

Prevención de Violaciones

Por Luis Rivera



Los asaltos sexuales o violaciones son los crímenes más comunes en el mundo. Estados Unidos es el país con la mayor cantidad de incidentes. Una de cada cuatro mujeres universitarias ha sido violada o ha sido víctima de un atentado. Las estadísticas indican que una *mujer es violada cada minuto*. Se estima que ocurren un promedio de 1,871 violaciones diarias de las cuales el 85 % no son reportados a las autoridades. También se estima que el número de violaciones en los EU puede alcanzar un total de 500,000 por año. Estos actos de violencia son efectuados contra mujeres de todas las edades—ninguna mujer es muy joven para un violador, la realidad es que tres de cada cinco violaciones ocurren contra mujeres menores de 18 años, mientras que tres

de cada diez víctimas son menores de 11 años de edad. Está demostrado que de todos los incidentes, 22 % son cometidos por personas extrañas, el restante 78 % son por amistades, conocidos o miembros de la familia. La mayor parte de las ocasiones el ataque toma lugar en una residencia y no en lugares como parques, callejones etc.

Según mencionado, estos actos de violencia no son comúnmente reportados a las autoridades. De acuerdo a las víctimas la razón para no reportarlo son las siguientes; no se puede hacer nada (43%), es un asunto privado (27%), miedo a como las autoridades responderán (12%), o no es suficientemente importante (12%). Para la víctima, los resultados de estos incidentes no se limitan a los efectos físicos. El 31% de las mujeres que sufre este tipo de trauma desarrollan problemas psicológicos. Una mujer que ha sido violada tiene una probabilidad de 8.7 veces mayor de cometer suicidio que víctimas de otros tipos de crímenes.

Si usted es la víctima de una violación... Repórtelo inmediatamente!

Los Doce Mandamientos Para Prevenir Asaltos Sexuales

1. Manténgase alerta y conciente de sus alrededores.
2. Cualquier hombre es un posible violador.
3. Familiares y conocidos tienen mayor posibilidad de ser violadores.
4. Presente una imagen de confianza y seguridad es el mayor arma de prevención (no sea percibida como una persona insegura o como víctima fácil).
5. El consumo excesivo de alcohol es un factor el cual contribuye a las violaciones.

6. Usted tiene el derecho de vestirse tan provocativamente como quiera, beber todo lo que quiera, y de ir al lugar que usted guste con las personas que usted prefiera. Ahora, toda la atención extra que recibirá la convertirá en una buena candidata para una violación o asalto sexual.
7. Viaje acompañada.
8. Si usted se siente enferma llame a la Policía, o a una persona de confianza. Confíe en sus instintos, si una persona no inspira confianza, mantenga su distancia.
9. Use áreas bien iluminadas. Violadores las detestan, ellos no quieren ser reconocidos u observados.
10. Frecuente lugares bien pobladas, los violadores no actuarán en lugares donde puedan haber testigos.
11. Si es atacada haga ruidos lo mas alto posible (grite) y escape del asaltante lo mas rápidamente posible.
12. La decisión de resistir un ataque es una decisión personal la cual nadie puede juzgar. Cada situación es distinta y es posible que en dicho caso el resistir no sea el mejor curso de acción. Su vida depende de esta decisión, y es importante reconocer que una mujer puede sobrevivir un ataque o violación. El sobrevivir es la consideración primordial, ahora, si usted es violada **“Repórtelo Inmediatamente.”**

Estar Alerta a la Situación, Vigilancia y Seguridad

(En la residencia, en el vehículo, y en la calle)

Estar alerta a la situación equivale a estar conciente de los alrededores y el tomar acciones apropiadas en caso de peligro o amenaza. Observe sus alrededores y las personas que le rodean. Es necesario entender que un violador no tiene una cara con facciones que lo distinguen de los demás—no tiene una cara diabólica o una marca que lo identifica como tal—un violador es una persona común y corriente en la calle, aunque siempre buscando víctimas.

