

# Protección y autoprotección

para comunidades en resistencia al extractivismo



# Protección y autoprotección

para comunidades en resistencia  
al extractivismo



# Protección y autoprotección

para comunidades en resistencia  
al extractivismo

**CEDIB**   
Centro de Documentación e Información Bolivia

**la libre**   
PROYECTO  
EDITORIAL

Título:

**Protección y autoprotección  
para comunidades en resistencia al extractivismo**

Autores:

Moritz Tenthoff

Valeria Campos

Miguel Miranda

Oscar Campanini

Editor:

© LALIBRE Proyecto Editorial

Humboldt 1135, casi esq. Calancha

Contactos:

Teléfono: 591(4) 450 4199

Web: [www.lalibrelibreriasocial.com](http://www.lalibrelibreriasocial.com)

E-mail: [info@lalibrelibreriasocial.com](mailto:info@lalibrelibreriasocial.com)

Cochabamba, Bolivia

Primera edición: Julio de 2019

Diseño, imágenes y composición:

Efraín Ramos Y.

Depósito legal N° 2-1-1959-19

ISBN: 978-99974-321-2-4

Esta cartilla recoge una sistematización de varias sesiones de intercambio, reflexión y formación sobre protección colectiva y seguridad, desarrolladas en Bolivia durante los últimos 3 años, junto con líderes y representantes de diversas organizaciones y comunidades que resisten a actividades extractivas.

Esta publicación se realiza en el marco de diversas acciones que desarrolla CEDIB en programas de fortalecimiento de Defensores de Derechos Humanos, en colaboración con instituciones internacionales (Broederlijk Delen región andina, Unión Europea, ASTM, Diakonía, APRODEH, CEDHU, CCAJAR, entre otras) y en Bolivia, con diversas organizaciones, comunidades y colectivos empeñados en la defensa de sus territorios, sus derechos y el medioambiente.

# CONTENIDO

CAPÍTULO	TEMARIO	PÁGINA
1	Estractivismo y derechos humanos	7
2	Algunas estrategias del extractivismo para tomar el control en nuestros territorios	11
3	Riesgos específicos para nuestras organizaciones y comunidades	15
4	Estrategias sociales de seguridad	23
5	Mecanismos de prevención	29
6	Mecanismos de protección	31
7	Protocolo de reacción	45
8	Seguimiento de los incidentes de seguridad	53
	Anexo 1: Acción de Libertad	63
	Anexo 2: Acción urgente	64

## Protección y autoprotección para comunidades en resistencia al extractivismo

*“Yo creo que todos nosotros debemos defender nuestra naturaleza, nuestro territorio.*

*Aquí tenemos todo, este es el pulmón de la región. No queremos la carretera por el TIPNIS y este es el punto más importante de nuestra (denuncia ante el Tribunal). Si esa carretera se construye, dónde vamos a parar. Si entran los colonos o coccaleros al TIPNIS, no vamos a poder entrar a cazar para nuestro diario vivir”.*

Juana Cayuba  
comunaria de San José del Patrocinio

## Extractivismo y derechos humanos

**E**l extractivismo es una forma de extracción intensiva de recursos naturales destinada a la exportación como materia prima. Si bien esta forma de producción tiene larga data en Bolivia y muchos países del Sur (le llamaron “modelo primario exportador”, corazón del rol subalterno y dependiente de nuestras economías respecto de la economía mundial), en estos últimos años se ha consolidado como un modelo de más intensiva extracción, por el incremento de volúmenes y el empleo de mejores tecnologías, que provocan intervenciones más agresivas contra la naturaleza y contra las comunidades. A partir de ello, el extractivismo afectada no solo la estructura de la economía de nuestros países, sino también las instituciones del Estado, la orientación de las acciones del Estado respecto de la sociedad, la organización social y la cultura. Sus impactos se dan en diferentes escalas, desde los lugares específicos donde se desarrollan las actividades extractivas hasta los diferentes sectores y niveles de la estructura social y estatal.

En los lugares en los que se realizan actividades extractivas se producen diversos impactos en el medioambiente y en la vida de la comunidad. En el primer caso se produce, entre otros impactos: contaminación del agua y de la tierra, deforestación, alteraciones a los ciclos hídricos y climáticos, pérdida de especies de animales y plantas. En las comunidades, las actividades extractivas generan desestructuración del tejido social, división en las organizaciones, cooptación de dirigentes y autoridades locales, incremento de la violencia, alcoholismo, consumo de drogas, en muchos casos también prostitución y trata y tráfico de personas. En países vecinos la violencia contra las comunidades ha llegado a asesinatos de líderes, crímenes que en muchos casos quedan en la impunidad. Estos impactos negativos duraderos (y en algunos casos irreversibles) no son compensados por los temporales beneficios económicos que esas actividades pueden traer para ciertos grupos reducidos.

A nivel del conjunto de la sociedad y de las estructuras del Estado, las actividades extractivas generan dependencia de la exportación de materias primas; provocan de manera directa flexibilización de normas ambientales y laborales; incumplimiento y degradación de mecanismos democráticos como la Consulta Previa; división y destrucción de organizaciones sociales; persecución, deslegitimación, judicialización de personas y organizaciones que asumen una posición crítica frente a las políticas extractivistas. Y, en general, se producen mayores vulneraciones de derechos humanos y se incrementa y generaliza la corrupción en el Estado en todos sus niveles.

El extractivismo produce estos impactos porque con él se pretende imponer actividades y modos violentos de extracción, que son incompatibles con el respeto a los derechos humanos y el respeto a normas que protegen el medioambiente. Cada vez es más evidente que la vulneración de derechos humanos y ambientales es inherente a los extractivismos. Por ello, cada vez se constata: a más extractivismo se generan mayores y más amplias violaciones a derechos.

Y ello se produce al amparo del crecimiento del poder de grandes empresas transnacionales que están interesadas en la extracción de recursos naturales y grupos nacionales de poder económico que tienen sus intereses afincados en estas actividades y, por tanto, resultan directamente beneficiados a costa del conjunto de la población.

En ese escenario de amenazas y desprotección, en los últimos años muchas organizaciones y comunidades de base vienen desarrollando aprendizajes, procedimientos, instrumentos y protocolos de protección para ellas y las personas que defienden derechos, territoriales y am-

bientales. Y también a nivel internacional se están generando algunas medidas de protección legal para los Defensores y Defensoras de derechos.

## Esta cartilla

En esta cartilla se recogen algunas lecciones aprendidas sobre las formas de amenaza contra la seguridad de comunidades y personas defensoras de derechos. Sobre todo, se recogen algunas estrategias de protección y seguridad colectiva frente a estas amenazas.

Estas lecciones vienen siendo generadas por diferentes comunidades y organizaciones en países de Latinoamérica y también en Bolivia, a partir de reflexionar lo que está sucediendo en comunidades afectadas por actividades extractivas y las acciones que se vienen desarrollando para proteger y defender nuestros territorios y nuestros derechos.

Los contenidos de esta cartilla son no solo una sistematización de acciones pasivas de resistencia al extractivismo, sino se adelantan creativamente a plantear alternativas al mismo, fortaleciendo nuestras comunidades y organizaciones, pues las estrategias y acciones de protección involucran las dinámicas de organización y las articulaciones y redes que se vienen tejiendo entre las organizaciones defensoras de los territorios.

## Protección colectiva

Un enfoque que se viene desarrollando es el carácter colectivo de las estrategias y acciones de protección. Se desarrollan acciones coordinadas al interior de las comunidades y las organizaciones, de manera que esas prácticas llevan a fortalecerlas. Las comunidades y organizaciones aseguran la construcción de espacios y entornos seguros para todos, con lo cual se genera un mayor empoderamiento de ellas.

Cuando se habla de la protección y seguridad frente a los extractivismos se tiene que contemplar tres dimensiones interconectadas para poder trabajarlas de forma integral:

La **defensa del territorio**. Entendemos territorio como el espacio donde se crea y se recrea la vida colectiva y comunitaria de las comunidades y centros poblados. Contempla no solo lo material sino también lo inmaterial y simbólico.

La defensa de nuestras comunidades y de sus organizaciones sociales. Se trata de proteger nuestras organizaciones como actores sociales, con visión y posición propia respecto de lo que acontece en el país, las decisiones sobre la economía y la política.

La protección de **la integridad física, psicológica, emocional y espiritual de las personas** de la comunidad y la organización.

## 1 Extractivismo y derechos humanos

El extractivismo es una forma de extracción intensiva de recursos naturales destinada a la exportación.

Estas actividades generan dependencia de la exportación de materias primas y se pretende imponer actividades y modos violentos de extracción, que son incompatibles con el respeto a los derechos humanos y el respeto a normas que protegen el medioambiente.

En ese escenario de amenazas y desprotección, muchas organizaciones y comunidades vienen desarrollando aprendizajes, procedimientos, instrumentos y protocolos de protección para ellas y las personas que defienden derechos, territoriales y ambientales.



### Protección colectiva



La defensa del territorio o el espacio donde se crea y se recrea la vida colectiva.

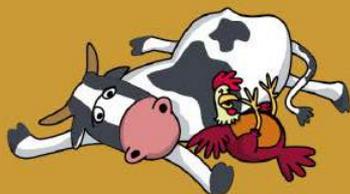


La defensa de la organización social y nuestra comunidad.



La protección de la integridad física, psicológica, emocional y espiritual de las personas.

### Algunos impactos del extractivismo



Disminución del agua con efectos sobre la salud humana y de los animales



Deforestación, desvío de ríos, erosión y destrucción del hábitat



La minería genera grandes cantidades de residuos nocivos



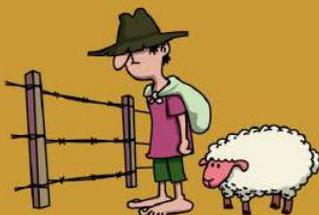
Corrupción, violencia, prostitución infantil, deserción escolar, alcoholismo y drogadicción



Enfermedades, malformaciones y cáncer



Intereses individuales por encima de los intereses colectivos



Transformación de la tenencia y el uso de la tierra



Persecución, judicialización y violaciones a los DDHH.



Incremento de la violencia intrafamiliar, ruptura de relaciones familiares



## Algunas estrategias del extractivismo para tomar control de nuestros territorios

**R**ecorriendo nuestro país vemos que los gobiernos y las empresas utilizan estrategias parecidas en las diferentes comunidades para imponer e impulsar la extracción de los bienes en nuestros territorios, sean estos naturales, sociales, culturales o económicos. Siempre se utiliza el factor sorpresa y la desinformación para poder entrar a los territorios y también diferentes estrategias paralelas y complementarias para una alianza entre actores. La alianza política, mediática, económica, terrateniente y paraestatal ha operado de forma conjunta para defender intereses económicos específicos. Políticas estatales que parecen beneficiar al conjunto de la sociedad, son a la vez utilizadas para vulnerar derechos.

Algunas de estas estrategias utilizadas son:

### **Tercerización laboral y cooperativismo**

El sector cooperativista fue responsable de 33% de las exportaciones mineras

del país en 2011 y el año 2012, año de un pico alto en la producción minera, el valor de la producción del sector cooperativista se situó en segundo lugar, muy cerca de alcanzar el valor de la producción de las empresas privadas, extranjeras y nacionales (2.226 millones \$us de las cooperativas, frente a 2.305 millones \$us del sector privado); un logro atribuible a un singular modelo de tercerización, ya que aunque se trata de cooperativas aparentemente autónomas, la mayoría de estas dependen para la comercialización de su producción de grandes empresas acopiadoras y re-exportadoras del mineral que extraen y por el cual se libera a las potencias consumidoras de enormes costos sociales y ambientales arrojadas sobre los mismos trabajadores y las comunidades indígenas y campesinas.

Las cooperativas mineras conforman un nuevo tipo de tercerización, donde todo un subsector productivo -compuesto por más de un millar de unidades productivas, dispersas por todo el país y con miles

de trabajadores dependientes- es manejado por un puñado de empresas transnacionales que abocadas a la explotación de minas rentables y a cielo abierto, solo dejan para las cooperativas y las comunidades: socavones centenarios, desmontes abandonados y todo tipo de parajes que no explotan directamente, entre otras cosas por el lastre económico que representaría, pero del cual se benefician en último término con la adquisición de minerales a bajos precios.

## EJEMPLO

### Cerro rico de Potosí

La transnacional estadounidense Coeur D'Alene (con su empresa subsidiaria Manquiri) mantenía hasta enero de 2012 contratos con siete cooperativas mineras para que éstas realicen trabajos en alturas superiores a 4.400 m.s.n.m. (actividades que en 2009 fueron suspendidas por las autoridades debido a los graves riesgos para la estabilidad de todo el cerro).

La empresa minera Manquiri cuenta con apenas 344 empleados en Bolivia, una cifra, que por supuesto no incluye a los trabajadores de las siete cooperativas mineras con quienes ha suscrito contratos.

### Regulación de la Consulta Previa según conveniencia

La consulta previa: “libre e informada”, consagrada en el Convenio 169 de la Organización Internacional de Trabajo de 1988 ha permitido a las organizaciones indígenas y afro descendientes

contar con una herramienta jurídica de defensa territorial que en algunas situaciones ha podido frenar y demorar proyectos extractivistas que se han querido imponer en los territorios. Ante la falta de regulación del Convenio a nivel nacional en los diferentes países andinos, los diferentes gobiernos buscan adaptar según su interés el contenido del Convenio a la legislación nacional. El objetivo principal es **convertir la Consulta Previa en una Consulta No Vinculante** que se centra en los procesos de negociación entre comunidad y empresa sobre la compensación de impactos ambientales a través de proyectos de inversión social y económica. En el caso concreto del sector de hidrocarburos, la Consulta Previa se ha reducido a un mero trámite, una simple formalidad realizada en tiempo breve, sin real participación de la población afectada, mucho menos una reflexión y discusión previa sobre la base de información completa. Ante la crisis económica, el gobierno ha entrado en una alocada carrera de flexibilización de la normativa ambiental y los derechos de la población. El D.S. 2298 (marzo 2015) es un claro ejemplo de esta degeneración de la Consulta, para favorecer el ingreso de empresas petroleras a los territorios. Sin embargo, en este formato las decisiones de las comunidades no quedan como vinculantes, se busca despolitizar la discusión sobre la defensa del territorio, un mecanismo de Consulta se convierte en un simple regateo de inversión social y el Estado transfiere sus responsabilidades de inversión social al sector privado.

