN CASO DE RETÉN

Se habla de un retén cuando la fuerza pública u otro actor instala sobre la vía un “pare” para así controlar el flujo de los vehículos y sus pasajeros.



Recuerde que el retén tiene como finalidad controlar la circulación de vehículos, personas o armas. Esté alerta a la situación que viene después del retén

Permanezca dentro del vehículo en el que se transporta mientras no exista una orden explícita para bajarse de él



Si no pudo prever con antelación esta situación y está distante del retén, defina con sus acompañantes el manejo de la situación (Quién liderará o hablará en caso de un requerimiento de información)



Cualquier demanda de información debe ser satisfecha por una sola persona, aquella de mayor responsabilidad al interior de la organización o comunidad. Se recomienda a los demás guardar silencio



No intente evadir el retén



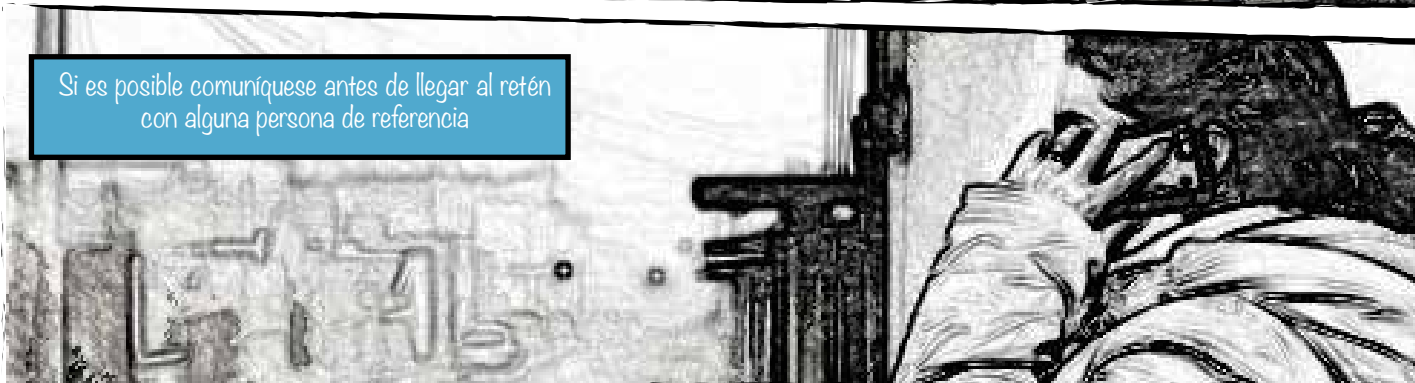
Si considera que puede ser observado, no haga ningún movimiento que aumente el riesgo. Respire profundo y espere



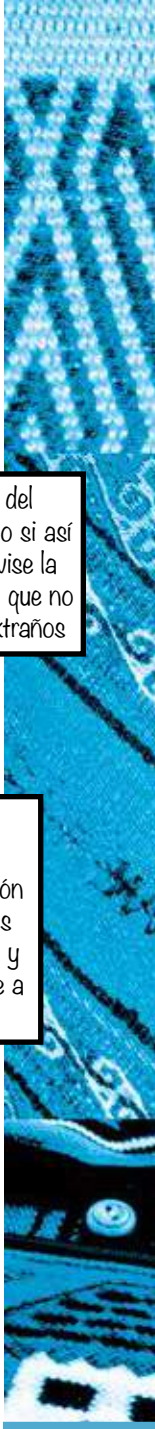
Facilite la revisión del vehículo, o la suya solo si así se lo indican. Supervise la revisión para verificar que no introducen objetos extraños



Es vital recordar que solo se responde sobre lo que le preguntan. Evite dar información detallada o hacer aclaraciones innecesarias. Responda breve y directo y mientras lo hace mire a su interlocutor a los ojos



Si es posible comuníquese antes de llegar al retén con alguna persona de referencia





Si solicitan documentos de identidad, trate de no entregarlos, salvo que se trate de una orden explícita



Si le impiden el paso, regrese por el mismo camino por el cual llegó. No intente pasar o constatar lo que ha ocurrido



Evalué la posibilidad de suspender o aplazar la actividad en terreno y regresar al sitio de salida

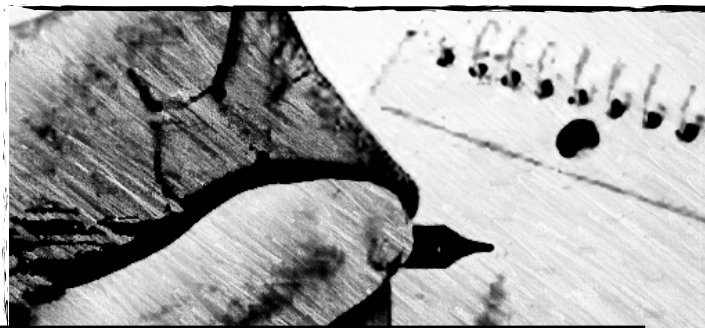
6.3 EN CASO DE RETENCIÓN



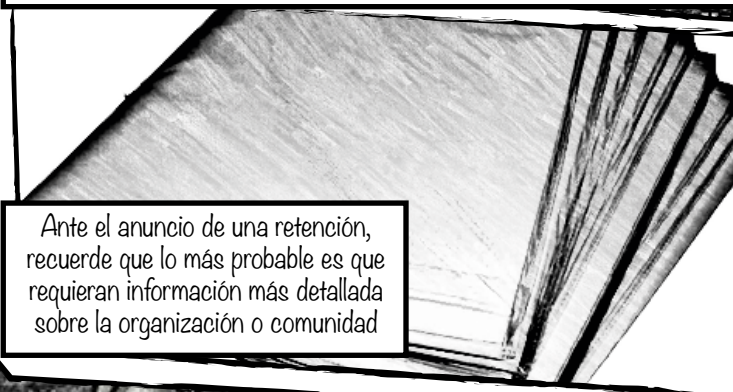
Evite la angustia, recuerde manejar la tranquilidad en su respiración