Esto nos lleva al *primer punto de enseñanza*: ¡No aparente ser vulnerable! Su apariencia física y sus actos dice mucho de usted que cualquier otra cosa. Si usted fuese a seleccionar entre una persona que aparenta tener confianza y seguridad u otra que aparenta ser débil, frágil o vulnerable ¿Cuál usted atacaría? Un bandido siempre escoge la persona débil o presa fácil. Aunque esta no es una razón determinante, para la mayoría de los casos, esto puede protegerle de un ataque.

Segundo punto de enseñanza: Si usted sospecha que alguien la esta siguiendo o vigilando, busque refugio en un lugar seguro como estaciones de policía, edificios gubernamentales, u hospitales. Si no encuentra policías en el área, indíquele a personal de seguridad para que estos hagan la gestión. Es recomendable que antes de dirigirse a su vehículo tenga las llaves en mano. Si usted esta de compras, es preferible que utilice un carrito para transportar sus artículos, de esta forma no habrá nada que le interrumpa el observar cualquiera amenaza o anormalidad en el área. Mire dentro del vehículo antes de entrar y mantenga las ventanas y puertas cerradas con seguro. . Es importante el mantener como mínimo ¼ de combustible en el tanque de gasolina de su vehículo.

Si usted necesita abrir las ventanas del vehículo para ventilar el vehículo o intercambiar documentos, etc., ábralas solamente lo suficiente para servir el propósito. Si alguien logra entrar al vehículo, desaloje inmediatamente el vehículo y corra a un lugar seguro o concurrido. En la carretera, no pare a recoger o asistir a personas extrañas. Si usted siente la necesidad de ser un buen samaritano, llame al 9-1-1 y reporte la situación o el problema, deje que los profesionales hagan su trabajo.

El detectar si usted esta siendo perseguido—mientras camina, o en un vehículo—no es tan difícil como parece. Hay muchas alternativas posibles en cuanto a este respecto. El espía Norte Americano *Johnny Walker*, Oficial Naval acusado y convicto por espiar por parte de los soviéticos, le pidió entrenamiento de contra-vigilancia a sus conexiones Rusas, a lo que le recomendaron que leyera el libro escrito por Robin Moore, *The French Connection*. Este libro esta basado en la confiscación más grande de drogas ilegales en 1962. En 1971 el director, William Friedkin produjo la versión cinematográfica del libro. Ambos, el libro y la película ilustran claramente técnicas de detección de vigilancia las cuales solo requieren sentido común.

En la película *The French Connection*, dos agentes de la policía persiguen a “Alain Charnier” en Manhattan, NY. “Charnier” casualmente camina por el área *admirando las vitrinas*. Hace algunas paradas a lo largo de la ruta, entrando a la floristería “Rolando Maia Flowers” y luego continúa caminando hacia el tren subterráneo. Entra a *Grand Central Station* y compra algo de comer en uno de los establecimientos de la estación.

Razonemos las acciones de Charnier durante su caminata por Manhattan. El hizo múltiples paradas normales que utilizo para su beneficio. Al parar ante las vitrinas; Charnier usó la reflexión de los cristales para observar las personas en el área sin levantar sospechas. Cuando Charnier entró a la floristería y cuando compró algo de tomar en la estación de trenes, estaba observando y estudiando a las personas y los alrededores, el pudo observar los que llegaron al lugar al mismo tiempo que el y un poco después. Estas acciones le permitieron observar, no tan solo las personas, pero también su comportamiento —los victimarios suelen exhibir acciones tales como mirar intensamente y cambiar la vista rápidamente cuando uno los mira. En la floristería el pudo observar la reacción de los policías cuando el salió del local. Pudo determinar sin duda alguna que estaba siendo seguido. Básicamente, el estar alerta de los alrededores combinado con un poco de ingenio, facilitará la detección de personas con malas intenciones o criminales.

El detectar si alguien lo está siguiendo en vehículos también puede ser determinado durante el transcurso de las rutinas diarias. Por ejemplo, si usted hace una parada en la repostería o panadería camino a su casa, usted puede detectar acciones sospechosas de otros vehículos que arriban al mismo tiempo que usted al lugar y aquellos que llegan un poco mas tarde. A lo largo de la ruta observe las acciones de los otros vehículos cuando estos volteen, en las luces de tráfico, viradas en “U,” y demás. La observación de estas acciones le facilitará el determinar si está siendo seguido.