Nuevamente están entrando a socializar las propuestas según sus términos. En realidad, no se acercan a socializar sino a convencer a la gente de una manera

compulsiva, pues no existe una información completa y oportuna que permita a las comunidades decidir con conocimiento de los proyectos. La consulta distorsionada que vienen realizando los operadores del gobierno y las empresas se reduce a enfatizar que “habrá mucho dinero en la zona” y que “las condiciones mejorarán para todos”, sin una exposición completa, analítica, mucho menos con datos serios sobre los impactos.

*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?*

### Justificación de los extractivismos usando las necesidades básicas de la población

La forma que utilizan para convencer a la población de aceptar las actividades extractivas es hablando solamente de los beneficios económicos que obtendrán al vender sus recursos y con esas ganancias cubrir sus necesidades básicas. Es decir solo muestran “beneficios” y no muestran la figura completa en la que las ventajas son insignificantes en comparación al daño que hacen a la comunidad.

Además, esta es una perversa e ilegal práctica de chantaje con las necesidades de la gente. Las autoridades y funcionarios públicos, con estas prácticas desnaturalizan su rol. Además de omitir su deber de garantizar derechos básicos de la población, incurrir en un ilegal abuso de poder.

### Confrontación entre sectores al interior de la población

Para influir en la consulta y en las decisiones de la población se generan conflictos entre los habitantes, entre quienes apoyan las actividades extractivas justificando la mejora de la comunidad gracias a los beneficios económicos y aquellas personas que se dedican a proteger el territorio. Incluso se crean instituciones u organizaciones paralelas para descalificar o invalidar las que estén en contra de los extractivismos.

#### EJEMPLO

#### Caso Tariquía

*“Rechazamos enfáticamente la actitud de algunos compañeros de la comunidad que firmaron la aceptación en la consulta y hoy se encuentran en el bloqueo con mentiras, haciendo quedar mal a la comunidad y a las autoridades”, se lee en el voto resolutivo de los comunarios de Chiquiacá Norte, difundido por el Ministerio de Hidrocarburos.*

*“Debo precisar que este voto resolutivo es de una reunión de los comunarios, en la que no ha intervenido ninguna representación del Ministerio de Hidrocarburos y menos de las empresas petroleras”, según el asesor ambiental del Ministerio de Hidrocarburos, Jorge Ríos.*

Yeny Mesa, comunaria que rechaza el ingreso de las petroleras a la reserva, afirmó que el voto resolutivo fue emitido por dirigentes afines al partido de Gobierno.

2

## Algunas estrategias del extractivismo para tomar control de nuestros territorios



### Tercerización laboral y cooperativismo



Miles de trabajadores son manejados por un puñado de empresas transnacionales que abocadas a la explotación de minas rentables y a cielo abierto, solo dejan para las cooperativas y las comunidades: socavones centenarios y desmontes abandonados.



### Regulación de la Consulta Previa según conveniencia

Un mecanismo de Consulta se convierte en un simple regateo de inversión social y el Estado transfiere sus responsabilidades de inversión social al sector privado.



### Justificación usando las necesidades básicas de la población

Solo muestran "beneficios" y no muestran que las ventajas son insignificantes en comparación al daño que hacen a la comunidad.



### Confrontación entre sectores al interior de la población

Se generan conflictos entre quienes apoyan los extractivismos por los beneficios económicos y las personas que se dedican a proteger el territorio.

## Riesgos específicos para nuestras organizaciones y comunidades

A partir de las estrategias que el Estado boliviano y las empresas utilizan, se generan algunos escenarios específicos de riesgos para nuestras comunidades, organizaciones e integrantes de las mismas.

### **Destrucción, daño al territorio. Tierra y agua contaminadas**

El principal riesgo presente es el daño que se genera a corto, mediano y largo plazo al medio ambiente. La explotación de recursos daña el entorno directo: tierra, animales, agua y a los comunarios y de manera indirecta a todo el país y el planeta. La minería contamina las fuentes de agua en sus nacientes y a lo largo de su recorrido con la explotación aluvial, además dañan el suelo y de esa manera las plantas y los animales.

Todos los seres humanos dependemos del medio ambiente en el que vivimos. Un medio ambiente seguro, limpio, saludable y sostenible es esencial para el pleno disfrute de una gran variedad de derechos humanos, entre otros, los derechos a la vida, la salud, la alimentación, el agua y el saneamiento. Sin un medio ambiente saludable, no podemos satisfacer nuestras aspiraciones ni vivir a la altura de los estándares mínimos de dignidad humana. Simultáneamente, la protección de los derechos humanos ayuda a proteger el medio ambiente. Si los ciudadanos reciben instrucción y participan en las decisiones que les afectan, pueden ayudar a garantizar que esas leyes respeten su necesidad de un medioambiente sostenible.

(Relator Especial sobre los Derechos Humanos y el Medio Ambiente, ONU)

## Criminalización de la protesta

La **protesta social** es una herramienta de resistencia de organizaciones sociales y comunidades para exigir el cumplimiento de sus derechos. En esta confluyen varios derechos que tenemos los seres humanos, entre estos el *derecho a la libertad de expresión y a la asociación*.

El relator Especial para la Libertad de Expresión de la Comisión Interamericana de Derechos Humanos, señaló en 2009:

*“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”.*

Los derechos a la libre expresión, asociación y manifestación también han sido recogidos en los artículos 18, 19 y 20 de la Declaración Universal de Derechos Humanos, el artículo 13 de la Convención Americana de Derechos Humanos y artículo 21 de la CPE.

Durante los últimos años hemos visto un incremento en acciones y proyectos de ley que de forma sistemática han buscado acallar las voces disidentes existentes en nuestro país.

Algunos casos:

### Ley minera 2014

La Ley Minera de 2014 que convierte en un “derecho” de los mineros la intervención policial y procesamiento penal de personas y organizaciones que protesten, bloqueen o perjudiquen labores y actividades mineras (art. 100-102).

## Nuevo código penal

El nuevo código penal, aprobado en diciembre de 2017 y derogado por la movilización social en enero del 2018. Buscaba incrementar las penas por injuria, calumnia y difamación, lo que ha sido criticado por periodistas como estrategia que censura la libertad de expresión. También criminalizaba la protesta social sancionando con cárcel las protestas contra cualquier autoridad del gobierno, servidora, servidor, empleada o empleado público.

El proceso de criminalización utiliza diferentes estrategias para hacer ver la protesta social como un delito.

**Descalificación, estigmatización y 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 vinculadas a organizaciones político electorales, insurgentes, terroristas, violentas, vandálicas, sin propuestas, y poco representativas del conjunto de la sociedad.

El vicepresidente García Linera ha señalado en varias oportunidades a organizaciones nacionales y extranjeras, como cuando afirmó en agosto de 2015: *“Queda plenamente demostrado que esas ONG mienten, y lo hacen de tal manera, que consiguen que personas bienintencionadas se sumen al discurso imperial”.*

Se crean **montajes judiciales** contra personas de organizaciones sociales y defensores de derechos humanos, acusándoles

de delitos como terrorismo, daños a bien ajeno, secuestro y obstaculización de las vías públicas u otros no necesariamente relacionados a las actividades de la organización. Los procesos se basan muchas veces en falsos testimonios, pruebas manipuladas y la siembra de material delictivo o simplemente son pruebas más allá de denuncias. Las detenciones pueden durar años sin sentencia, afectando la organización social y la integridad física y psicosocial de las personas privadas de libertad y sus familias. De esta manera, la criminalización de la protesta social es una herramienta que busca desprestigiar y deslegitimar la labor en defensa de los derechos humanos y colectivos y puede generar temor, parálisis y prácticas de censura dentro de las organizaciones sociales y sus integrantes.

### Protestas en Potosí

En 2014, los comunarios exigían el cese de operaciones mineras en Ingenio en Potosí. Durante la protesta encarcelaron a tres personas: *“Estábamos en el sector de Cuchu Ingenio, han venido los policías y nos han gasificado. Y luego ha habido enfrentamiento. Los transportistas y los policías se han venido encima de nosotros. A mí me han golpeado en mi cabeza, a mi pie me ha llegado un proyectil. A mí me han agarrado y directamente me han dado en mi cabeza”*, relató José Quispe, uno de los detenidos por la Policía. Y añadió que el sólo cumplía la determinación de los dirigentes en el bloqueo. Román Gómez, otro de los detenidos, dijo que hubo un abuso policial en Cuchu Ingenio porque no respetaron a nadie.

### División, cooptación y creación de organizaciones paralelas

“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 de nuestras comunidades se ha buscado generar divisiones entre y dentro de las organizaciones sociales y comunidades.

Las estrategias para generar estas divisiones han sido múltiples, pero casi siempre buscan generar beneficios para un grupo pequeño que empieza a defender políticas que van en contra de las mayorías. Aquí distinguimos las **prebendas** para líderes de comunidades y políticas que buscan generar división entre procesos por sus diferencias étnicas, culturales y religiosas. Se crean **intereses distintos** dentro de un mismo grupo poblacional, buscando una diferenciación entre jóvenes y adultos, hombres y mujeres, invisibilizando las realidades compartidas por todos. Se busca **transformar algunos intereses** de clase en algunos de carácter étnico o sobre la tenencia de la tierra, generando nuevos conflictos entre comunidades indígenas, campesinas y afros y rompiendo sus lazos históricos de solidaridad. La división de la comunidad incluso se puede generar **dentro de las mismas familias**, entre personas que defienden y se oponen al proyecto extractivista, generando de esta manera una destrucción del tejido social y familiar.

En Bolivia el gobierno ha priorizado la estrategia de generar **organizaciones paralelas** para restar legitimidad a las organizaciones legítimas y tener un aliado interno a quien fortalecer con el poder estatal y con quien llegar a acuerdos favorables para los propósitos de las

actividades extractivas (son los casos de CIDOB, CONAMAQ, Colegio de Médicos, etc.).

### Injerencia en Conamaq

En el año 2014 esto se puso en evidencia con lo ocurrido con Conamaq: *“El Conamaq no está dividido. Es la injerencia del Gobierno que mandó a personas como Hilarión Mamani para desestabilizar la estructura orgánica”*, declaró Nilda Rojas, claramente afectada por la situación de su organización.

El conflicto del Conamaq duró más de un mes y concluyó con el ingreso violento del grupo de Mamani a la sede de la organización indígena. Esta toma de la sede en Sopocachi se dio a pesar de que la Policía que resguardaba el inmueble anticipó que no dejaría ingresar a nadie hasta que los dos grupos se pongan de acuerdo.

### Agresiones físicas, psicológicas, amenazas y violencia física

Uno de los objetivos que buscan las empresas y el Estado a través de sus fuerzas de represión es obtener por cualquier medio el control sobre los territorios, las comunidades, las organizaciones y las personas. Un objetivo de la violencia represiva es fracturar las redes comunitarias, los lazos afectivos y de confianza que han sido construidos durante años entre las personas. La estrategia, entonces, es "debilitar la dignidad", coartar la libertad y la autonomía por medio de las amenazas; atentados; golpizas e incluso asesinatos selectivos; las detenciones

arbitrarias y cualquier forma de vulneración de los derechos humanos individuales y colectivos. Con ello se busca golpear la identidad, silenciar e intimidar a líderes y a miembros de organizaciones. Las amenazas y acosos por redes sociales e internet son también parte de esta estrategia.

Es importante recordar que no todas las amenazas que se presentan se tienen que materializar, El riesgo de la amenaza depende de nuestras capacidades para prevenirla, como también de las debilidades organizativas que estarían elevando el riesgo. En caso de que alguna amenaza se materialice debemos buscar las formas para **bajar los impactos** sobre nosotros, nuestro círculo familiar y nuestra organización.

Gran parte de estas acciones violentas son operativizadas por sectores sociales afines al gobierno y sus socias, las empresas. Se utilizan organizaciones sociales como “grupos de choque” contra comunidades, sectores y grupos sociales que reclaman por sus derechos. Con ello degradan el rol de las organizaciones sociales; enfrentan a sectores populares entre sí; destruyen el tejido social y las redes de solidaridad que son la base para la organización de la población en defensa de sus derechos. Estos impactos son de largo alcance. Recomponer ese tejido y esa red de solidaridad y recuperar la confianza de la gente entre sí, llevará muchos años.

### Instalación de un estado de impunidad

La impunidad es un estado en donde los victimarios pueden actuar sin ninguna 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 de la impunidad es la imposición del silencio. A los medios de comunicación se les impone por diversas formas de presión una censura para denunciar estos hechos violatorios o ellos mismos se autocensuran por temor o como estrategia de acomodación a situaciones ventajosas que les otorga el poder.

Por otra parte, las instituciones del Órgano Judicial se suman al fomento de la impunidad porque son cooptadas por el poder central, o porque el Estado no les da suficientes recursos para ejercer su labor. Las investigaciones no progresan, los victimarios no son identificados y los casos son archivados. En Bolivia vemos que el Órgano Judicial que debería funcionar independiente del Órgano Ejecutivo, está totalmente controlada por el poder ejecutivo, garantizando de esta manera un alto grado de impunidad. El sistema judicial se convirtió en otra herramienta de control del gobierno sobre la población.

### Ataque a periodistas

En febrero de 2016, el periodista Wilson García Mérida, director del periódico digital "Sol de Pando", denunció que ese portal sufrió un ataque cibernético que lo dejó inactivo horas después de que publicara una nota en la que vinculó al ministro Juan Ramón Quintana con el escándalo de supuesto tráfico de influencias en el que está involucrada Gabriela Zapata.