Si tiene posibilidad, intente persuadir a sus captores para que retengan la persona con mayor responsabilidad y dejen en libertad al resto de los miembros de la Comisión. Si recibe una respuesta negativa, NO insista



Acoja las recomendaciones dadas para el caso de reten



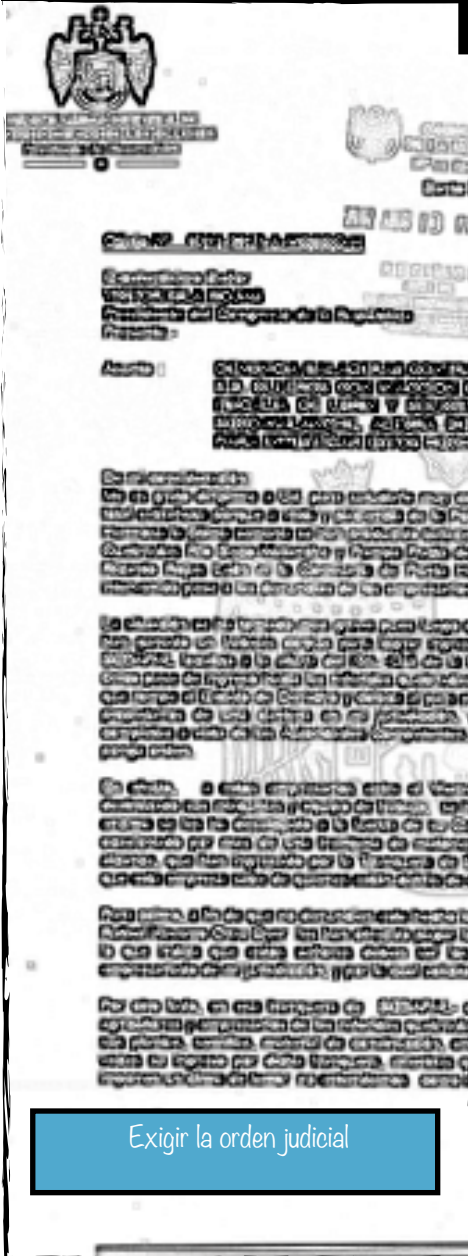
Ante el anuncio de una retención, recuerde que lo más probable es que requieran información más detallada sobre la organización o comunidad



Ejercite la paciencia y transmita tranquilidad durante la retención

6.4 EN CASO DE DETENCIÓN

Se considera detención cuando una autoridad legítimamente constituida, procede a privar la libertad a una persona. Frente a esta situación recuerde...



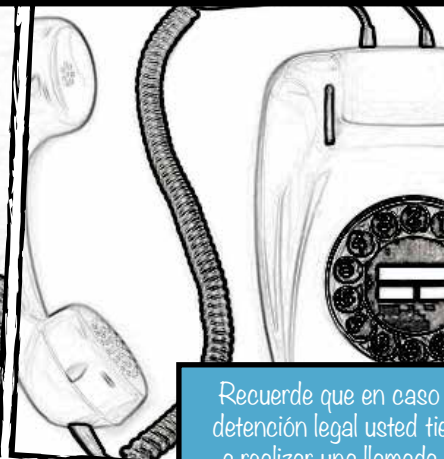
Exigir la orden judicial



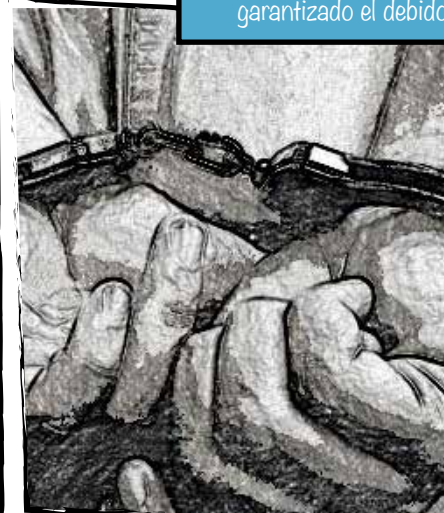
No acceder a ser llevado a bases militares o instalaciones de la policía, sino que lo lleven de forma inmediata ante un juez para legalizar la captura. En cuanto le sea posible informe a una persona de referencia sobre la situación.



No se fie de ofrecimientos de algún tipo, no se amedrente frente a hostigamientos, ni amenazas, pero téngalas en cuenta en el momento que hable con su abogado, si se entrevista con el Ministerio Público o en la diligencia de indagatoria



Recuerde que en caso de ser una detención legal usted tiene derecho a realizar una llamada y debe ser garantizado el debido proceso



Cuando establezca comunicación, brinde información precisa en términos del lugar donde están sucediendo los hechos, autoridad que realiza la detención, cargo que se le imputa y lugar al que será trasladado/a

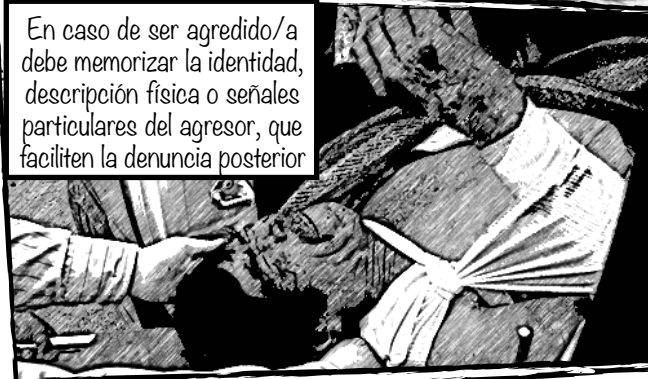
Durante la detención no permite la toma de fotografías o grabación con video cámara u otro medio de reseña alegando siempre la presencia de su abogado



