



ANIMA

PRIMERA AYUDA COMUNITARIA EN SITUACIONES DE VIOLENCIAS DE GÉNERO

Guía de bolsillo

Dirigida a:

Asesores e investigadores comunitarios **para la atención y prevención de las violencias de género** y equipos de campo de Sinergias





ANIMA:

Es un apoyo centrado en la mujer para los casos de violencia de género con **5 tareas sencillas** que permiten tranquilizar y comprender a la persona **para luego activar la ruta comunitaria o hacer el enlace institucional**.

El objetivo de **ANIMA** es brindar apoyo práctico, **ayudando a las personas a atender sus necesidades emocionales y físicas básicas** (por ejemplo agua, información), sin invadir su privacidad.

Los primeros auxilios **ANIMA** ayudan a reducir la **mortalidad** y establecer enlace con recursos de ayuda.

¿Qué significa brindar un apoyo centrado en la mujer?

Significa que el apoyo que demos a esa mujer depende de **lo que ella desee**, siempre evitando aumentar su sufrimiento.

Ese apoyo debe estar basado en:

- Los **recursos y posibilidades con las que cuenta**
- Su derecho **a una vida digna, a la intimidad**, a la información y a la confidencialidad.

Brindar apoyo sin juzgar es la función más importante que usted tiene.



El apoyo de primera línea **ANIMA** comprende **5 tareas sencillas que permiten tranquilizar y comprender a la persona para luego activar la ruta comunitaria** o el enlace institucional:

Atención al escuchar



No juzgar y validar



Informarse de las necesidades y preocupaciones



Mejorar la seguridad



Apoyar



Atención al escuchar:

Escuchar atentamente es la parte principal de una buena comunicación y la base de la primera ayuda.



Propósito de esta tarea: Brindar a la persona la oportunidad de que diga lo que quiera en un entorno seguro y privado y que usted está dispuesto a ayudarla. Esto es importante para la recuperación emocional.

ATENCIÓN AL ESCUCHAR:

- Ser consciente de los **sentimientos que hay detrás** de sus palabras.
- Prestar atención **tanto a lo que ella dice** como a lo que calla.
- **Estar atento a sus gestos.**



- Permanecer al mismo nivel que ella: **lo bastante cerca para mostrar que tiene interés** en su relato, pero lo suficientemente **lejos para que no se sienta invadida.**
- Demostrarle **que comprende como se siente.**

No juzgar y validar:

Validar la experiencia de una persona significa **transmitirle que la está escuchando con atención**, que entiende lo que ella dice y **que le cree sin juicios ni condiciones**.



Propósito de esta tarea: Comunicar a la persona que lo que siente es usual en estos casos, **que puede expresar sus sentimientos sin peligro** y que tiene derecho a vivir sin violencia ni miedo.

N O JUZGAR Y VALIDAR:

Frases que pueden ayudar:

- Usted **no es el/la culpable**.
- Está bien hablar.
- **Podemos ayudarla** (Diga esto sólo si en verdad va a ayudar)
- Lo sucedido **no tiene ninguna justificación** ni excusa.
- Su vida, su salud y **usted valen mucho**.
- Todas las personas **tienen derecho a sentirse a salvo** en casa.
- Me preocupa que esto pueda **estar afectando su salud**.



Informarse sobre las necesidades y preocupaciones:

Las víctimas pueden hablarle de **sus necesidades físicas o de sus emociones**. También pueden manifestar preocupación **por su integridad física o el apoyo social** que necesita.

Propósito de esta tarea: Averiguar lo que es más importante para la persona en ese momento, respetar su voluntad y **responder a sus necesidades**.



INFORMARSE SOBRE LAS NECESIDADES Y PREOCUPACIONES:

Es mejor **repetir lo que dice la persona para verificar** y sopesar el peligro, por ejemplo:

Entonces **¿tú me estás diciendo que cuando salgas de aquí vas a matarte?**

Eso puede ayudar **a que la persona reflexione** sobre lo que está diciendo.

NO la **presione**, dele tiempo para que decida lo que quiere hablar.

NO juzgar

NO regañar

NO contar tu propia historia

NO decirle **cálmese** o **tranquilícese**

NO preguntar **¿por qué?**

Mejorar la seguridad de la persona:

Muchas personas que han sufrido violencia **temen por su integridad o la de personas cercanas.**

Explíquese que generalmente estas situaciones **pueden repetirse, y empeorar.** Es importante **no menospreciar situaciones de peligro.**



Propósito de esta tarea:

Ayudar a evaluar **qué tan peligrosa es su situación** y a hacer **un plan para mejorar su seguridad.**

M EJORAR LA SEGURIDAD DE LA PERSONA:

Evaluando el riesgo:

Si la persona conoce y convive con el agresor, **el riesgo de una nueva agresión es alto.**

Si el agresor ha utilizado armas, ha intentado estrangularla, le ha ocasionado otras lesiones físicas graves, y la violencia ha venido en aumento: **¡el riesgo es alto!**

Si la persona teme al agresor y **creo que este puede llegar a matarla o agredirla sexualmente de nuevo: ¡Evalúe con ella si es conveniente que vuelva a su casa!**