El 11 de mayo del mismo año se conoció que el ministro de la Presidencia, Juan Ramón Quintana, inició un proceso judicial por el presunto delito de sedición en contra de Wilson García. En la "citación" señala que en el marco de las investigaciones por los presuntos delitos de "sedición, impedir o estorbar el ejercicio de funciones, atentados contra la libertad de trabajo, amenazas y coacción" establecidas en el Código Penal. Mérida sostiene que la acción judicial en su contra es una represalia por una nota periodística: "*Hechos y dichos de Gabriela Zapata contradicen versión del ministro Quintana*". A raíz de esto, se conoció que el periodista decidió salir del país y refugiarse en Brasil, ante el riesgo de que se lo detenga por el proceso que le inició el ministro de la Presidencia, Juan Ramón Quintana, por supuesta "sedición".

### Invasión a nuestra privacidad, a nuestra comunicación, infiltración y seguimiento. Control de nuestra privacidad

Desde las empresas y los Estados se busca infiltración en nuestras organizaciones y comunidades para conseguir información sobre: la forma de trabajar, objetivos y personas vinculadas a nuestro proceso. Casos de espionaje, "hacking" de correos electrónicos o cuentas en redes sociales, interceptaciones ilegales en la comunicación y seguimientos a organizaciones de derechos humanos y comunidades en resistencia se han presentado en toda la zona andina. La información es utilizada

para preparar montajes judiciales y amenazas y agredir a personas específicas de nuestros procesos organizativos.

El gobierno de Evo Morales creó una nueva dirección de inteligencia en 2010, la Dirección de Inteligencia del Estado Plurinacional (DIDEP), que depende directamente del Presidente y concentra los diferentes servicios de inteligencia que existían hasta ese momento. La Dirección General de Redes Sociales en el Ministerio de Comunicación, los altos presupuestos en comunicación; las acciones de seguimiento a la población en las Redes Sociales por los organismos de inteligencia de la Policía; la organización y capacitación en manejo de Redes Sociales de sectores afines al gobierno, son ejemplo de lo mencionado.

## Control en redes sociales

En noviembre de 2018, un audio difundido por las redes sociales decía que la Policía espiaba en las redes sociales los perfiles de las personas que piensan diferente al Movimiento al Socialismo. Además de ello, tendría cuentas para contrarrestar las opiniones de los ciudadanos que no conciben con el MAS: *“En cuanto al control de las redes sociales, así como hay publicaciones ofensivas contra el Gobierno, nosotros con la oficina de monitoreo hemos creado otras páginas para interceptar aquello y dar otra imagen, la buena imagen del gobierno”*, afirmó el comandante nacional de la Policía Boliviana, el general Faustino Mendoza.

### 3

## Riesgos específicos para nuestras organizaciones y comunidades

A partir de las estrategias que el Estado boliviano y las empresas utilizan, se generan algunos escenarios específicos de riesgos para nuestras comunidades y organizaciones.



### Destrucción, daño al territorio. Tierra y agua contaminadas

La explotación de recursos daña el entorno directo: tierra, animales, agua y a los comunarios y de manera indirecta a todo el país y el planeta.

### Criminalización de la protesta

Durante los últimos años hemos visto un incremento en acciones y proyectos de ley que de forma sistemática han buscado acallar las voces disidentes existentes en nuestro país.



Descalificación, estigmatización y señalamientos que hacen ver a los movimientos sociales vinculados a organizaciones político electorales, insurgentes, terroristas, violentas, vandálicas.



Se crean montajes judiciales contra personas de organizaciones sociales y defensores de derechos humanos, acusándoles de delitos graves.



### División, cooptación y creación de organizaciones paralelas

Las múltiples formas de división de las comunidades y las organizaciones tienen el objetivo de quebrar las resistencias para una toma del control de los territorios.



### Agresiones físicas, psicológicas, amenazas y violencia física

La estrategia es “debilitar la dignidad”, coartar la libertad y la autonomía por medio de las amenazas; atentados; golpizas e incluso asesinatos selectivos; las detenciones arbitrarias y cualquier forma de vulneración de los derechos humanos.



### Instalación de un estado de impunidad

Las instituciones del Órgano Judicial se suman al fomento de la impunidad. Las investigaciones no progresan, los victimarios no son identificados y los casos son archivados.

### Invasión a nuestra privacidad, a nuestra comunicación, infiltración y seguimiento

Casos de espionaje, “hackeo” de correos electrónicos o cuentas en redes sociales, interceptaciones ilegales en la comunicación y seguimientos a organizaciones de derechos humanos y comunidades en resistencia. La información es utilizada para preparar montajes judiciales y amenazas y agredir a personas específicas de nuestros procesos organizativos.



## Estrategias sociales de seguridad

Desde nuestros procesos organizativos es importante pensar en 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 dentro de nuestras organizaciones nos permite saber cómo actuar antes, durante y después de una situación específica de riesgo; para esto deben considerarse los siguientes elementos: PROTECCIÓN PREVENCIÓN Y SEGURIDAD. Les invitamos a adaptar, ajustar y retroalimentar las recomendaciones que a continuación estamos presentando.

Para los tres elementos es necesario empezar con un análisis de amenazas y riesgos y junto a este, uno de coyuntura, que permitirán tener una perspectiva completa de la situación.

### Análisis de amenazas y riesgos

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 organizaciones. Se piensa en posibles escenarios a partir de un análisis de coyuntura para luego elaborar protocolos para prevenir y reaccionar frente a algún incidente de seguridad. Para algunos escenarios es bueno poder contar con un abogado o asesor jurídico que puede explicar cuáles son nuestros derechos y cuáles son los deberes de los funcionarios públicos.

Tenemos que pensar en nuestras capacidades y debilidades existentes, por ejemplo a partir de la “bicicleta de seguridad”, y fortalecer esos aspectos de la organización que nos generan más vulnerabilidad.

Además, es importante hacer registros de los incidentes que nos pasen, por más pequeños e insignificantes que parezcan. Se puede pensar 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.

Cada organización puede elaborar su formato de registro y se puede considerar el siguiente modelo:

REPORTE INCIDENTE DE SEGURIDAD
Elaborado por: .....
Fecha de elaboración: .....
Fecha y hora del incidente: .....
Dónde ocurrió el incidente: ..... .....
Descripción de los agresores (vehículos utilizados, rango, ropa y descripción física, forma de hablar, tono y acento de voz): ..... ..... ..... .....
Nombre de las víctimas: ..... ..... .....
Narre la situación: ..... ..... ..... .....
Cuenta cómo reaccionó frente a la situación: ..... ..... ..... .....

## Análisis de Coyuntura

Muchas veces solo reaccionamos frente a las situaciones y no nos preparamos. El trabajo de protección y autoprotección también es eso: “estar sobre aviso”. Cuando sabemos cómo actúan los diferentes actores podemos tener estrategias diferentes, más ajustadas y más diversas.

Para entender lo que nos pasa y poder prepararnos para futuros escenarios es necesario tener espacios colectivos de análisis de la coyuntura con cierta regularidad. Hacer este análisis permite ver los patrones entre los acontecimientos, hechos, sucesos, etc. Al interpretar los hechos y establecer relaciones entre los diferentes aspectos económicos-políticos-ideológicos, es posible pronosticar cuál será la evolución o tendencia de las situaciones, permitiéndonos influir en algún grado en ella y no esperar pasivamente que ocurran las cosas.

En los ejercicios de análisis de coyuntura hay que evitar ver los hechos como “fotos fijas”, ya que el contexto histórico es fundamentalmente dinámico. Este análisis se presenta como un círculo donde nuestras actuaciones transforman la realidad y pueden provocar nuevos incidentes de seguridad que nos obligan a hacer nuevos análisis.

### ¿Cómo se hace?

Pasos:

**1. RECOGER LA INFORMACIÓN:** a través de una “lluvia de ideas” que incluye aspectos a nivel local, regional, nacional e internacional que pueden ser relevantes y alimentada con la lista de incidentes de seguridad

**2. 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?

### 3. ESCENARIOS PARA EL FUTURO:

Pensamos en varios posibles escenarios y realizamos 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?

### 5. 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 pueden ser los nuevos escenarios de riesgo que se pueden presentar?

## EJEMPLO

1. **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 en varios medios 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.

2. **Análisis:** La empresa y el alcalde están buscando romper con el proceso de resistencia de la comunidad.

3. **Escenarios:** Pueden haber actos de intimidación y agresión física contra integrantes de nuestro proceso.

4. **Estrategias:** Realizar los desplazamientos siempre entre dos per-

sonas. Establecer una guardia en la comunidad en las horas de la noche para así poder controlar los movimientos de personas ajenas. Informar a la Defensoría del Pueblo sobre los hechos y a la organización de derechos humanos que nos acompaña en el proceso. Realizar un “Festival en Defensa del Agua” en tres meses en la cabecera municipal para difundir la problemática y dar a conocer los impactos sociales y ambientales de la explotación petrolera a nivel regional.

5. **Actuaciones y Seguimiento:** Durante el festival por la defensa del agua fueron detenidos dos compañeros. La policía tomó fotografías del evento y varias personas de la organización fueron objeto de seguimiento por parte de personal 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 los compañeros detenidos fueron liberados dentro de las 36 horas por constituirse en una detención arbitraria.

## 4 Estrategias sociales de seguridad

Es importante pensar en la protección de una forma integral. Las tres dimensiones de la protección "Territorio - Comunidad - Individuos".

Para esto deben considerarse los siguientes elementos:

**PROTECCIÓN PREVENCIÓN Y SEGURIDAD**

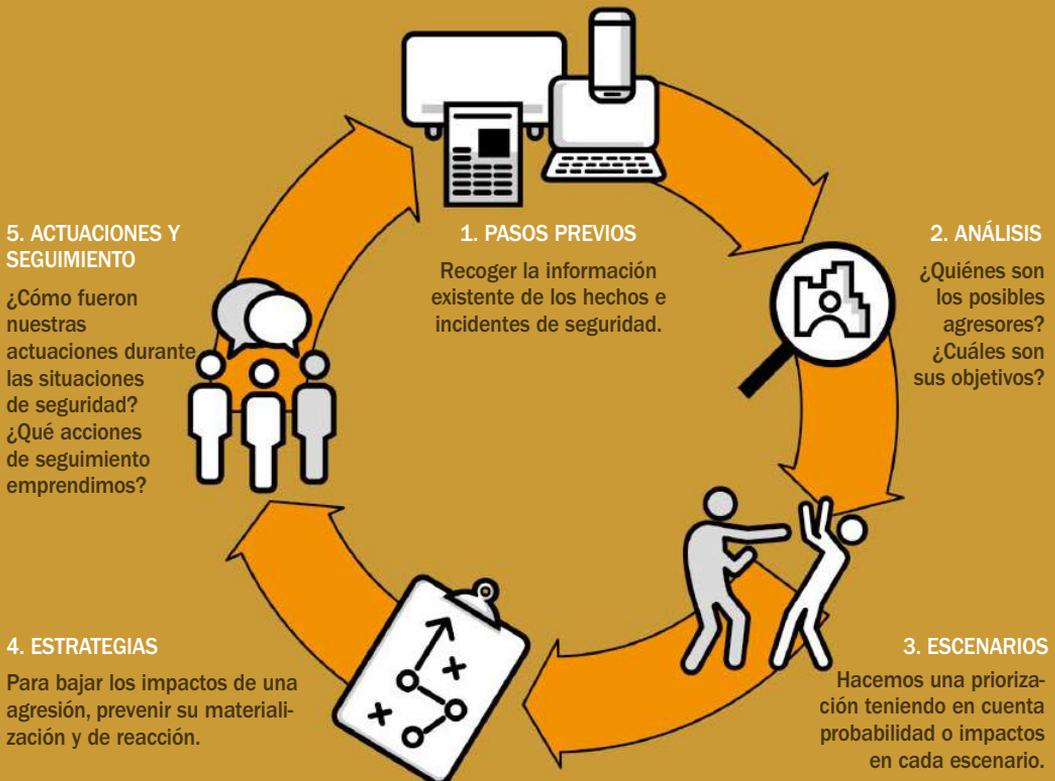


### Análisis de amenazas y riesgos

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 organizaciones.

Además, es importante hacer registros de los incidentes que nos pasen.

### Análisis de coyuntura



## Ejemplo del análisis de coyuntura

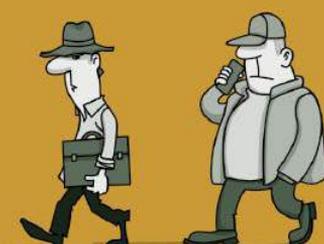
### 1 RECOGEMOS LOS HECHOS:

En la comunidad se ha visto un vehículo extraño en horas de la noche.

Hay interés en el campo petrolero a 2 km de la comunidad.

El alcalde del municipio ha dicho en varios medios que necesita inversión extranjera.

Hace dos meses fue asesinado un integrante de una comunidad vecina que se opone a la explotación petrolera en su territorio.



### 2 ANÁLISIS:

La empresa y el alcalde están buscando romper con el proceso de resistencia de la comunidad.

### 3 ESCENARIOS:

Pueden haber actos de intimidación y agresión física contra integrantes de nuestro proceso.



### 4 ESTRATEGIAS:

Realizar los desplazamientos siempre entre dos personas.

Establecer una guardia en la comunidad en las horas de la noche.

Informar a la Defensoría del Pueblo sobre los hechos y a la organización de derechos humanos.

Realizar un "Festival en Defensa del Agua" para difundir la problemática e impactos sociales y ambientales de la explotación petrolera.

### 5 ACTUACIONES Y SEGUIMIENTO:

Durante el festival fueron detenidos dos compañeros.

La policía tomó fotografías del evento y varias personas de la organización fueron objeto de seguimiento por parte de personal civil.

A través del acompañamiento de la Defensoría del Pueblo y DDHH se instalaron las respectivas denuncias ante la Fiscalía y la Procuraduría y los compañeros detenidos fueron liberados dentro de las 36 horas.