Llame suficientemente la atención sobre la detención, si es necesario grite, haga escándalo. Puede ser que las personas que le están deteniendo buscan su desaparición

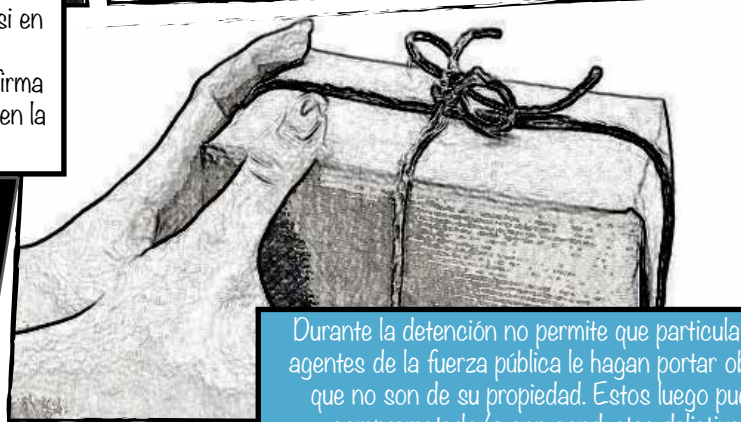


En caso de ser agredido/a debe memorizar la identidad, descripción física o señales particulares del agresor, que faciliten la denuncia posterior



Revise cuidadosamente qué se firma y deje constancia del trato recibido, si en el acta aparecen cosas que no poseía, manifiéstelo.
Si le obligan a firmar un documento que no quiere firmar, hágalo con una firma diferente a la suya. De esta manera tiene constancia de las circunstancias en la que ha firmado durante un posible posterior proceso judicial

En el caso de que la detención sea ilegal, por ejemplo por la falta de una orden judicial o porque se han presentado otras irregularidades insiste en su derecho a un habeas corpus (ver anexo I)



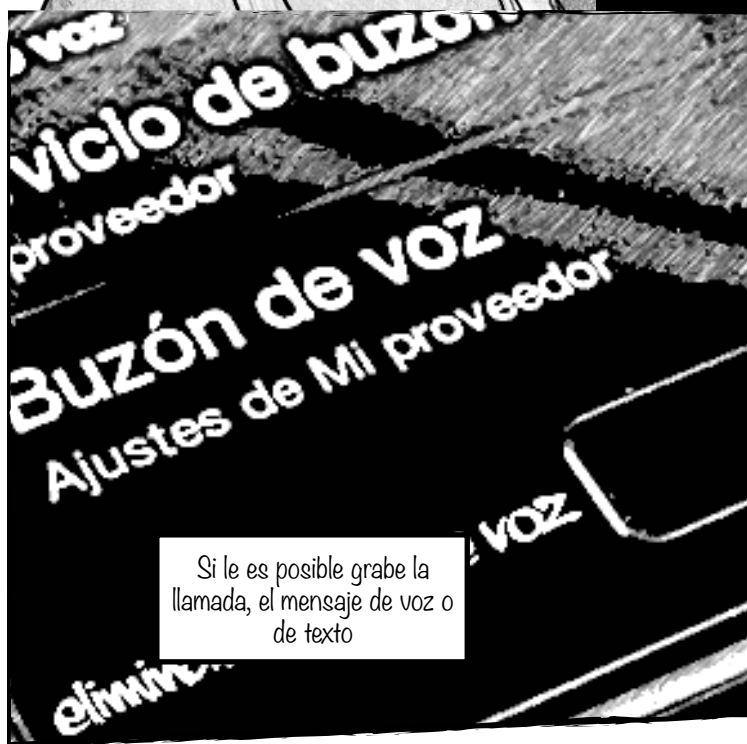
Durante la detención no permite que particulares o agentes de la fuerza pública le hagan portar objetos que no son de su propiedad. Estos luego puede comprometerlo/a con conductas delictivas



Se considera una amenaza si algún miembro del equipo recibe una notificación personal o a través de terceros, una llamada o mensaje hablado o escrito enviado a su celular, correo electrónico, oficina o casa, o a través de terceros, indicando que su vida o su integridad física, o la de sus familiares o compañeros, corren peligro.

Recuerde que una amenaza es una advertencia violenta con la que se busca que el afectado cambie su actuación, o deje de hacer lo que hace. No la desestime y acoja las siguientes recomendaciones:

6.5 EN CASO DE AMENAZA



Si le es posible grabe la llamada, el mensaje de voz o de texto



Absténgase de cualquier confrontación directa con los autores de la amenaza

DEMANDANTE
VS
DEMANDADO
EXP.
CONTESTACION DE DEMANDA

H. JUNTA LOCAL PERMANENTE DE CONCILIACION DE CIUDAD DONDE SE LOCALIZA LA JUNTA

... personalidad que acredito en los términos de las tres cartas poder que exhibo, solicitando que las mismas sean agregadas a los autos, señalando como domicilio para dar notificaciones y documentos el ubicado en ... autorizando para tales efectos a los licenciados NOMBRES, así como a los C.C. MAS NOMBRES, ante usted con el debido respeto comparezco y expongo:

Que por miedo del presente escrito vengo en nombre y representación de **DE QUIEN?** y de **DEMANDADO** a dar contestación a la improcedente demanda que en su contra ha formulado el actor **DEMANDANTE** ... en los siguientes términos:

Antes de referirme a las prestaciones y a los hechos constitutivos de la demanda que se contesta, se manifiesta que entre el actor y el codemandado físico **CODEMANDADO**, jamás ha existido ni existe relación contractual de trabajo personal subordinado motivo por el cual jamás se han dado los supuestos establecidos en los artículos 8, 10 y 20 de la Ley Federal de Trabajo, por lo que en ausencia de tales requisitos, se le niega al actor acción o derecho alguno para reclamar acción y prestación alguna, solicitando que las anteriores manifestaciones se tengan por reproducidas con relación y con respecto al capítulo de hechos de la demanda que se contesta.

Ahora bien, en nombre y representación de **DEMANDADO**, fuente de trabajo en donde prestó servicios el actor, doy contestación a la improcedente demanda que en su contra ha formulado el actor **DEMANDANTE**, negando igualmente la procedencia para reclamar acción y prestación alguna, toda vez que el reclamante jamás ha sido objeto de despido alguno.

1.- Respecto de las prestaciones reclamadas por el actor manifiesto:

PRESTACION A).- No tiene derecho el actor para demandar el pago de tres meses de salario, ya que el reclamante jamás ha sido objeto de despido alguno; y prueba de la inexistencia del despido de que se queja lo es el otorgamiento de trabajo que se le formula para que regrese a laborar en los términos y condiciones en que lo venía haciendo.

PRESTACION B).- El pago de la prima de antigüedad reclamada no se le

Intente obtener información precisa sobre la demanda que hacen a la institución o a sus funcionarios. Indague si se trata de una medida ocasional (Hoy no vaya hasta x sitio, o ahora mismo no continúe hacia x sitio), o de una medida transitoria (no vuelva este mes, etc.), o definitiva.



Informe a la Defensoría del Pueblo y una organización de derechos humanos cercana que tiene la posibilidad de difundir la amenaza a nivel nacional e internacional



Evalúe la posibilidad de suspender -aplazar la actividad en terreno y de regresar de inmediato al centro urbano más cercano, previo acuerdo con la persona de referencia de seguridad.

ACTA.

DECLARACION.

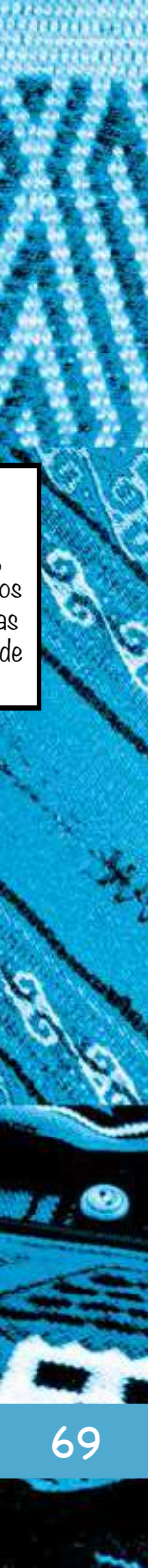
En todo caso, es obligatorio que del allanamiento o registro se levante un acta en la que deberá constar: la identidad de las personas que asisten; los bienes o elementos incautados; el lugar en donde fueron encontrados y las circunstancias que ocurrieron

Denunciar el hecho, resaltando el incumplimiento de las normas y procedimientos legales vigentes si esto ha sido el caso



Pedir siempre acompañamiento a la Defensoría/Personería, ONG de derechos humanos y organizaciones cercanas que se encuentran cerca de la oficina

Usted tiene derecho a leer el acta de allanamiento antes de proceder a su firma. No firme dejando espacios en blanco. Si son varias hojas ponga su firma en cada una de ellas, luego de haberlas leído y de haber aceptado la información contenida. Usted puede dejar constancias en el acta de su inconformidad respecto de las actuaciones abusivas de las autoridades que procedieron, así como del estado de los bienes incautados y de los daños sufridos en los bienes o en las personas





7. SEGUIMIENTO A LOS INCIDENTES DE SEGURIDAD



1. **¿EXISTE UN PATRÓN DE HECHOS? (PODEMOS COMPARTIR CADA UNO INCIDENTES DE SEGURIDAD Y REPASAR EL REGISTRO DE INCIDENTES DE SEGURIDAD)**
2. **¿CUÁLES PUEDEN SER LOS POSIBLES OBJETIVOS DE LOS VICTIMARIOS?**
3. **¿CÓMO VALORAMOS NUESTRA ACTUACIÓN Y QUÉ ACCIONES DE SEGUIMIENTO TENEMOS QUE HACER?**

Las acciones de seguimiento que impulsamos pueden generar nuevas agresiones y amenazas. Un plantón para exigir la libertad de nuestros compañeros y compañeras detenidas o una demanda contra un militar que ha estado involucrado en la desaparición forzada de un integrante de nuestra comunidad, implica nuevos riesgos que tenemos que tener en cuenta a la hora de prepararnos. Las acciones de seguimiento que realizamos implican una atención especial a las personas que fueron afectadas por el incidente de seguridad. Tenemos que pensar en su bienestar integral, considerando una reubicación temporal o definitiva, como también ajustes en sus protocolos de seguridad.

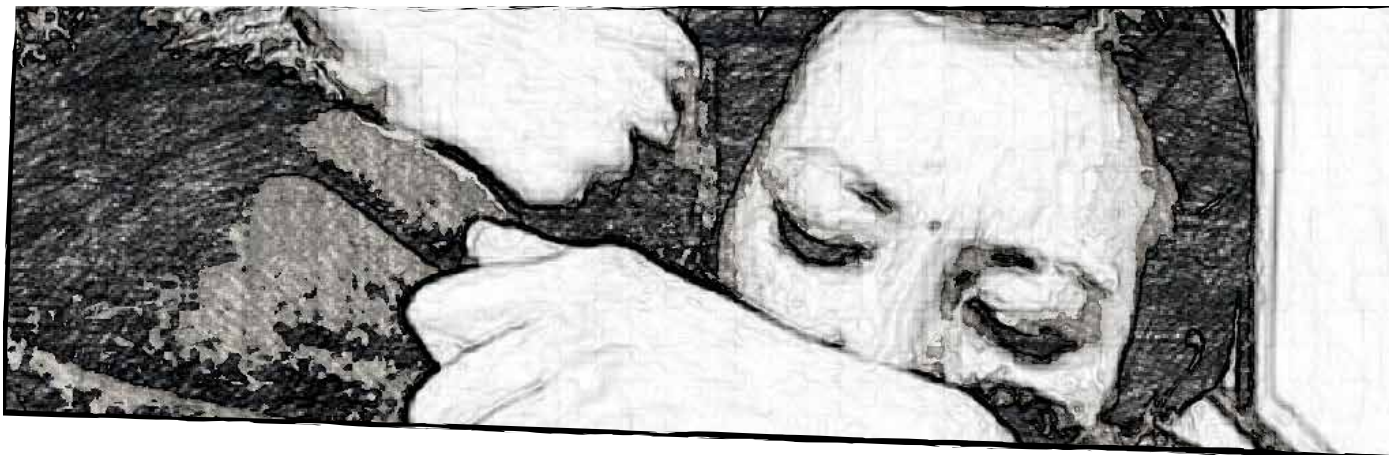


La exposición cotidiana a situaciones de miedo y sufrimiento que enfrentamos líderes y líderes en los territorios, forma parte del contexto heredado de una historia marcada por la violencia estructural y las distintas expresiones de represión política (dictaduras, terrorismo de Estado, conflictos armados, etc); violencia que se mantiene y profundiza cada día, generando fuertes impactos en la manera como afrontamos su intencionalidad y capacidad de destrucción.

En estas situaciones tenemos miedo a perder la vida propia o de los seres queridos, miedo a tener que alejarnos de lo que amamos, a perder los bienes materiales, a expresar lo que pensamos y sentimos. Esto se transforma en un miedo cada vez más amplio y en ocasiones nos hace confundir más, de tal manera que logra inmovilizarnos y aislarnos. Entonces, el miedo se convierte en un obstáculo cuando impide que la persona y la organización actúen, no solo para

proteger su vida, sino también para hacer frente a situaciones que están atentando contra su dignidad.

Hacer frente al miedo nos permite una mayor claridad de cuál es la situación amenazante, por qué razones se produce y qué objetivos buscan quienes implantan el miedo. Encontrar sentido a la experiencia que se está enfrentando, permite disminuir la incertidumbre y la impotencia ante lo que podría ocurrir. De ahí la necesidad de que la organización cree espacios para la expresión de lo que cada miembro siente frente a lo sucedido y las formas como se ve afectado/a. Entender esto, en un marco más amplio, favorece estrategias conjuntas de resistencia que previenen el aislamiento y la ruptura de las relaciones y vínculos en la organización. Aquí presentaremos algunos mecanismos para procurar mantener o recobrar el control sobre nuestros pensamientos, sentimientos y acciones.



1. Hablar de lo que sentimos requiere de espacios en los que se puedan promover y fortalecer relaciones de confianza, en donde no existe el temor a la burla, al menosprecio o incluso a la pérdida de la confidencialidad.
2. Reconocer los impactos de la violencia en nuestra emocionalidad permite identificar qué aspectos son necesarios fortalecer individual y colectivamente para así responder con una mayor capacidad de afrontamiento.
3. Es importante que haya una idea colectiva que anime a hablar acerca de los hechos violentos, que no deje la sensación de que “de eso es mejor no hablar”. Cuando se brindan escenarios para compartir el sufrimiento y el miedo a las pérdidas se contribuye positivamente al fortalecimiento de la resistencia colectiva.
4. La tranquilidad para reconocer que el miedo se está haciendo presente y entender que es absolutamente normal sentirlo en condiciones de riesgo. Para esto, ayuda hablar de las consecuencias que ha tenido el miedo en la vida cotidiana, las prácticas que hemos cambiado y evidenciar que no se trata de un asunto de una sola persona sino que hay varias personas que están sintiendo y viviendo cosas similares.
5. Tener en cuenta que así como se presentan una serie de impactos y afectaciones, también existen y prevalecen mecanismos y recursos que permiten a las personas movilizar acciones en procura de su restablecimiento emocional.
6. Como seres integrales, estamos invitados/as a fortalecer nuestras redes familiares, sociales y organizativas que garanticen los lazos de solidaridad; en el mismo sentido, tenemos que poner suma atención a nuestras convicciones políticas, ideológicas o espirituales, recursos que pueden ayudar en momentos de crisis o riesgo.
7. Identificar cuáles son los recursos reales con los que contamos para enfrentar una situación de riesgo y de qué manera podemos utilizarlos en la situación concreta.
8. También es necesario identificar qué nos hace sentir más vulnerables: evaluar las dimensiones reales de los riesgos, identificar en dónde necesitamos más apoyo y cómo lo podemos solicitar.
9. Es importante hablar sobre otros sentimientos que surgen al lado del miedo, como puede ser la frustración, la impotencia y la rabia.
10. Es importante compartir experiencias de afrontamiento que pueden resultar útiles, escucharlas puede servir para ampliar nuestra gama de respuestas.