VIOLENTÓMETRO

- **LE DICE MENTIRAS**, demuestra celos (**DOERI**) por todo
- **NO LE HABLA**, no contesta cuando usted le pregunta.
- **BUSCA SITUACIONES PARA MANIPULARLA Y CHANTAJEARLA**, la ignora
- **HACE BROMAS**, que la ridiculizan o hieren
- **BUSCA QUE SE SIENTA MENOS, OFENDIENDO Y DESCALIFICANDO**, "Sin mi usted no puede"
- **BUSCA INTIMIDARLA**, la culpa por todo (**SĚRĚŇĀRI-RECLAMO**)
- **CONTROLA TODO LO QUE USTED HACE**, visitas, llamadas.
- **LE PROHIBE USAR CIERTA ROPA**, daña sus cosas personales
- **LA AMENAZA CON PEGARLE**, le prohíbe visitas de familiares y amigos. (**ŇEROIRIRI-HACER DAŇO**)
- **LA EMPUJA**, le jala el cabello, le da cachetadas
- **LA PATEA**, le da puños, la encierra (**GĀMEQUĚĀRI-PELEAS**)
- **LA AMENAZA DE MUERTE; con suicidarse**, si usted no hace lo que él dice, la obliga a tener relaciones sexuales, la viola.
- Acaba **con sus sueños**.
- **LA ASESINA**



Apoyar y brindar información:

Tener a mano un **directorio actualizado** de instituciones.

Entréguele información (repetida y simple) **sobre dónde encontrar ayuda.**

Ayúdele a realizar las **acciones de búsqueda necesarias** como contactar a **personas de confianza.**



Propósito de esta tarea:
Facilitar información y brindar ayuda para que ella sienta que tiene el **control de la situación y que pueden tomar sus propias decisiones.**

APOYAR Y BRINDAR INFORMACIÓN:

RECUERDA

Las redes de apoyo **no siempre son los parientes**. Las personas **a veces no quieren que llamen a su pareja**.

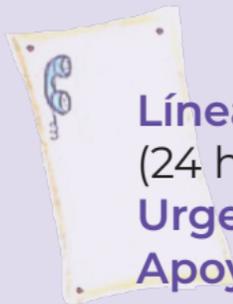
Se le pregunta:

¿A quién quiere que llamemos?



PERSONAS QUE NECESITAN MAYOR APOYO EXPERTO INMEDIATO:

- **Personas con lesiones graves** que ponen en riesgo la vida y **que necesiten atención médica urgente.**
- Personas **que están tan alteradas que no pueden ocuparse de sí mismas** o de sus hijos
- Personas que pueden **hacerse daño a sí mismas.**
- Personas que pueden **hacer daño a otros.**



En MITÚ

Línea púrpura de la policía: Línea 155
(24 horas) Sin minutos

Urgencias hospital San Antonio: 3125103490

Apoyo psicológico: 3026228859

Ruta de Atención por Violencia de Género e Intrafamiliar

tipos de violencia



1

¿Quiénes pueden identificar el caso?



2

¿A dónde puede acudir?



3

ICBF
Cuando hay un
víctima o agresor
MI
TEL: 112

COMISARIA DE FAMILIA
TEL: 310531754
Carrera 20779992

POLICIA
123-155

3



JUSTICIA

4

Polvo Judicial: (el agresor está ocurriendo en el momento) puedes marcar el 123

5

Entidades que intervienen en la atención o la víctima



Comisaría de familia: Estarán prestando sus servicios con el fin de recibir las denuncias relacionadas con las violencias que ocurren en el entorno familiar.

Polvo Judicial: Evento a las comisarías de familia y brinda apoyo a las autoridades competentes, en caso de flagrancia, realiza captura. Si el agresor no vive con usted y le está amenazando por teléfono, u otro medio o está intimidando, llame a los líneas nacionales o locales para que solicite apoyo. Activación de Patrullas a casa bajo la estrategia Mujer, Familia y Género.



Hospital: Brinda tratamiento integral de psicología, medicina y psiquiatría si lo requiere, puedes llamar Minic. 312 3838922. Urgencias: 312 5103490
Caracas: 3209039498 Caracas: 320509955 o acude inmediatamente en cualquier horario.



Secretaría de Salud Municipal: Recibe notificaciones de los casos, notificar los casos a la Secretaría de Salud Departamental.

Secretaría de Salud Departamental: Realiza seguimiento y verificación de los casos.



Secretaría de Salud
Departamental de Vaupés



ANIMA es una herramienta más que puede utilizar la comunidad para cuidar de las personas que están viviendo una situación de crisis por maltrato.



ANIMA se articula y complementa con las curaciones que hace el payé del territorio, la familia, la persona afectada y también del agresor.



Créditos

Equipo técnico Sinergias:

- Daniela Rangel
- Yandrey Mosquera
- Ana Blanco
- Daniela Mejía
- Adelia Prada
- Camila Rodríguez
- Natalia Galán
- Pablo Montoya

Asesoría técnica:

- Marta Dallos

Ilustraciones:

- Vania Valencia

Diagramación:

- Valentina Riveros
- 



Aporte bibliográfico

- Cruz Roja Colombiana, Curso de Primeros Auxilios Psicológicos
- OMS (2012), Primera ayuda psicológica: Guía para trabajadores de campo
- OPS, OMS, ONU Mujeres (2014). Atención de salud para las mujeres que han sufrido violencia de pareja o violencia sexual
- Universidad de Barcelona, Curso de Primeros Auxilios Psicológicos
- OIM, UNHCR, UNFPA y UNICEF. How to provide initial support to survivors of GBV



Con el
acompañamiento de:

