

## CÓMO DESARROLLAR UN PLAN DE SEGURIDAD

Tomado de: IPPF/RHO, 2001, ¡Basta!, New York, USA, 9.

Una de las acciones más importantes que el/la proveedor/a de salud debe tomar en cuenta cuando una usuaria revela que vive en una situación de violencia es realizar conjuntamente con la usuaria una valoración de riesgo y ayudar a la usuaria a establecer un plan de seguridad. Es posible que la usuaria no esté preparada para dejar una relación de violencia por diferentes razones, pero hay pasos que ella puede tomar para asegurar su seguridad y el bienestar de sus hijos e hijas en caso de futuros episodios de violencia. Un/a proveedor/a de salud puede facilitar este proceso de planeamiento, ayudando a la usuaria a identificar las medidas y los pasos que ella puede tomar cuando se enfrenta una situación donde necesite tomar decisiones rápidas que podrían salvarle la vida.

Antes de ayudar a la usuaria a hacer el plan de seguridad, el/la proveedor/a debe haber hecho una valoración de riesgo que, además de las preguntas sugeridas en la Herramienta de Detección (“¿Se siente segura volviendo hoy a su casa?” y “¿Siente miedo de su pareja o alguna otra persona?”), incluye la valoración de factores precipitantes para incidentes violentos inminentes, tales como: armas en casa; uso de drogas y/o alcohol; antecedentes de maltrato en el embarazo; maltrato ante otros; tensión económica; desempleo; amenazas de muerte o de suicidio.

Durante ese proceso, es importante que el/la proveedor/a facilite a que la usuaria misma identifique el riesgo real en que se encuentra. Esto se puede hacer, por ejemplo, utilizando recursos visuales y construyendo conjuntamente un gráfico con el ciclo de violencia o con la intensidad y frecuencia de las lesiones, de manera que ella pueda reconocer su riesgo y activar el plan.

- ◆ Identificar posibles caminos y lugares donde ir (ej. La casa de un/a pariente o amigo/a) en caso que necesite dejar la casa;
- ◆ Saber número(s) telefónico(s) de organizaciones que proveen ayuda, teléfono(s) de consulta de violencia doméstica y/o de la policía;
- ◆ Saber cómo tener acceso a anticoncepción de emergencia, en el caso de violación;
- ◆ Notificar un/a vecino/a personas cercanas en las cuales se confía que le puedan vigilar para signos de violencia y llamar a la policía si notan algo raro;
- ◆ Informar a los hijos e hijas acerca de qué hacer (ej. Llamar a los números de emergencia) en caso de un incidente violento, y ensayar un plan de escape con ellos/as;
- ◆ Decidir lo que ella necesita tener listo en caso de dejar la casa de prisa (ej. Ropa, dinero, documentos, llaves);
- ◆ Hacer una maleta con estos artículos que ella pueda almacenar ya sea en su casa o en la de amigos/as o pariente; y

- ◆ Si no es posible evitar una discusión en la casa, intentar tenerla en una habitación donde se puede escapar fácilmente. Sobre todo, evita cualquier habitación donde se pueda encontrar armas.

Después de hacer el plan, es importante que la usuaria lo ensaye y que incluso, si fue escrito, sugerirle que se lo aprenda de memoria y destruya el papel y cualquier otro documento que haga referencias a servicios de ayuda en casos de violencia.

En situaciones en que la mujer se encuentra en riesgo, se debe considerar algunas otras cuestiones. Por ejemplo, si la mujer usa sustancias psicoactivas, como sedantes, es importante explorar la posibilidad de suspender el uso de dichas sustancias durante esta fase porque eso contribuirá a que la mujer esté alerta y podrá salvarle la vida. En caso de que sea imprescindible usar los medicamentos, sugiera que ella se lo informa a algún familiar muy cercano.

En el caso de agresiones físicas o sexuales, es importante también sugerir que la usuaria asegure la conservación de evidencias de maltrato en su cuerpo (reconociendo con ella lo incómodo de la situación), con la finalidad de preservarlas para las gestiones policiales y legales. Es decir, que guarde evidencias (que no se limpie ni se bañe), que se vaya en seguida a la comisaría o, si esto no es posible, que acuda a la emergencia de un hospital y pida una constancia sellada y firmada por un/a especialista.

Además, un/a proveedor/a de salud puede ayudar a la usuaria a pensar en medidas de seguridad en situaciones fuera de la casa, tales como en el trabajo y en público, o en una situación donde el perpetrador de la violencia no vive con ella.