No hay duda de que algunos de estos encuentros puedan ser coincidencia. Pero si usted sospecha que las actividades que ha detectado son vigilancia, éstas deben ser

reportadas a las autoridades inmediatamente. No le de un segundo vistazo a la situación, pues este puede ser un agresor en potencial.

Otros miembros de la familia también pueden contribuir a detectar estos criminales. *En el camino a casa*, llame a un familiar, haga que esta persona mire por la ventana al mismo tiempo que usted se aproxima al lugar. Haga que observen las actividades de cualquier vehículo que arribe al área al mismo tiempo que usted o minutos más tarde. Estas acciones son también aplicables al partir de su hogar o al llegar a su destino.

En su hogar, mantenga las puertas y ventanas cerradas al igual que las cortinas. Esto le hará difícil a personas ajenas el determinar si usted está sola en la casa. El tener un lente en la puerta de entrada (pip-hole) es una buena idea. Lo mismo con tener múltiples cerraduras u otros artefactos para asegurar y reforzar las puertas. Mantenga las áreas fuera de la casa iluminada durante la noche y no deje que los niños contesten los teléfonos o las puertas. No esconda las llaves fuera de la casa. Si usted sale y necesita que alguien mantenga las llaves, utilice a una persona confiable. Haga que sus vecinos le prendan las luces del exterior de su casa durante las horas nocturnas, y que saquen la basura durante los días de recogido. Es buena idea el mantener la televisión conectada a un interruptor automático, de esta manera se le hará más difícil a personas ajenas el determinar si la casa esta desocupada. Instale máquinas automáticas para contestar el teléfono con una voz masculina no automática.

Maniobras Psicológicas de Escape

Las mujeres son generalmente más débiles que los hombres, por esa razón necesitan utilizar una forma de fuerza diferente—su inteligencia. Un gran número de mujeres han escapado de sus violadores por medio del uso de su intelecto. Ya que la mayoría de los asaltos sexuales son cometidos por personas conocidas, estas maniobras psicológicas son más efectivas en estas circunstancias.

Ejemplos:

1. Dígale al bandido que usted tiene SIDA, ese es su secreto.
2. Que usted está embarazada y que teme que el tener sexo le afecte al feto.
3. Proponga una reunión mas tarde o en otra fecha.
4. Explique que los niños pueden despertarse o que está esperando la llegada de familiares o conocidos.



5. Sugiera cambio de ubicación; esto le proveerá mas tiempo para que la persona para que reflexione.
6. Nunca lo amenace con ir a las autoridades. Al contrario, dígame que si la deja ir, usted olvidará que el evento tomó lugar.

El Limite Es Su Imaginación

Es importante el entender que los resultados de estas maniobras no garantizan nada. Ahora, usted no sabrá si trabajan a menos que las trate.

“Haga Lo Que Tenga Que Hacer Para Sobrevivir”
Aunque Esto Signifique Acceder Al Acto!!!

Armas

Es importante el comprender que todas las técnicas de prevención en el mundo tal vez no trabajen. Por esta razón, es bien importante el estar preparado para lo peor.

“Si usted se prepara para lo peor, todo lo demás es menos complicado.”

El peor de los casos o situación, es que usted tenga que enfrentarse al atacante o violador. Si usted toma la determinación de enfrentársele y resistir, entonces sus acciones deben ser lo suficientemente efectivas para sacarlo de comisión y facilitar su escape. Ya mencionamos que las mujeres son físicamente más débiles que la mayoría de los hombres y que por eso deben utilizar una forma diferente de poder: *“su inteligencia.”* Usted debe de considerar lo siguiente si va a balancear la situación:

Bocinas o silbatos: estos artefactos son recomendados, pero no son lo suficiente violentos como para intimidar a un atacante. Estos trabajan mejor cuando son combinados con otros que causen dolor y daños físicos al atacante.