7.3 PENSÁNDONOS EL AUTOCUIDADO COMO PRÁCTICA POLÍTICA, DEFENDIENDO NUESTRO CUERPO COMO PRIMER TERRITORIO

El cuerpo es un lugar socialmente construido y un terreno político en donde se liberan las mismas luchas que tenemos en nuestro alrededor. Las estructuras de poder económico y político buscan controlar y modificar nuestros cuerpos a través de los procesos de formación en la escuela, iglesia y los medios de comunicación. Una persona/cuerpo que vive, piensa, siente y hace, movido por su capacidad de indignación, es un cuerpo peligroso para nuestros opositores, es una persona que va a ponerse en juego y transformará algo de su realidad. Son los cuerpos de la indignación, los que atemorizan el poder, son las personas lanzadas a transformar con sus manos, sus pies, su cuerpo entero en acción, las que cambiarán el mundo. Solo a través del cuerpo recuperado, reconocido y autónomo, pensamos el territorio/espacio como una vivencia cotidiana, personal y colectiva que no se borra de la conciencia. Las mujeres de la Ruta Pacífica en Colombia por eso hablan de “nuestro cuerpo... nuestro primer territorio de paz”.

La tendencia que solemos tener es “dejar pasar” o desatender una serie de señales de alerta que nuestro cuerpo envía en forma de síntomas físicos (dolores recurrentes que llegan a volverse crónicos), emocionales, comportamentales y relacionales. Estos síntomas se manifiestan como una serie de malestares que pueden estar encubriendo sentimientos de

tristeza, frustración, impotencia, y en últimas, de desgaste emocional, como resultado de la permanente exposición a situaciones que implican sufrimiento, pérdida y vulneración de otros/as. La *somatización* es la traducción al cuerpo de nuestras emociones y puede suceder por la dificultad para reconocer que no somos ajenos a ese contexto complejo en el que desarrollamos nuestra labor y en el que implicamos toda nuestra humanidad. En esa perspectiva, aparece el **autocuidado**, una práctica de auto-reflexión y acción política, que nos invita a sostener un compromiso con nosotros/as mismos/as. El autocuidado implica el reconocimiento legítimo de nuestras necesidades individuales en armonía con la colectividad con la que nos identificamos y compartimos. ¡Los y las que defendemos los derechos humanos también tenemos derechos!

Nuestro trabajo es exigente, con unos retos excesivos y tenemos unas capacidades limitadas.

Pensar en el autocuidado como una práctica política que fortalece, alimenta y protege las organizaciones y movimientos sociales, involucra que en las dinámicas de trabajo y planes de protección y autoprotección se incluyan espacios que fortalezcan los vínculos y lazos solidarios entre sus miembros, la planificación de actividades de esparcimiento y recreación para el descanso, como estrategia para la tramitación de conflictos y fortalecimiento de la comunicación y la confianza. Estos elementos aportarán a la sostenibilidad y solidez individual y colectiva de las organizaciones y líderes/as.

Algunas preguntas orientadoras para nuestra reflexión:

1. ¿Cuántas horas diarias dedico a mi labor como defensor/a de DDHH o líder/esa de mi comunidad?

2. ¿Cuántas horas en el día o la semana dedico al descanso y disfrutar de espacios recreativos?

3. ¿Dedico tiempo a realizar alguna práctica deportiva o ejercicio?

4. ¿Me alimento de manera adecuada (horarios establecidos, dieta balanceada)?

5. ¿Duermo lo suficiente?

6. ¿Cómo es su nivel de consumo de sustancias relajantes y excitantes (café, alcohol, tabaco, otras sustancias)?

7. ¿Con qué frecuencia voy al médico? ¿la razón es por prevención o porque presento síntomas que afectan el trabajo y calidad de vida?

8. ¿Comparto en calidad y cantidad de tiempo con mis seres queridos (familia y amigos/as)?

9. ¿Siento que el trabajo aumenta mis niveles de estrés o ansiedad?

10. ¿Cuándo se presenta situaciones de estrés o riesgo por su labor, que acciones emprendo para mitigarlos?

11. ¿Qué prácticas de autocuidado realizo en mi vida cotidiana?

12. ¿Cuáles considero que son los obstáculos para desarrollar esas prácticas en mi vida?

13. ¿Qué condiciones favorecen el autocuidado en mi cotidianidad?

14. ¿Existe una política de autocuidado en mi organización?

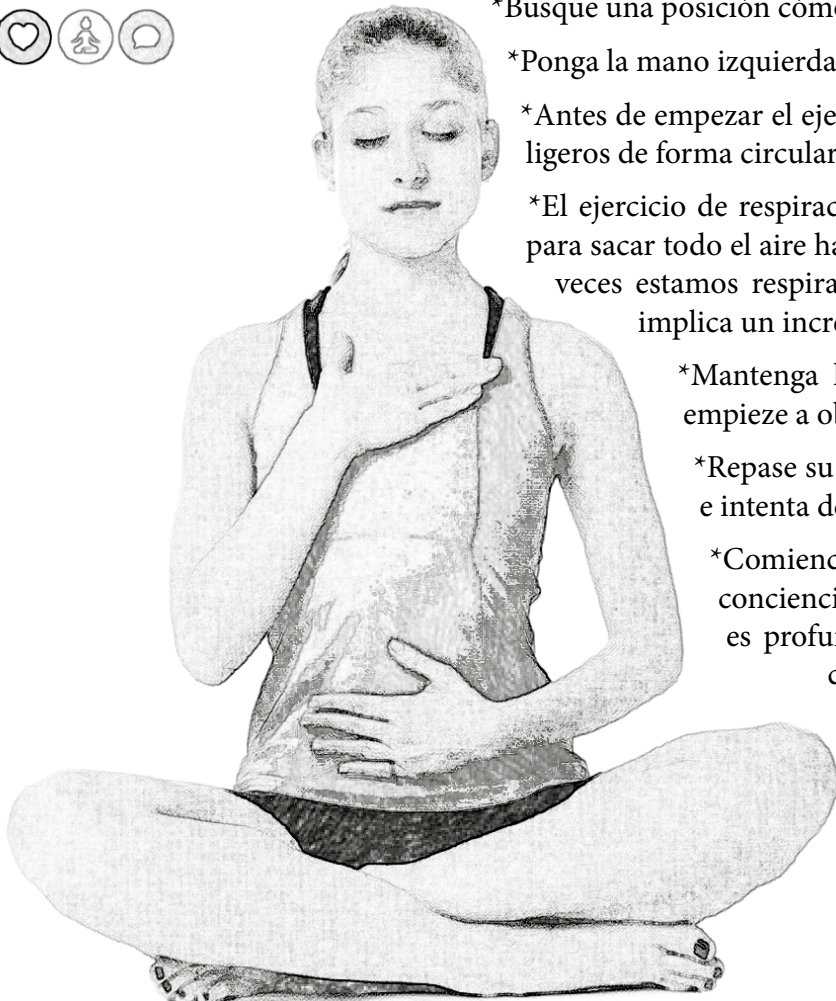
15. ¿Qué obstáculos y potencialidades identifico para que se puedan desarrollar?

Existen muchas herramientas para recuperar el control sobre nuestro cuerpo en situaciones de stress y de miedo, entre esas el manejo de nuestra respiración y la estimulación de puntos energéticos en el cuerpo a través de su presión con la mano o los dedos (digipuntura).

La iglesia dice: el cuerpo es una culpa
La ciencia dice: el cuerpo es una máquina
La publicidad dice: el cuerpo es un negocio
El cuerpo dice: yo soy una fiesta
Eduardo Galeano



RESPIRACIÓN PARA LA RELAJACIÓN



*Busque una posición cómoda y cierre los ojos

*Ponga la mano izquierda sobre el plexo solar y la derecha sobre la barriga

*Antes de empezar el ejercicio de respiración se pueden hacer unos movimientos ligeros de forma circular con la cabeza y los hombros para distensionar

*El ejercicio de respiración lo podemos empezar con una exhalación profunda para sacar todo el aire hasta que no nos queda más aire en los pulmones. Muchas veces estamos respirando demasiado rápido en situaciones de estrés lo que implica un incremento de oxígeno en nuestra sangre.

*Mantenga los pulmones vacíos durante cinco a diez segundos y empiece a observar la respiración.

*Repase su cuerpo para ver si hay partes que están más tensionadas e intenta de relajarlas.

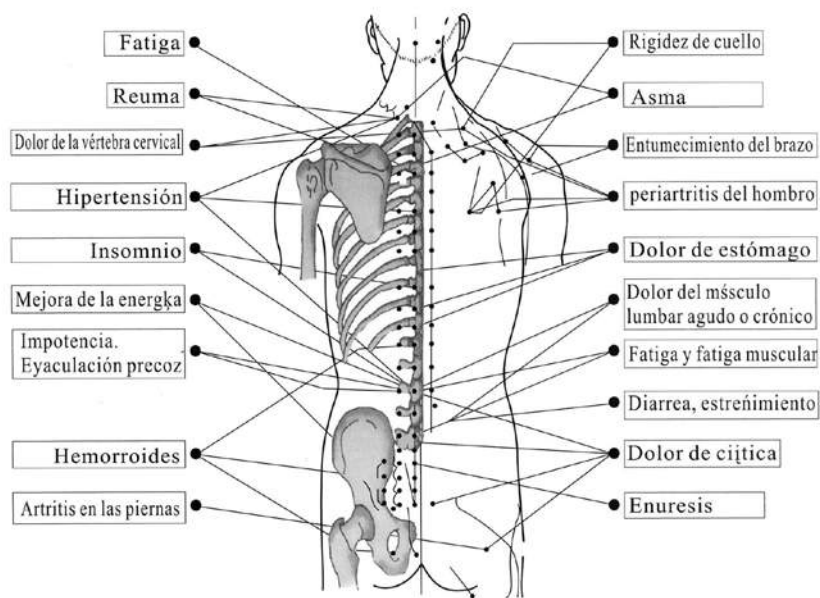
*Comience a respirar naturalmente -no profundamente-, tomando conciencia de su respiración. Observe si es rápida o lenta, si es profunda o superficial, ... y no la juzgue ni haga nada para cambiarla. De momento solo obsérvala.

*Si ve que su mente se distrae, simplemente vuelva a sentir su respiración.

*Una buena relajación comienza con enfocarse en la respiración. Ahora inhale y exhale un poco más lentamente y con un ritmo regular. Nunca fuerce. Aunque esté dirigiendo su respiración hágalo sin forzar, amablemente.

*Después de unas inhalaciones y exhalaciones más lentas observe esa pausa que se da al final de la exhalación, justo antes de inhalar. Observe las sensaciones de su cuerpo durante esa pausa (no la alargue, deje que sea natural). En aquella es cuando la relajación es más profunda.

*Finalmente deje de intervenir en la respiración, deje que se haga de forma natural (no profunda), y observe cómo se siente.



ESTIMULACIÓN DE PUNTOS ENERGÉTICOS EN EL CUERPO

El sistema nervioso termina en muchos puntos... entre aquellos en la mano, los pies y las orejas. En la medicina china estos puntos se estimulan con agujas (acupuntura), calor (moxibustión) o presión (digipuntura). Sin tener que conocer todos los puntos se recomienda estimular en momentos de estrés, cansancio o miedo, las manos, pies y orejas con los dedos pulgares, recorriéndolos y observando los puntos que duelen más. No se esfuerce, sino presione o realice movimientos circulares hacia la izquierda para bajar la energía y hacia la derecha para incrementar la energía en los puntos que usted haya identificado. Tome este ejercicio con mucha libertad y como una oportunidad para explorar su propio cuerpo, recorrerlo, reconocerlo y agradecerlo. El ejercicio se puede expandir hacia otras partes de su cuerpo, como la cabeza, los brazos y las axilas.

ANEXO 1: HABEAS CORPUS

Es un derecho fundamental que se ejerce como mecanismo de protección del derecho a la libertad. Se puede invocar cuando la persona considere que es víctima de una privación ilegal de la libertad o de una prolongación ilegal de la privación de la libertad.

¿Quién lo puede presentar? La persona que se encuentre detenida, su abogado, sus familiares o cualquier persona en su nombre.

¿Ante quién se presenta? Ante cualquier autoridad judicial, pero el trámite lo realiza el juez penal del lugar donde se produjo el acto ilegal, en su defecto el del lugar más cercano y deberá resolverse en el tiempo máximo que establece la ley (dependiendo del país entre 24 y 36 horas)

Si se demuestra que la detención viola las garantías constitucionales y legales, el juez debe ordenar la libertad inmediata de la persona afectada. La acción podrá ser ejercida sin alguna formalidad o autenticación, e incluso, puede ser presentada de forma verbal.



MODELO HABEAS CORPUS

Ciudad y fecha _____

Señor:

JUEZ PENAL MUNICIPAL DE _____ (lugar de la detención)

Yo _____, identificado con la cédula no. _____ expedida en _____, acudo a ustedes en ejercicio del derecho de *habeas corpus* consagrado en el artículo ____ (según su país) de la Constitución Nacional por considerar que me encuentro ilegalmente privado de mi libertad, o que _____ se me encuentro injustamente privado de mi libertad, según los siguientes:

HECHOS

Estoy (o está) detenido/a en _____ desde el día _____, por orden de _____ Acusado/a de _____

Considero que la detención es arbitraria por las siguientes razones: _____

Juro que no he presentado éste recurso ante ningún otro funcionario.

Atentamente, _____

ANEXO 2: ACCIÓN URGENTE

a) **Título:** ACCIÓN URGENTE. Esto permite la fácil divulgación de la información.

b) **Encabezado:** con el nombre de la organización u organizaciones que proyectan la ACCIÓN URGENTE y un breve resumen de la situación que se va a describir.

c) **Descripción de los hechos:** fecha, hora, lugar, nombre de las víctimas y posibles victimarios. Así mismo con el fin de determinar la responsabilidad del Estado se pueden establecer los siguientes criterios:

- Precisión de si habían militares o policías cerca del lugar donde se cometieron los hechos (retenes, instalaciones militares o de policía, avanzadas de patrullas militares o de policía u operaciones militares en la zona). En este caso debe agregarse cuándo empezaron dichas operaciones.
- Señalar si las operaciones militares han sido precedidas por la presencia o consolidación de grupos paramilitares o lo contrario.

d) **Contexto:** cada ACCIÓN URGENTE debe reflejar la situación de contexto y si es la misma, debe repetirse en cada formato.

e) **Peticiones:** hay que ser muy claros al formularlas y redactarlas, ya que éstas serán las pautas para el respaldo que realicen las demás organizaciones frente a las autoridades estatales. Las peticiones varían de acuerdo con el caso.

f) **Establecimiento de responsabilidad por parte del**

Estado: dentro de las acciones urgentes, el Colectivo de Abogados José Alvear Restrepo en Colombia, incluye el siguiente párrafo, que puede ser modificado u omitido según el criterio de cada organización: “Recordamos que la responsabilidad primaria de protección de los derechos humanos recae, de acuerdo con los principios constitucionales y el articulado de los tratados y Convenios Internacionales, sobre el Estado, al ser éste el sujeto responsable de velar por el cumplimiento de lo consagrado en la Carta Política y por ser el que adquiere los compromisos en materia de derechos humanos y de derecho internacional humanitario ante la comunidad internacional. Por tal razón, su mayor deber jurídico es el de prevenir las violaciones frente a estos derechos y tomar las medidas necesarias para investigar, identificar, juzgar y sancionar a los responsables por su acción u omisión, o tomar las medidas correctivas de carácter administrativo o político que impida que estos crímenes se sigan perpetrando.”

g) **Direcciones:** Presidencia de la República, Vicepresidente de la República, Ministerio de Defensa, Ministerio del Interior, Procuraduría General de la Nación, Fiscalía General de la Nación, Programa Presidencial de Derechos Humanos y de Derecho Internacional Humanitario, Unidad de Derechos Humanos y de Derecho Internacional Humanitario de

la Fiscalía General de la Nación... o lo que corresponda a su país. Se debe anexar la dirección para remitir la correspondencia escrita, números telefónicos, números de fax, dirección de correo electrónico. Esto permite que se pueda solicitar, a través de cualquier medio, las aclaraciones pertinentes y la formulación de un llamamiento al gobierno a fin de que adopten las medidas necesarias para garantizar los derechos de la(s) presunta(s) víctima(s).

i) Firma: De las organizaciones que proyectan la ACCIÓN URGENTE.



Esta cartilla recoge varias lecciones aprendidas por instituciones, activistas, comunidades y procesos organizativos en la zona Andina (Bolivia, Ecuador, Perú y Colombia) desde sus procesos de resistencia al extractivismo. Además busca ser una herramienta práctica que nos permite defender y proteger las personas, organizaciones, comunidades, colectivos y territorios.

"Nuestro territorio no se vende, nuestro territorio se defiende"