## Mecanismos de prevención

A partir del análisis de coyuntura que hemos hecho y los posibles escenarios identificados se puede pensar en algunas acciones preventivas a tomarse dentro de nuestra organización y comunidad.

### Subir el costo político

Para poder 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 nuestras actividades a través de radio, televisión, internet, comunicados públicos, plantones, marchas,

intervenciones artísticas, teatro, música o cualquier otro medio/expresión. Esto permite llegar a un público amplio y dar a conocer la problemática social y política y el trabajo que se está realizando.

b) **Generar una red de apoyo a nivel local**

Poder hacer un trabajo con la comunidad que permita generar una reacción popular de movilización frente a un caso de victimización, es una herramienta que necesita un proceso largo de construcción, pero es 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 permite 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 la problemática de la zona mediante reuniones, cartas y misiones a personas del cuerpo diplomático (embajadas, senadores o congresistas tanto nacionales como internacionales y organismos internacionales como Naciones Unidas, organismos de control: Defensoría y organizaciones de derechos humanos nacionales e internacionales). Este trabajo político permite que estos organismos y organizaciones respondan frente a una amenaza y según su mandato exijan al gobierno que garantice los derechos fundamentales de la organización o comunidad. El primer paso es hacer un mapeo de las organizaciones y organismos presentes en la zona y conocer el mandato

de cada uno. Luego, el trabajo político puede realizarse de diferentes formas:

- Visitas en forma de misiones humanitarias o de verificación de parte de las organizaciones o personas a las comunidades afectadas (después o antes de que haya pasado alguna agresión).
- Considerar las posibilidades de trabajar en conjunto con otras organizaciones y expresiones sociales y políticas 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.
- Interlocución de parte de representantes o líderes de las organizaciones y comunidades con los organismos y/u organizaciones (giras nacionales o internacionales).

## 5

### Mecanismos de prevención

#### Subir el costo político

#### a) Legitimar nuestro trabajo

Dar a conocer nuestras actividades a través de radio, televisión, internet, comunicados públicos, plantones, marchas, intervenciones artísticas, teatro, etc.

#### b) Generar 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.



#### c) Generar red de apoyo nacional e internacional

Dar a conocer la problemática de la zona mediante reuniones, cartas y misiones a personas del cuerpo diplomático (embajadas, senadores o congresistas nacionales como internacionales y organismos internacionales como Naciones Unidas y organizaciones de derechos humanos nacionales e internacionales)

## Mecanismos de protección

### 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 in-

formación que manejamos, quién podría estar interesada en ella, cuál podría poner en riesgo nuestro trabajo o el de la organización/comunidad y dónde tenemos está información. Para hacer un primer análisis de riesgo frente al manejo de la información que manejamos podemos responder las siguientes preguntas:

¿Cuál es el tipo de información que manejamos?	¿Quién podría estar interesada en ella?	¿Quiénes se verán afectados si la información llega a terceros?	¿Dónde está guardada la información? ¿Tenemos copias de seguridad de la misma?	¿Qué tan segura está la información en el sitio donde la tenemos guardada?
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 y otros.	Por ejemplo, Fuerza Pública, empresas, funcionarios públicos, estructuras criminales, gobernantes y otros.	Por ejemplo, integrantes de nuestra organización y comunidad, la familia, víctimas, organizaciones amigas y otros.	Por ejemplo, en correos electrónicos, discos duros externos, USBs, computadoras, Facebook, Twitter, páginas web, informes impresos, whatsapp, teléfono y otros.	Por ejemplo, candados, política de llaves, personal, acceso, encriptación de la información, etc.

## Proteger nuestra información

En las páginas:

<https://securityinbox.org>  
<https://ssd.eff.org>  
<https://www.level-up.cc>

se encuentran muchas herramientas para la protección de su información y comunicación. Aquí solo queremos hacer algunas recomendaciones:

### a) Actualizar nuestros programas

Actualizar los programas utilizados, procurar utilizar programas de código abierto y no de empresas privadas como Microsoft, pensar en un buen antivirus, un cortafuegos y una limpieza regular de su computadora y de la fuente USB que utiliza. Además es importante tener respaldos cifrados de la información en sitios seguros. Estos respaldos tienen que hacerse de forma regular para que no se pierda gran parte de la información a la hora de un daño, robo o allanamiento. También tiene que haber **una** persona responsable del proceso de respaldo, porque muchas veces si todos somos responsables nadie lo hace.

### b) Encriptar nuestra información y comunicación

La encriptación de la información y comunicación hace que solo una persona autorizada pueda tener acceso a ella a través de su contraseña. Existen varios programas que permiten encriptar nuestra comunicación:

Correo electrónico (Thunderbird con PGP)  
Chat (Pidgin con OTR)  
Videoconferencia (Jitsi)  
Mensajería y llamadas por teléfono (Signal)  
Almacenamiento de datos (Veracrypt).

La instalación de estos programas y los requisitos de su equipo se explican en las páginas arriba mencionadas.

### c) Contraseñas seguras

Las contraseñas que utilizamos para ingresar a nuestros computadores, correos electrónicos y cuentas de redes sociales tienen que ser seguras. ¿Qué significa esto? Deben tener por lo menos 20 caracteres, entre símbolos, cifras, mayúsculas y minúsculas. Las contraseñas deben ser únicas, no se puede utilizar la misma contraseña para todas nuestras cuentas. No deben estar escritas en ninguna parte y uno debe poder recordarlas. En vez de pensar en palabras para las contraseñas les recomendamos utilizar frases. Piensa en alguna canción, poesía, consigna que es 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 tomando 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 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.

## Mecanismos de autoprotección individual y colectiva

*Todos juntos podemos hacer mucho más. Individualmente no podemos hacer mucho, pero de manera colectiva si juntamos todas las potencialidades de nuestras semillas, podemos hacer lo que nos proponemos.*

### 1 Seguridad en la casa y la oficina:

**1A** | Elabore un auto estudio de seguridad: quiénes son los vecinos, cuáles son las vías de acceso, cuáles son las estaciones de policía más cercanas, los centros hospitalarios, etc.

**1B** | 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.

**1C** | 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 con frecuencia.

**1D** | 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.

**1E** | 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, etc. 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](http://www.securityinabox.org)) y haga copias de seguridad de la in-

formación periódicamente para guardarlas fuera de su oficina y casa.

**1F** | Apague el Wifi y su conexión de internet cuando no la utiliza y tener cuidado con la utilización en sitios públicos.

**1G** | 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.

**1H** | Establezca un mecanismo de registro de las personas que entran a su oficina, por ejemplo a través de una cámara o un libro de registro de entrada.

**1I** | 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

**1J** | No publique ni comparta información personal vinculada al trabajo que usted realiza en espacios de redes sociales, pagina web o a personas que se lo pregunten (datos personales y familiares de los miembros del equipo, direcciones privadas, teléfonos o itinerarios).

**1K** | Realice reuniones periódicas en la oficina (cada tres meses o cuando se presenta algún hecho de seguridad) con todas las personas que trabajan en ella, para posibilitar identificar posibles amenazas y agresiones.

**1L** | Maneje una política de llaves dentro de su organización que permita controlar el uso de las mismas. En cuanto más llaves están en circulación más difícil es saber quién tiene acceso a la oficina y quién no.

**1M** | Haga limpieza regular de su oficina y casa, destruyendo documentos que pueden tener información sensible con una trituradora o quemando los papeles.

Acuérdese que la basura es una fuente para muchos servicios de inteligencia

**1N** | Realice reuniones periódicas con la Asamblea Permanente de Derechos Humanos, Comité Internacional de la Cruz Roja (CICR), Defensoría del Pueblo y Organismos de Naciones Unidas para informarse sobre la coyuntura en las diferentes zonas del departamento e informarles sobre la situación de seguridad de su comunidad y organización.

**10** | Construye un protocolo de seguridad y una ruta de acción para casos específicos (allanamiento/agresión/amenaza) y una lista de contactos para casos de emergencia (Defensoría del Pueblo, organizaciones de derechos humanos, CICR, otros).

## **2** Seguridad en la calle y salidas a zonas rurales:

**2A** | No maneje rutinas de desplazamiento, ni de rutas, ni de horarios.

**2B** | Informe a alguien de confianza sobre sus recorridos y horarios. Establezca en su grupo de trabajo o comunidad un sistema para avisar de las llegadas y salidas, sobre todo después de reuniones y en horas nocturnas.

**2C** | No lleve con usted información que no necesita. Encripte la información digital a través de las herramientas ofrecidas por Security in a Box:

([www.securityinabox.org](http://www.securityinabox.org))

**2D** | Cuide su salud y mantenga su buen estado físico. Recuerde que cualquier acción inmediata puede evitar un hostigamiento o robo. Nunca considere que huir o evitar una situación de peligro significa cobardía.

**2E** | Cuando salga a divertirse, vaya a sitios conocidos y siempre acompañado. No se embriague en espacios públicos.

**2F** | Tenga cuidado con relaciones casuales, puede estar ante alguien que busque información.

**2G** | 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.

**2H** | No hablar de información sensible y del trabajo en los transportes públicos, taxis y en espacios públicos donde otra gente le podría escuchar.

**2I** | Transite por vías amplias y concurridas, evite aquellas con poca iluminación o solitarias.

**2J** | Averigüe antes del viaje sobre la situación de seguridad con la comunidad u organización que se encuentra en la zona para poder contar con información actualizada.

**2K** | Lleve siempre un teléfono cargado y con crédito.

**2L** | Limite la información sobre sus viajes, 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 incluya nombres y números de las personas de referencia y un horario/tiempo para realizar llamadas de seguimiento para compartirlo con la persona que le realiza el seguimiento.

**2M** | Si la salida se realiza en zonas donde no hay señal que garantice la comunicación, el responsable de la misma, deberá dejar expresado en el formato de “agenda de viaje” la cantidad de días u horas que estará fuera de comunicación y establecerá un número límite de horas/días para entrar en comunicación nuevamente.

**2N** | En viajes que duran más de dos días, o que constituyen un riesgo especial, se informa sobre los desplazamientos a la oficina de Naciones Unidas, Embajadas, Ministerio del Interior y/o Defensoría.

**2O** | 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, se evalúa con el equipo la situación y se considera la posibilidad de cancelar o reprogramar la actividad.

### **3** Durante los viajes:

**3A** | Acordar entre los que van a viajar los objetivos y destino del viaje como también las acciones específicas que se pueden hacer frente a situaciones concretas.

**3B** | Si maneja un transporte propio revisar los frenos, llantas y aceite antes de salir para evitar accidentes.

**3C** | 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 u otros).

**3D** | Vigile su equipaje, procure llevarlo siempre a la mano, no acepte paquetes ni equipajes de nadie

**3E** | En los desplazamientos en las zonas rurales siempre asegúrese de estar acompañado por alguna persona de referencia, preferiblemente de la comunidad.

**3F** | Establecer con la persona de referencia que maneje la interlocución en caso de encontrarse con algún actor armado o adversarios.

**3G** | Llevar un botiquín de salud y/o primero auxilios.

**3H** | No viajar fuera de vías principales en horas de la noche.

**3I** | Muy importante: mantenga comunicación con una persona de su organización que le haga seguimiento de su viaje, según horarios establecidos.

### **4** Seguridad dentro de nuestras comunidades y protección de nuestros territorios:

**4A** | No mostrar a terceros las riquezas que tenemos en nuestros territorios.

**4B** | Aplicar la Justicia Propia en nuestro territorio, exigiendo el respeto a nuestras autonomías políticas y jurídicas.

**4C** | Recurrir a la movilización como elemento para exigir el goce efectivo de nuestros derechos.

**4D** | Establecer comités de calidad de agua y guardianes del agua/ la laguna/el acuífero, que hagan 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.

**4E** | Establecer un reglamento interno dentro de la comunidad para sancionar a las personas que se involucran con la minería y otras industrias extractivas. O, en caso de que la protección del medioambiente y el territorio ya esté establecido ya en las normas de la organización, hacer cumplir esas normas.

**4F** | Compartir información entre y dentro de las organizaciones, relacionada a las estrategias que se proponen realizar y sobre los actores que quieren apropiarse del territorio y/o recursos.

**4G** | Organizarse para reivindicar y defender los derechos colectivos de la comunidad.

**4H** | Conocer de forma colectiva el territorio a través de caminatas permite apropiarse del territorio e identificar los espacios estratégicos y de valor espiritual, social y ambiental.

- 4I** | Hacer un trabajo de protección espiritual.
- 4J** | Explicar la situación a los niños para que no compartan información con extraños.
- 4K** | La realización de ejercicios de cartografía permite 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.
- 4L** | Dar uso al territorio que se quiere aprovechar para que no digan que son tierras baldías. Realizar un ordenamiento territorial propio de las comunidades para definir los usos dentro del territorio y proteger los espacios como las fuentes hídricas y sitios sagrados.
- 4M** | Recuperar y fortalecer nuestra identidad colectiva y nuestros saberes.
- 4N** | En muchas oportunidades las comunidades han tenido que recurrir a la fuerza, el bloqueo y las acciones de hecho para defender sus territorios.
- 4O** | Explicitar los impactos que pueden tener los proyectos extractivistas en el ámbito social, ambiental y personal a los integrantes de la comunidad.
- 4P** | Combinar todas las posibles estrategias que tenemos a nuestra disposición.
- 4Q** | Señalar las fuentes de agua con carteles que exigen el respeto al agua y el ambiente como mecanismo de visibilización y exigibilidad.
- 4R** | Acompañar procesos cercanos en sus luchas de defensa territorial.
- 4S** | Intentar desplazarse siempre en grupo, tanto para ir de una comunidad a otra, como cuando se sale a lugares más distantes.
- 4T** | 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 o llevar estos objetos ya que pueden ser explosivos o tóxicos.
- 4U** | Establecer formas de comunicación propias de la comunidad para poder informar en casos de emergencia.
- 4V** | Mantener un teléfono con crédito en un sitio central para poder ser informado e informar sobre posibles amenazas.
- 4W** | En momentos complicados de orden público, establecer una guardia comunitaria que esté pendiente durante la noche.
- 4X** | Demarcar 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 sólo puede entrar con una orden.*
- 4Y** | Demarcar 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.
- 4Z** | 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.
- 4AA** | Colectivizar y compartir 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.
- 4BB** | No compartir información sobre la comunidad, su organización y sus líderes con gente que no es de confianza. Preguntarse siempre “¿con quién hablamos, de qué y dónde?”

**4CC** | Aprovechar las herramientas de participación ciudadana como 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.

**4DD** | Construir normativas internas que sean respetadas por toda la comunidad y que ayuden a garantizar la prevención y la protección con respecto al consumo de alcohol, manejo de información, horarios, etc.

**4EE** | Cambiar los sitios y horarios de las reuniones.

**5** Seguridad durante movilizaciones y acciones de protesta:

Recuerda 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.

**Antes**

**5A** | Planificar de forma colectiva el objetivo de movilización y unificar los criterios frente a los discursos y actuaciones durante la misma.

**5B** | Tener una red de apoyo con unos aliados estratégicos (Abogados, ONGs y medios).

**5C** | Delegar responsabilidades y tener personas referentes para el tema de seguridad, salud y registro audiovisual.

**5D** | No exponer a las personas, ni dejarlas solas.

**5E** | Dividir la atención de la policía para que no nos pueden encerrar.

**5F** | No romper la unidad del grupo

**5G** | Utilizar ropa ligera para poderse mover fácil.

**5H** | No llevar nada que no se necesite para la movilización.

**5I** | En caso de detención, evitar que nos pongan elementos que busquen la judicialización, saliendo sin mochila y ropa sin bolsillos.

**5J** | Buscar un sitio estratégico para realizar nuestra protesta. Tener en cuenta de donde viene el viento para poder responder frente a una agresión con gases lacrimógenos.

**5K** | Llevar vinagre para neutralizar el efecto de los gases lacrimógenos.

**5L** | Identificar las rutas de salida segura.

**5M** | Contar con unas brigadas de salud dentro de nuestra organización.

**5N** | Comunicar a las autoridades civiles que hay mujeres y niños en la movilización si este es el caso.

**5O** | Pensar en mecanismos de comunicación segura a través de radio, teléfono u otros que incluyan algunas claves para que no intercepten la comunicación.

**5P** | Tener organizado el transporte para la llegada y la salida de la gente que está participando en la movilización.

**5Q** | Tener grupos pequeños de 4-5 personas como puntos de referencia, también llamados grupos de afinidad, para permitir tener un alto grado de confianza y una mejor organización y reacción en la movilización

**Durante**

**5R** | Cuando piden registro, lo hacemos nosotros mismos para evitar que nos siembran elementos ilegales.

**5S** | Evitar que la Fuerza Pública rompa nuestra estructura de movilización ya que siempre buscan aislar a las personas.

**5T** | Estar atento a posibles infiltrados que buscan provocar a los integrantes de la movilización y sacarles cuando se encuentran.

**5U** | 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 cámara y video de ellos).

**5V** | Mantener cohesión en el grupo para evitar que ingresen terceros a nuestra protesta.

**5W** | Se puede pensar en intercambios humanitarios entre detenidos de las or-

ganizaciones sociales y miembros de la Fuerza Pública.

### Después

**5X** | Buscar una salida segura del lugar. Los momentos de entrada y salida siempre son los más vulnerables porque estamos dispersos, no unidos y no preparados para posibles agresiones.

**5Y** | 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 Mecanismos de protección

### Proteger nuestra información



#### a) Actualizar nuestros programas

Utilizar programas de código abierto, un buen antivirus, un cortafuegos y una limpieza regular de su computadora.



#### b) Encriptar nuestra información y comunicación

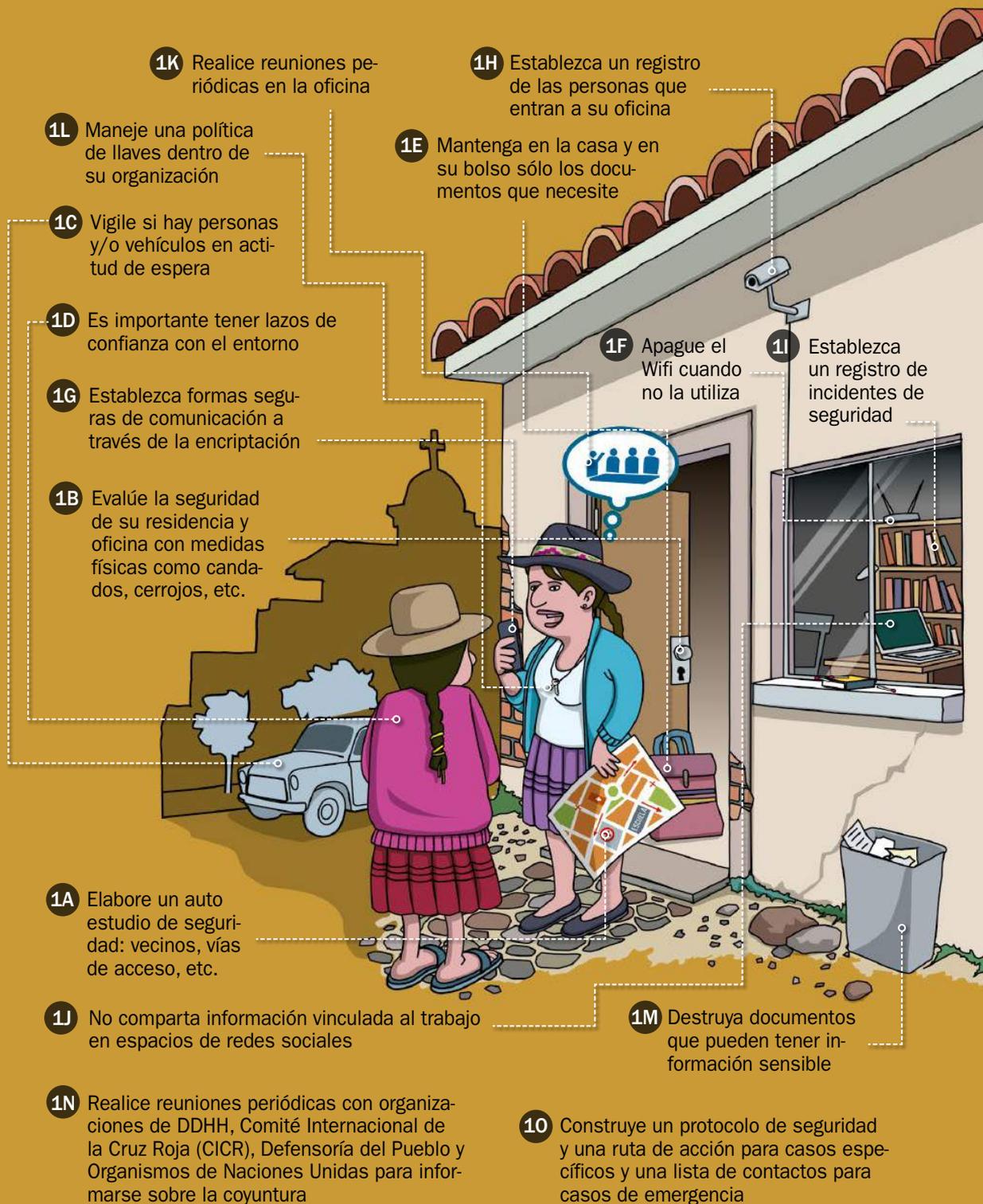
Hace que solo una persona autorizada pueda tener acceso a ella a través de su contraseña.



#### c) Contraseñas seguras

Deben tener por lo menos 20 caracteres, entre símbolos, cifras, mayúsculas, minúsculas y ser únicas.

## 1. Seguridad en la casa y la oficina



## 3. Seguridad en la calle y salidas a zonas rurales

**2A** No maneje rutinas de desplazamiento

**2M** Dejar en “agenda de viaje” los días sin comunicación

**2G** Advertir la presencia de personas o vehículos extraños

**2E** Vaya a sitios conocidos y siempre acompañado.

**2I** Transite por vías amplias y concurridas.

**2H** No hablar de información sensible en público

**BAR RESTAURANTE  
EL POPULAR**

**2F** Cuidado con relaciones casuales

**2B** Informar sobre sus recorridos y horarios

**2C** Encripte la información digital

**2D** Cuide su salud y estado físico

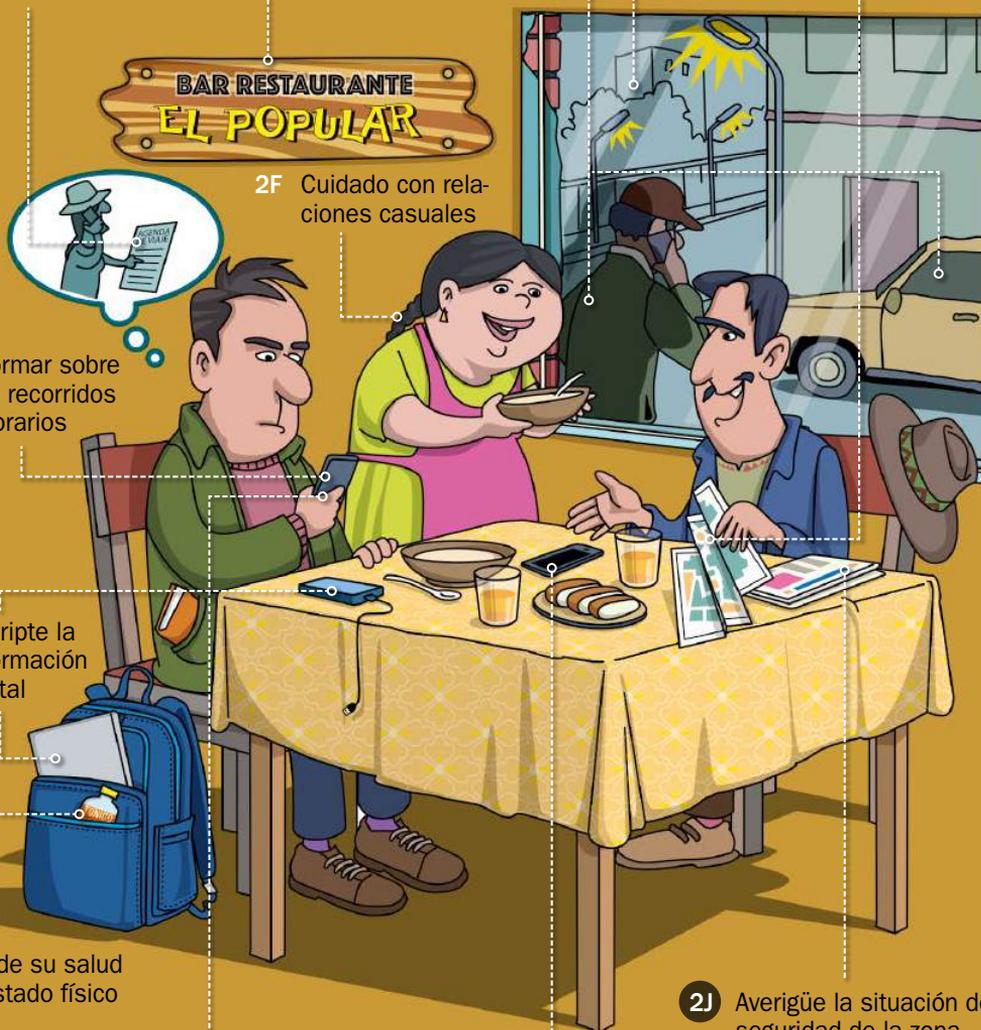
**2L** Suministre un teléfono para emergencias

**2K** Lleve siempre un teléfono cargado y con crédito.

**2J** Averigüe la situación de seguridad de la zona

**2N** En viajes de más de dos días informar a oficinas de NNUU, Embajadas, etc.

**2O** Obtener información en la zona de destino y se considera la posibilidad de cancelar o reprogramar la actividad.



### 3. Seguridad durante los viajes

**3A** Acordar los objetivos, destino y acciones frente a situaciones concretas

**3B** Revisar los frenos, llantas y aceite para evitar accidentes

**3D** Vigile su equipaje, procure llevarlo siempre a la mano

**3G** Llevar botiquín de primero auxilios

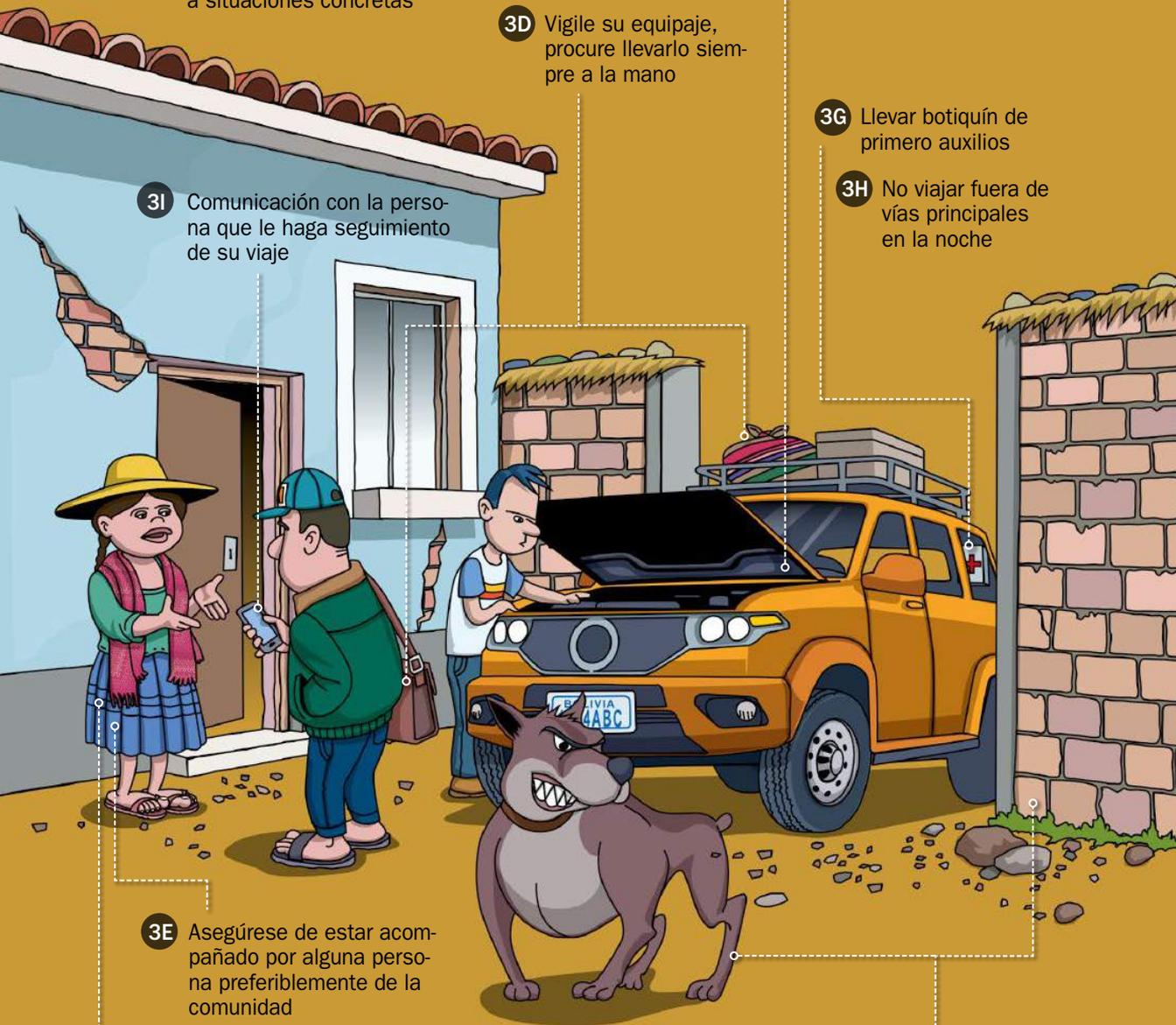
**3H** No viajar fuera de vías principales en la noche

**3I** Comunicación con la persona que le haga seguimiento de su viaje

**3E** Asegúrese de estar acompañado por alguna persona preferiblemente de la comunidad

**3F** Establecer con la persona que maneje la interlocución en caso de algún actor armado o adversario

**3C** Guardar el vehículo en un sitio seguro

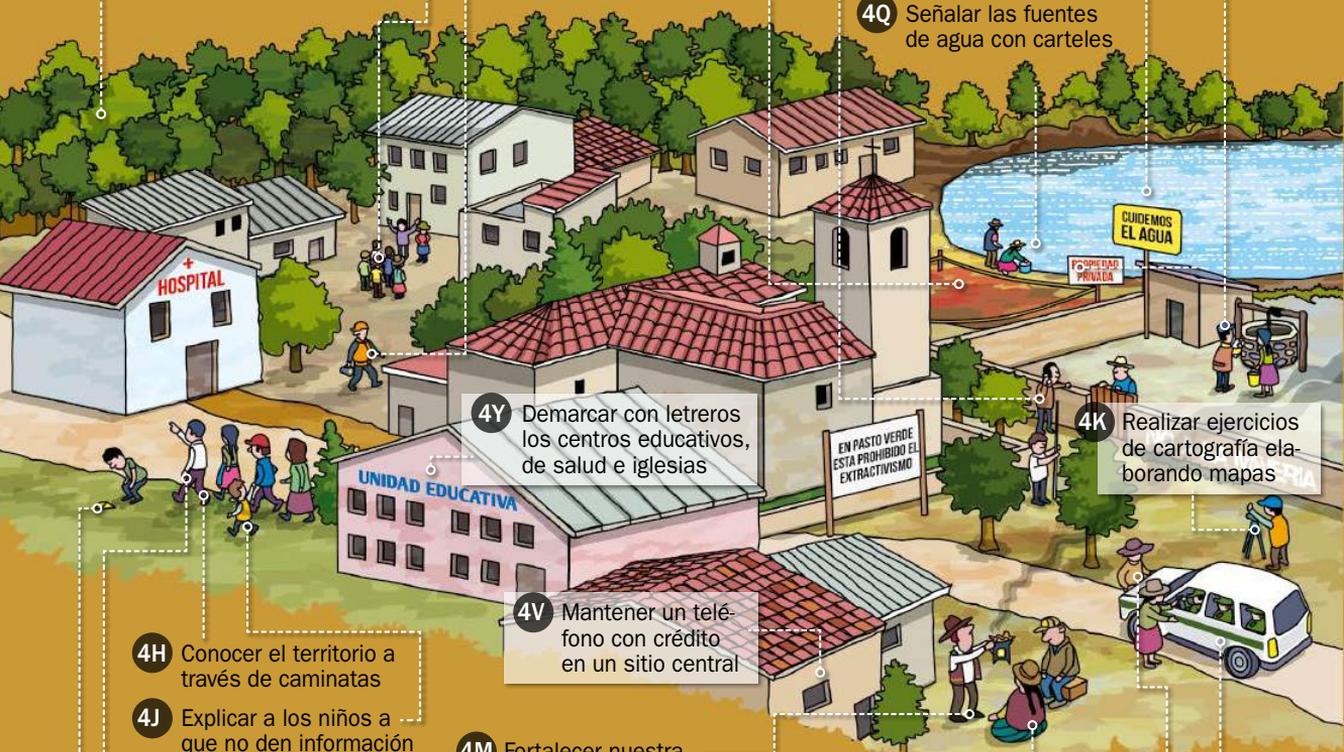


## 4. Seguridad dentro de nuestras comunidades y protección de nuestros territorios

- 4A No mostrar a terceros las riquezas en nuestros territorios
- 4B Aplicar la Justicia Propia en nuestro territorio
- 4C Recurrir a la movilización para nuestros derechos
- 4R Acompañar procesos de defensa territorial

- 4E Sancionar a quienes se involucren con las industrias extractivas
- 4G Organizarse para defender los derechos de la comunidad
- 4W En momentos complicados establecer una guardia comunitaria durante la noche
- 4X Demarcar la comunidad o finca con letreros de propiedad privada

- 4D Establecer comités de calidad y guardianes del agua
- 4F Compartir información entre y dentro de las organizaciones
- 4L Proteger las fuentes hídricas, sitios sagrados y lugares baldíos
- 4O Explicitar los impactos de los proyectos extractivistas
- 4Q Señalar las fuentes de agua con carteles



4Y Demarcar con letreros los centros educativos, de salud e iglesias

4V Mantener un teléfono con crédito en un sitio central

4K Realizar ejercicios de cartografía elaborando mapas

- 4H Conocer el territorio a través de caminatas
- 4J Explicar a los niños a que no den información a extraños
- 4S Desplazarse siempre en grupo
- 4T Si encuentra objetos desconocidos, informar a la comunidad y autoridades competentes

- 4M Fortalecer nuestra identidad colectiva y nuestros saberes
- 4U Establecer formas de comunicación propias para emergencias

- 4I Hacer un trabajo de protección espiritual
- 4N Tener que recurrir a la fuerza, el bloqueo, para defender el territorio
- 4Z Cuando uno de los actores armados busque acampar en su comunidad, exija el respeto a la población civil
- 4EE Cambiar los sitios y horarios de las reuniones
- 4P Combinar todas las estrategias a nuestra disposición

- 4AA Colectivizar y compartir el liderazgo en la comunidad
- 4BB No compartir información sobre la comunidad y sus líderes
- 4CC Aprovechar las herramientas de participación ciudadana
- 4DD Construir normativas internas con respecto al consumo de alcohol, manejo de información, horarios, etc.

## 5. Seguridad durante movilizaciones y acciones de protesta

### ANTES:

- 5A Planificar el objetivo de movilización
- 5B Tener una red de apoyo con aliados estratégicos
- 5C Delegar responsabilidades en seguridad, salud y registro audiovisual
- 5D No exponer a las personas, ni dejarlas solas
- 5F No romper la unidad del grupo
- 5N Comunicar que hay mujeres y niños en la movilización
- 5K Llevar vinagre para neutralizar el efecto de los gases
- 5P Tener organizado el transporte
- 5G Utilizar ropa ligera
- 5H No llevar nada que no se necesite
- 5I Evitar que nos pongan elementos, saliendo sin mochila y ropa sin bolsillos
- 5J Tener en cuenta el viento frente a una agresión con gases lacrimógenos
- 5L Identificar las rutas de salida segura
- 5M Contar con brigadas de salud
- 5O Pensar en comunicación segura
- 5Q Tener grupos de 4-5 personas como puntos de referencia
- 5E Dividir la atención de la policía para que no nos puedan encerrar



### DURANTE:

- 5R Cuando piden registro, lo hacemos nosotros mismos
- 5S Evitar que la Fuerza Pública aisle a las personas
- 5T Estar atento a posibles infiltrados
- 5U Hacer registros fotográficos y de video
- 5V Evitar que ingresen terceros a nuestra protesta
- 5W Se puede pensar en intercambios entre detenidos y miembros de la Fuerza Pública

### DESPUÉS:

- 5X Buscar una salida segura del lugar
- 5Y Hacer una evaluación de la movilización, mirar si estamos todos





## Protocolo de reacción

**A** pesar de las medidas de prevención y de protección adoptadas, las personas de la comunidad y organización pueden verse envueltas 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?  
¿Quiénes son?  
¿Cómo y dónde están?  
¿Hay daños materiales?  
¿Hay necesidades específicas?*

Cuando pasa algún incidente de seguridad, informa a una persona que sepa

cómo reaccionar ante esos hechos. Luego realiza un pedido de apoyo o de reacción inmediata que sea fácil de entender. Algunas peticiones pueden incluir presencia de un abogado, presencia masiva de personas y entidades de derechos humanos para repeler o contener una agresión armada o requerir la identificación de personas sospechosas.

### **1** En caso de seguimiento:

**1A** | Cambiar de ruta.

**1B** | Ingresar a sitios concurridos o que tienen múltiples entradas como centros comerciales o iglesias.

**1C** | Tomar un vehículo.

**1D** | Tener la precaución de NO quedarse frente al sitio de destino mientras le siguen.

**1E** | Informar de inmediato a una persona de confianza. Tomar información de quien lo sigue o vigila. (descripción, vestimenta, placas de vehículo, etc.).

**1F** | Si encuentra un lugar seguro intente fotografiar a la(s) persona (s) que lo siguen o vigilan.

**1G** | Solicitar a una persona de confianza observar las zonas aledañas ANTES de abandonar el lugar donde se encuentra.

**1H** | Salir y movilizarse acompañado hasta un sitio seguro, evitando salidas innecesarias.

**1I** | Evaluar la posibilidad de suspender - aplazar la actividad que tiene prevista.

## **2** En caso de retén o bloqueo policial:

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.

**2A** | 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.

**2B** | No intente evadir el retén.

**2C** | Permanezca dentro del vehículo en el que se transporta mientras no exista una orden explícita para bajarse de él.

**2D** | 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).

**2E** | 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.

**2F** | 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.

**2G** | Si es posible comuníquese con alguna persona de referencia antes de llegar al retén.

**2H** | Si considera que puede ser observado no haga ningún movimiento que aumente el riesgo. Respire profundo y espere.

**2I** | Facilite la revisión del vehículo, o la suya sólo si así se lo indican. Supervise la revisión para verificar que no introducen objetos extraños.

**2J** | Si solicitan documentos de identidad, trate de no entregarlo, salvo que se trate de una orden explícita.

**2K** | Si le impiden el paso, regrese por el mismo camino por el cual llegó. No intente pasar o constatar lo que hubiere ocurrido.

**2L** | Evalúe la posibilidad de suspender o aplazar la actividad en terreno y regresar al sitio de salida.

## **3** En caso de retención:

La retención es la acción que obstaculiza la libre circulación de una persona contra su voluntad por un tiempo indefinido por personas que no tienen una facultad legal de realizarla.

**3A** | Evite la angustia, recuerde manejar la tranquilidad en su respiración.

**3B** | Acoja las recomendaciones dadas para el caso de retén.

**3C** | Ante el anuncio de una retención, recuerde que **lo más probable** es que requieran información más detallada sobre la organización o comunidad.

**3D** | 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.

**3E** | Ejercite la paciencia y transmita tranquilidad durante la retención.

#### **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:

**4A** | Exigir la orden judicial.

**4B** | No acceder a ser llevado a bases militares o instalaciones de la policía, sino que se lo llevan de forma inmediata ante un juez para legalizar la captura.

**4C** | En cuanto le sea posible informe a una persona de referencia sobre la situación. Recuerde que en caso de ser una detención legal usted **tiene derecho** a realizar una llamada y debe ser garantizado el debido proceso.

**4D** | Cuando establezca comunicación, brinde información precisa en términos de lugar donde están sucediendo los hechos, autoridad que realiza la detención, cargo que se le imputa y lugar al que será trasladado.

**4E** | No se fie de ofrecimientos de ningún 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.

**4F** | En caso de ser agredido/a debe memorizar la identidad, descripción física o señales particulares del agresor, que faciliten la denuncia posterior.

**4G** | Llame suficientemente la atención sobre la detención, si es necesario grite, haga escándalo. Puede ser que las personas que le están deteniendo busquen su desaparición.

**4H** | 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.

**4I** | 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 pueden comprometerlo/a con conductas delictivas.

**4J** | Revise cuidadosamente qué se firma y deje constancia del trato recibido, si en el acta aparecen cosas que no poseía, manifiéstelo.

**4K** | 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.

**4L** | 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 insista en su derecho a una **Acción de Libertad** (ver anexo 1).