Armas no-mortales o armas blancas irritantes: como *mace* y *pimiento* o armas especialmente diseñadas para propósitos de defensa por ejemplo el *llavero del viajero—Travel Wrench Key Ring*—son altamente recomendados. El *llavero del viajero* fue inventado por *“Mr. Kelly S. Worden.”* Este fue inspirado por el cuchillo de pelea *“Barrio Knife”* utilizado en las artes marciales de las islas Filipinas e Indonesia. Pero la llave se puede llevar a lugares donde los cuchillos son restringidos y su efecto es tan destructivo como el del cuchillo.



Travel Wrench Key Ring

Otro tipo de armas son cuchillos pequeños o de bolsillo. Ahora, estos cuchillos no se pueden llevar a lugares donde son restringidos como aeropuertos o donde requiera pasar por detector de metales, etc. Es importante saber que las tarjetas plásticas como las tarjetas de crédito se pueden utilizar como armas cortantes con la misma efectividad si estas fueran utilizadas en áreas vitales como la garganta, los ojos o el cuello. Peines, cepillos, espejos de compacto y las antenas de los teléfonos celulares son otros ejemplos de artefactos comunes que pueden ser utilizados como armas.

Claro, que para poder utilizar estos artefactos primero tenemos que tenerlos a la mano. Por esta razón es importante el saber como utilizar las armas naturales del cuerpo humano. Un golpe lo suficientemente fuerte en los puntos vulnerables del cuerpo pueden ser tan efectivos como las armas anteriormente mencionadas—es su vida la que está defendiendo—por eso cada golpe debe ser dado con la intención de causar daño al atacante, recordando que el atacante nunca tiene buenas intenciones en mente. Los siguientes son algunos de los puntos vitales del cuerpo:

- | | | | |
|------------|----------------|--------------------|--------------------|
| 1. Sienes | 6. Cuello | 11. Riñones | 16. Muslo interior |
| 2. Ojos | 7. Clavícula | 12. Hígado | 17. Rodillas |
| 3. Nariz | 8. Corazón | 13. Caderas | 18. Pantorrillas |
| 4. Quijada | 9. Plexo-Solar | 14. Ingle | 19. Espinillas |
| 5. Oídos | 10. Costillas | 15. Muslo-exterior | 20. Tobillo |

Ejemplos de golpes defensivos:



El atacante agarra la victima por el cuello.



La victima agarra las muñecas, aplica presión hacia abajo y pateo al atacante entre las piernas



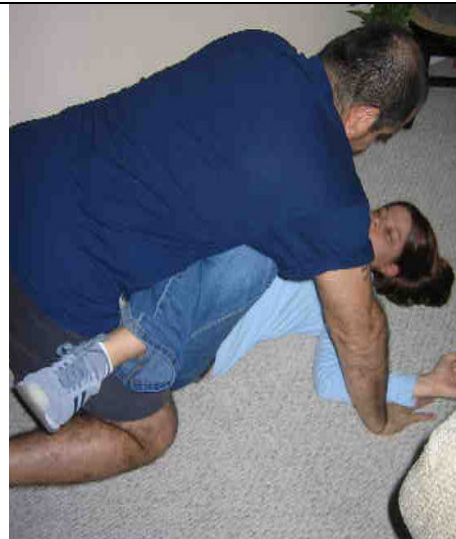
La victima mueve la cabeza hacia abajo y fuera del agarre y mueve su cuerpo en la misma dirección



Ella ataca la rodilla del asaltante y sale corriendo del área gritando y pidiendo auxilio lo mas alto posible



El asaltante tira la victima al suelo y la trata de estrangular



La victima remueve el agarre del cuello empujando su brazo con las manos



La víctima agarra la muñeca derecha del asaltante con su mano izquierda. Simultáneamente atrapando el brazo sobre el hombro y agarrando su propia muñeca (del brazo izquierdo) aplicando presión hacia la cabeza y dislocando el hombro

El propósito de este artículo es proveer información y educar al público en como disminuir las posibilidades de convertirse en una víctima de un asalto sexual. No es la intención del autor el crear un sentido falso de confianza ya que no es posible el garantizar que estas técnicas e información eliminen completamente la posibilidad de ser atacada o violada por un criminal determinado.

*Excerpt from the book "Playing Hard to Get; A Guide to Personal Protection against Terrorist and Criminal Acts"
By Luis R. Rivera; Copyrights, Registration Number © TXu-192-456, 8 June 2004*