#### **5** En caso de amenaza:

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

**5A** | Absténgase de cualquier confrontación directa con los autores de la amenaza.

**5B** | Si le es posible grave la llamada, el mensaje de voz o de texto.

**5C** | Intente obtener información precisa sobre la demanda que hacen a la institución o a sus funcionarios. Indague si se trata de una medida ocasional, o de una medida transitoria, o definitiva.

**5D** | Evalúe la posibilidad de suspender o aplazar la actividad en terreno y de regresar de inmediato al centro urbano más cercano, previo acuerdo con la persona de referencia de seguridad.

**5E** | Informe de las amenazas a una organización de Derechos Humanos confiable y a la Defensoría del Pueblo.

## **6** En caso de allanamiento:

El allanamiento es el ingreso a un domicilio con fines de investigación: el registro del lugar (búsqueda de objetos o personas relacionadas con el delito) u otro acto procesal (Ej. trabar un embargo, sacar fotografías, etc.). Para esta acción las personas que lo realizan deben contar con una orden judicial escrita que deben mostrar.

Como se trata de una violación a los derechos constitucionales a la inviolabilidad del domicilio y la intimidad, la orden debe emanar de un órgano judicial, mediante resolución escrita, fundada y determinada, tanto en cuanto al domicilio, como en relación al fin perseguido. Excepcionalmente se permite a la policía el allanamiento sin la respectiva orden judicial en casos urgentes:

- emergencias con peligro para la vida de los habitantes o la propiedad;

- si se han visto personas extrañas ingresando con indicios manifiestos de cometer un delito;
- si voces provenientes de una casa o local indicaren que allí se está cometiendo un delito, o pidieran socorro;
- en caso de que se introduzca en una casa o local algún imputado de delito a quien se persiga para su aprehensión.

En caso de presentarse esta situación, se deben seguir los siguientes pasos:

**6A** | Exigir a la autoridad competente la orden judicial de allanamiento.

**6B** | Constatar que las autoridades estén facultadas para ese tipo de diligencias y plenamente identificadas. Conocer las normas legales vigentes al respecto.

**6C** | Avisar inmediatamente a algún miembro de la organización lo que está pasando.

**6D** | Dilatar el allanamiento hasta que llegue otra persona del equipo o de la comunidad para que sea testigo del hecho, NUNCA deje solas a las personas que realizan el allanamiento y tenga cuidado de que no dejen objetos o elementos extraños.

**6E** | Apagar las computadoras si tiene tiempo.

**6F** | En todo caso, es obligatorio que se levante un acta del allanamiento o registro, en la que deberá constar: la identidad de las personas que asisten, los bienes o elementos incautados, el lugar donde fueron encontrados y las circunstancias que ocurrían.

**6G** | Usted está en derecho de 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.

**6H** | Denunciar el hecho, resaltando el incumplimiento de las normas y procedimientos legales vigentes si ha sido el caso.

**6I** | Pedir siempre acompañamiento a la Defensoría/Personería, ONGs de derechos humanos y organizaciones cercanas que se encuentran cerca de la oficina.

## 7 Protocolo de reacción

### 1. En caso de seguimiento

**1A** Cambiar de ruta

**1D** NO quedarse frente al sitio de destino mientras le siguen

**1B** Ingresar a sitios concurridos o que tienen múltiples entradas

**1E** Informar de inmediato a una persona de confianza

**1C** Tomar un vehículo

**1F** Intente fotografiar a la(s) persona(s) que lo siguen o vigilan



**1H** Salir y movilizarse acompañado hasta un sitio seguro

**1G** Una persona debe observar las zonas aledañas ANTES de abandonar el lugar donde se encuentra.

**1I** Evaluar suspender - aplazar la actividad

## 2. En caso de retén o bloqueo policial



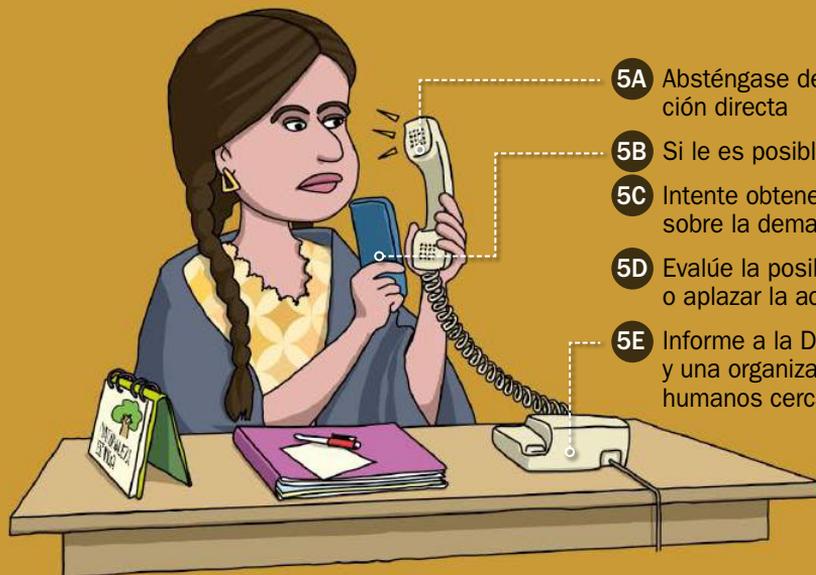
### 3. En caso de retención



### 4. En caso de detención



## 5. En caso de amenaza



- 5A Absténgase de cualquier confrontación directa
- 5B Si le es posible grabe la amenaza
- 5C Intente obtener información precisa sobre la demanda
- 5D Evalúe la posibilidad de suspender o aplazar la actividad
- 5E Informe a la Defensoría del Pueblo y una organización de derechos humanos cercana

## 6. En caso de allanamiento



- 6A Exigir la orden judicial de allanamiento
- 6B Constatar que las autoridades estén facultadas para ese tipo de diligencias y identificadas
- 6C Avisar inmediatamente a los otros miembros
- 6D Dilatar el allanamiento hasta que llegue otra persona, NUNCA deje solos a los que realizan el allanamiento
- 6E Apagar las computadoras
- 6F Es obligatorio que se levante un acta del allanamiento o registro
- 6G Está en derecho de leer el acta de allanamiento antes de proceder a su firma
- 6H Denunciar el hecho por el incumplimiento de las normas si ha sido el caso
- 6I Pedir acompañamiento a la Defensoría/Personería, ONGs de derechos humanos, etc

## Seguimiento a los incidentes de seguridad

Cuando haya pasado algún incidente de seguridad es necesario hacer un análisis posterior del incidente. Este ejercicio debe hacerse de forma colectiva y permite responder a las siguientes preguntas:

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 que 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 detenidos o una demanda contra un militar

involucrado en la desaparición forzada de un integrante de nuestra comunidad implican nuevos riesgos a 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 y ajustes en sus protocolos de seguridad.

### Denuncia Pública y Penal

Una denuncia pública tiene por finalidad comunicar a la opinión pública nacional e internacional, así como a las autoridades del gobierno competentes y a los medios de comunicación, las situaciones violatorias de derechos humanos y/o del derecho internacional humanitario que ya han ocurrido (homicidios, masacres, desplazamientos, torturas, violencia sexual, bombardeos, etc.), con el fin de que se esclarezcan dichas situaciones y se adelanten las investigaciones correspondien-

tes para dar con el paradero y/o sancionar a los responsables. Para la elaboración de una denuncia se puede apoyar en el “Formato de la Acción Urgente” (Anexo 2).

### Acción urgente

La acción urgente es una herramienta utilizada por una o más personas para dar a conocer a la opinión pública nacional e internacional, así como a las autoridades del gobierno competentes y a los medios de comunicación, situaciones violatorias de derechos humanos y/o del derecho internacional humanitario, con el fin de obtener respuestas inmediatas frente a las solicitudes realizadas en dicha Acción.

Se caracterizan porque las situaciones o acontecimientos que se describen, pueden ser prevenidos o contrarrestados (amenazas, hostigamientos, desapariciones forzadas recientes, retenciones, ejecuciones extrajudiciales, posibilidad de que un detenido sea torturado o muera a raíz de una enfermedad no tratada) por la presión obtenida con la oportuna intervención de organismos de carácter internacional (Organizaciones de Derechos Humanos, Grupos de Trabajo sectoriales, Cuerpos diplomáticos y otros Estados), a través del envío de cartas, faxes y mensajes de correo electrónico lo más rápidamente posible a las autoridades. (Ver Anexo 2)

### Acompañamiento psicosocial

*A veces cuando pensamos en la seguridad solo pensamos en las cosas legales, pero también incluye lo más humano, el autocuidado, la integralidad de cómo nos sentimos y cómo se sienten las otras personas.*

La exposición cotidiana a situaciones de miedo y sufrimiento que enfrentan líderes en los territorios, forma parte del contexto heredado de una historia marcada

por la violencia estructural y las distintas expresiones de represión política vivida en nuestros países (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.

Las situaciones de riesgo que afectan a las personas, comunidades y organizaciones les puede hacer sentir miedo a perder la vida, a los seres queridos, a alejarse de lo que aman, a perder los bienes materiales, a expresar lo que piensan o lo que sienten... y en últimas a sentir un miedo cada vez más amplio y en ocasiones más confuso, que logra inmovilizar y aislar a las personas. Entonces, el miedo se convierte en un obstáculo cuando impide que la persona y la organización actúen, no sólo para proteger su vida sino también para hacer frente a situaciones que están atentando contra su dignidad.

Hacer frente al miedo tiene que ver con la posibilidad de tener una mayor claridad de cuál es la situación amenazante, por qué razones se produce y qué objetivos busca. 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 para entenderlo en un marco más amplio, y así favorecer estrategias conjuntas de resistencia que prevengan el aislamiento y la ruptura de las relaciones y vínculos en la organización.

Aquí 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 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 se necesita 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 a fortalecer nuestras redes familiares, sociales y organizativas que garanticen los lazos de solidaridad; en el mismo sentido tenemos que poner suma atención en nuestras convicciones políticas, ideológicas o espirituales, recursos que pueden ayudar en momentos de crisis o riesgo.
7. Es necesario 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 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.

### **Pensando 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 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”, es una persona que va a ponerse en juego y transformará algo de su realidad. Son los cuerpos de la indignación, los que atemorizan al poder, son las personas

lanzadas a transformar con sus manos, sus pies y 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. Por eso desde las luchas feministas contra el extractivismo, se habla de: “defender nuestro cuerpo como primer territorio”.

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 de desgaste emocional, como resultado de la permanente exposición a situaciones que implican sufrimiento, pérdida y vulneración de otros. 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 mismos. El autocuidado implica el reconocimiento legítimo de nuestras necesidades individuales en armonía con la colectividad con la que nos identificamos y compartimos. ¡Quienes defendemos los derechos humanos también tenemos derechos!

*Nuestro trabajo es exigente tiene muchas veces unos retos excesivos y tenemos capacidades limitadas.*

Pensar el autocuidado como una práctica política que fortalece, alimenta y protege las organizaciones y movimientos socia-

les, 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.

Aquí tenemos algunas preguntas orientadoras para reflexionar sobre el tema:

1. ¿Cuántas horas diarias dedico a mi labor como defensor de DDHH o líder 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 mi 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 por qué presento síntomas que afectan el trabajo y calidad de vida?
8. ¿Comparto tiempo en calidad y cantidad con mis seres queridos (familia y amigos)?
9. ¿Siente que el trabajo aumenta sus niveles de estrés o ansiedad?
10. Cuando se presentan situaciones de estrés o riesgo por mi labor, ¿Qué acciones emprendo para mitigarlos?

11. ¿Qué prácticas de autocuidado realizo en mi vida cotidiana?
12. ¿Cuáles 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 la organización?
15. ¿Qué obstáculos y potencialidades identifica para que se puedan desarrollar?

### Algunas herramientas para ayudar al autocuidado del cuerpo

Existen muchas herramientas para recuperar el control sobre nuestro cuerpo en situaciones de stress y de miedo, aquí le mostramos de manera sencilla el manejo de la respiración y la estimulación de puntos energéticos en el cuerpo a través de su presión con la mano o los dedos (digitopuntura).

#### Respiración para la relajación

Para retomar el control sobre el cuerpo a través de la respiración se recomienda el siguiente ejercicio, durante 10-15 minutos:

- Busque una posición cómoda (sentado o echado) y cierre los ojos.
- Antes de empezar el ejercicio de respiración se puede hacer unos movimientos ligeros de forma circular con la cabeza y los hombros para distensionar.
- Ponga la mano izquierda sobre el plexo solar (boca del estómago) y la derecha sobre la barriga.
- Se puede empezar el ejercicio de respiración con una exhalación profunda para sacar todo el aire hasta que no

queda más aire en los pulmones. Muchas veces estamos respirando demasiado rápido en situaciones de stress lo que implica un incremento de oxígeno en la sangre.

- Mantenga los pulmones vacíos durante cinco a diez segundos y empiece a observar la respiración
- Repasar el cuerpo para ver si hay partes que están más tensionadas e intentar relajarlas.
- Comenzar a respirar naturalmente -no profundamente- tomando conciencia de la respiración. Observar si es rápida o lenta, si es profunda o superficial, etc. sin juzgar ni hacer nada para cambiarla. De momento sólo observarla.
- Si ve que su mente se distrae, simplemente vuelva a sentir su respiración.
- Una buena relajación comienza enfocándose en la respiración. Ahora inhalar y exhalar un poco más lentamente y con un ritmo regular. Nunca forzar, aunque esté dirigiendo su respiración hágalo sin forzar: amablemente.
- Después de unas inhalaciones y exhalaciones más lentas observar esa pausa que se da al final de la exhalación, justo antes de inhalar. Observar las sensaciones del cuerpo durante esa pausa (no la alargue, deje que sea natural). En esa pausa la relajación es más profunda.
- Finalmente dejar de intervenir en la respiración, dejar que siga su ritmo natural (no profunda), y observe cómo se siente.

#### Estimulación de puntos energéticos en el cuerpo

El sistema nervioso termina en muchos puntos, entre esos en la mano, los pies y la oreja. En la medicina china estos pun-

tos se estimulan con agujas (acupuntura), calor (moxibustión) o presión (digitopuntura). No es necesario conocer todos los puntos con precisión, se pueden estimular en momentos de estrés, cansancio o miedo, las manos, pies y orejas con los dedos pulgares, recorriéndoles y observando los puntos que le duelen más. No se hace con fuerza, sino presionar o realizar movimientos circulares hacia la

izquierda para bajar la energía y hacia la derecha para incrementar la energía en los puntos que usted haya identificado. Se puede tomar este ejercicio con mucha libertad y como una oportunidad para explorar su propio cuerpo, recorrerlo, reconocerlo y agradecerlo. Se puede expandir el ejercicio hacia otras partes del cuerpo, como la cabeza, los brazos y las axilas.

## 8 Seguimiento a los incidentes de seguridad

Cuando haya pasado algún incidente de seguridad es necesario hacer un análisis posterior del incidente y permite responder a las siguientes preguntas:

- 1 ¿Existe un patrón de hechos?
- 2 ¿Cuáles pueden ser los posibles objetivos de los victimarios?
- 3 ¿Cómo valoramos nuestra actuación y que acciones de seguimiento tenemos que hacer?

### Denuncia pública y penal

Tiene por finalidad comunicar a la opinión pública nacional e internacional y a los medios de comunicación, las situaciones violatorias de derechos humanos y/o del derecho internacional humanitario.



## Acción urgente

Es una herramienta para dar a conocer situaciones violatorias de derechos humanos y/o del derecho internacional humanitario, con el fin de obtener respuestas inmediatas a través del envío de cartas, faxes y mensajes de correo electrónico lo más rápidamente posible a las autoridades.



## Acompañamiento psicosocial

La seguridad también incluye lo más humano, el autocuidado, la integralidad de cómo nos sentimos y cómo se sienten las otras personas.

Aquí algunos mecanismos para procurar mantener o recobrar el control sobre nuestros pensamientos, sentimientos y acciones.

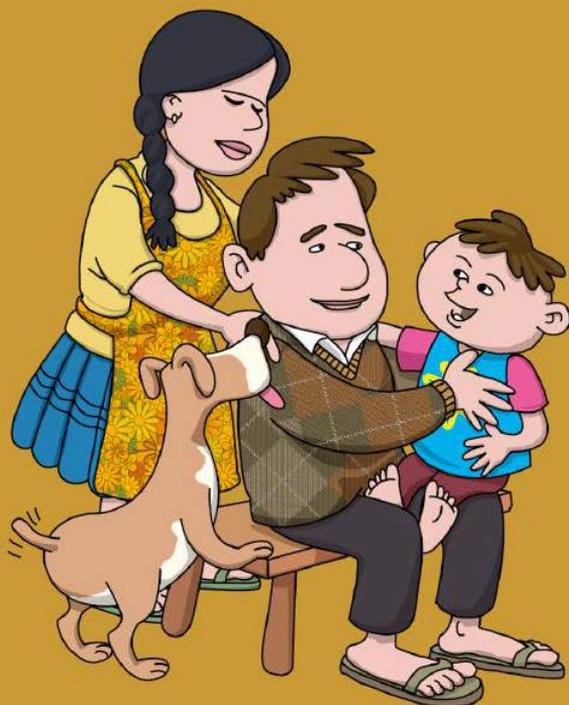


- 1 Hablar de lo que sentimos.
- 2 Reconocer los impactos de la violencia en nuestra emocionalidad.
- 3 No deje la sensación de que “de eso es mejor no hablar”.
- 4 Reconocer que el miedo es absolutamente normal sentirlo en condiciones de riesgo.
- 5 Tener en cuenta que existen mecanismos y recursos que permiten movilizar acciones de su restablecimiento emocional.
- 6 Fortalecer nuestras redes familiares, sociales y organizativas que garanticen los lazos de solidaridad.
- 7 Es necesario identificar los recursos para enfrentar una situación de riesgo.
- 8 Identificar qué nos hace sentir más vulnerables.
- 9 Es importante hablar también de la frustración, la impotencia y la rabia.
- 10 Es importante compartir experiencias para ampliar nuestra gama de respuestas.

## Pensando el autocuidado

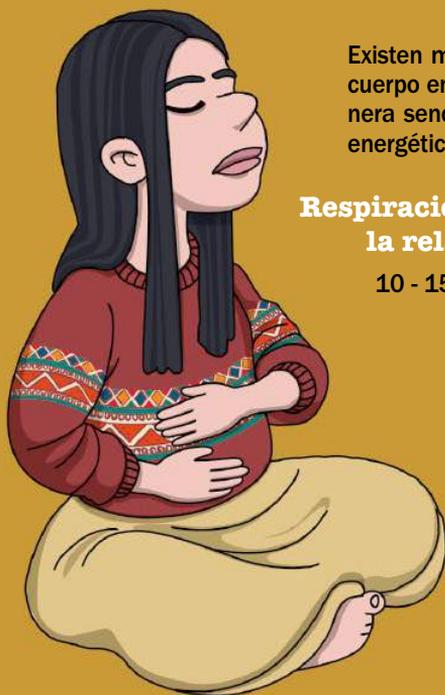
El autocuidado como una práctica política que fortalece, alimenta y protege las organizaciones y movimientos sociales, involucra que en las dinámicas de trabajo y planes de protección y autoprotección se incluyan espacios que fortalezcan los vínculos y lazos solidarios entre sus miembros.

Algunas preguntas orientadoras para reflexionar sobre el tema:



- 1 ¿Cuántas horas diarias dedico a mi labor?
- 2 ¿Cuántas horas en el día o la semana dedico al descanso?
- 3 ¿Dedico tiempo a realizar alguna práctica deportiva o ejercicio?
- 4 ¿Me alimento de manera adecuada?
- 5 ¿Duelmo lo suficiente?
- 6 ¿Cómo es mi nivel de consumo de sustancias relajantes y excitantes?
- 7 ¿Con qué frecuencia voy al médico?
- 8 ¿Comparto tiempo en calidad y cantidad con mis seres queridos?
- 9 ¿Siente que el trabajo aumenta el estrés o ansiedad?
- 10 ¿Qué acciones emprendo para mitigar el estrés o riesgo?
- 11 ¿Qué prácticas de autocuidado realizo?
- 12 ¿Cuáles son los obstáculos para esas prácticas en mi vida?
- 13 ¿Qué condiciones favorecen el autocuidado en mi cotidianidad?
- 14 ¿Existe una política de autocuidado en la organización?
- 15 ¿Qué obstáculos y potencialidades identifica para que se puedan desarrollar?

## Algunas herramientas para ayudar al autocuidado del cuerpo:



Existen muchas herramientas para recuperar el control sobre nuestro cuerpo en situaciones de stress y de miedo, aquí le mostramos de manera sencilla el manejo de la respiración y la estimulación de puntos energéticos en el cuerpo.

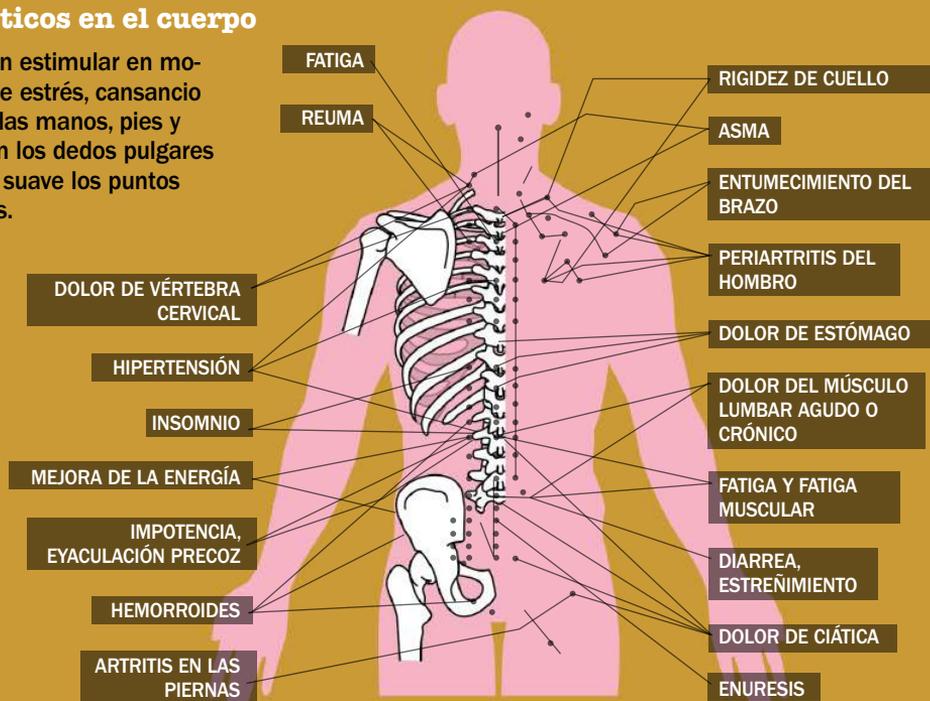
### Respiración para la relajación

10 - 15 minutos:

- Busque una posición cómoda.
- Movimientos ligeros circulares con la cabeza y los hombros para distensionar.
- Mano izquierda sobre el plexo solar y la derecha sobre la barriga.
- Exhalación profunda para sacar todo el aire hasta que no queda más aire en los pulmones.
- Pulmones vacíos durante cinco a diez segundos.
- Intentar relajar las partes tensionadas.
- Respirar naturalmente, no profundamente.
- Si la mente se distrae, vuelva a sentir su respiración.
- Ahora inhalar y exhalar un poco más lentamente y con un ritmo regular.
- Observar las sensaciones del cuerpo al final de la exhalación.
- Dejar que la respiración siga su ritmo natural y observe cómo se siente.

### Estimulación de puntos energéticos en el cuerpo

Se pueden estimular en momentos de estrés, cansancio o miedo, las manos, pies y orejas con los dedos pulgares de forma suave los puntos señalados.



# ANEXOS

## Anexo 1: ACCIÓN DE LIBERTAD

*La Acción de Libertad es la potestad jurídica de una persona individual para pedir ser presentado ante juez para reclamar la tutela a su vida, cese la persecución indebida, se restablezcan las formalidades legales o se restituya su derecho a la libertad: “Artículo 125. Toda persona que considere que su vida está en peligro, que es ilegalmente perseguida, o que es indebidamente procesada o privada de libertad personal, podrá interponer Acción de Libertad y acudir, de manera oral o escrita, por sí o por cualquiera a su nombre y sin ninguna formalidad procesal, ante cualquier juez o tribunal competente en materia penal, y solicitará que se guarde tutela a su vida, cese la persecución indebida, se restablezcan las formalidades legales o se restituya su derecho a 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 juez o tribunal competente en materia penal. Una solicitud de Acción de Libertad deberá resolverse dentro de 24 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 ninguna formalidad o autenticación e incluso puede ser presentada de forma verbal.

### REQUISITOS PARA LA ACCIÓN

La acción deberá contener al menos:

1. Nombre, apellido y generales de quien interpone la acción o de su representante legal, acompañando en este último caso, la documentación que acredite su personería. En el caso de terceras personas que tengan interés legítimo, deberán acreditar el interés alegado. Además, deberá indicarse la dirección de un correo electrónico u otro medio alternativo de comunicación inmediata.
2. Nombre y domicilio contra quien se dirige la acción, o los datos básicos para identificarla o identificarlo, así como, en el caso de que se conozca, el lugar dónde pueda ser notificada o notificado.

3. Patrocinio de abogado cuando corresponda, o en su caso la solicitud de defensor público.
4. Relación de los hechos.
5. Identificación de los derechos o garantías que se consideren vulnerados.
6. Solicitud, en su caso, de medidas cautelares.
7. Las pruebas que tenga en su poder o señalamiento del lugar donde se encuentren.
8. Petición.

### Modelo Acción de Libertad

Ciudad y fecha .....

Señor: .....

Yo ....., identificado con la cédula N° .....  
expedida en ....., acudo a ustedes en ejercicio del derecho de  
Acción de Libertad por considerar que me encuentro ilegalmente privado de  
mi libertad, o que ..... se encuentra injustamente  
privado de su 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. Asimismo 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 cuando empezaron dichas operaciones.

Señalar si las operaciones militares han sido precedidas de 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, pues se repite en cada formato.
- e) **Peticiones:** En este sentido hay que ser lo suficientemente claros, ya que estas serán las pautas para el respaldo que realicen las demás organizaciones frente a las autoridades estatales. Estas varían de acuerdo con el caso.
- f) **Establecimiento de responsabilidad por parte del Estado.** Para enfatizar el papel de protección que tiene el Estado Boliviano se puede incluir 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 Constitución Política del Estado 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 del Estado, Vicepresidente del Estado, Ministerio de Defensa, Ministerio del Interior, Procuraduría General del Estado, Fiscalía General del Estado, Unidad de Derechos Humanos y de Derecho Internacional Humanitario, Defensor del Pueblo, Unidad de Derechos Humanos e Interculturalidad en las Fuerzas Armadas, etc.. 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.



# Protección y autoprotección

PARA COMUNIDADES  
EN RESISTENCIA  
AL EXTRACTIVISMO



En este libro se recogen algunas lecciones aprendidas sobre las formas de amenaza contra la seguridad de comunidades y personas defensoras de derechos y estrategias de protección y seguridad colectiva frente a éstas. Son aprendizajes que se vienen generando por comunidades y organizaciones en países de Latinoamérica y en Bolivia, a partir de reflexiones sobre lo que sucede en comunidades afectadas por actividades extractivas y las acciones que se desarrollan para proteger y defender nuestros territorios y nuestros derechos. Aquí no encontrarás una sistematización de acciones pasivas de resistencia al extractivismo, sino reflexiones que se adentran creativamente a plantear alternativas que fortalezcan nuestras comunidades y organizaciones. Recordando que las estrategias y acciones de protección involucran dinámicas que refuercen la organización y las redes que se vienen tejiendo entre las organizaciones defensoras de los territorios.

