



ESCUELA  
FEMINISTA

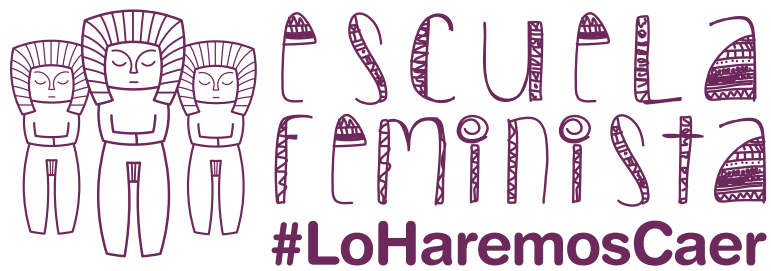
**#LoHaremosCaer**

## Módulo

**Acompañamiento  
Feminista en casos de  
violencia contra las mujeres**

# INDICE

1. Introducción.....	2
2. Acompañamiento feminista en casos de violencia contra las mujeres.....	3
3. Acompañamiento feminista.....	3
4. Breve conceptualización del patriarcado, sus efectos y consecuencias.....	4
5. Breve conceptualización de la violencia de género, consecuencias y efectos.....	5
6. Marco Legal .....	6
7. Contexto ecuatoriano.....	9
8. Acompañamiento a las mujeres en situación de violencia.....	10
9. Escucha activa no directiva.....	10
10. Valoración de riesgo.....	11
10.1 Test SARA.....	12
11. Asesoría a una mujer que ha sido víctima de violencia.....	15
11.1 Algunos indicadores de una crisis pueden ser.....	16
11.2 Para brindar esta información se sugiere tener.....	19
12. Construcción de un plan de acción con cada mujer acompañada.....	20
13. Construcción de un plan de seguridad holística con cada mujer acompañada.....	20



**SURKUNA** es una organización feminista posicionada a nivel nacional e internacional en el litigio, defensa y exigibilidad de los derechos de las mujeres, adolescentes, niñas y niños. Contribuye al cambio de patrones socioculturales, a la transformación de realidades, a las reformas normativas, a la generación de políticas públicas y al fortalecimiento y dinamización del movimiento feminista para la construcción de una sociedad justa e igualitaria que garantice la vida digna de las mujeres, adolescentes, niñas y niños.

En este marco, como parte de una estrategia de fortalecimiento del movimiento de mujeres y feministas en Ecuador, Surkuna invitó a mujeres y personas trans que se reconozcan como feministas y formen parte de una organización, colectiva, plataforma de activismo y defensa de los derechos humanos de las mujeres para formar parte de la **Escuela de Formación Política Feminista “Lo Haremos Caer”**.

La Escuela de Formación Política Feminista tuvo como objetivos:

- Fortalecer a las organizaciones y colectivas feministas a partir de la formación política.
- Fomentar la reflexión desde el feminismo sobre el contexto actual, desde la teoría, la historia y las prácticas feministas.
- Dotar de herramientas prácticas sobre autocuidado, incidencia, acompañamiento, entre otras que permitan a las organizaciones fortalecer su accionar.

Buscamos que esta escuela fomente el debate entre feministas de organizaciones diversas a nivel nacional, sobre el accionar que realizan. Además que, a partir del intercambio de experiencias y la formación política, se aporte a fortalecer el movimiento feminista en el país, en sus distintas expresiones y diversidades.

Al finalizar los módulos, las participantes se comprometieron a realizar réplicas de los módulos compartidos en sus respectivos espacios para el fortalecimiento de sus organizaciones y colectivas. Esto permitirá que las reflexiones y debates se compartan en los espacios organizativos de base para fortalecer a las nuevas generaciones del movimiento feminista en el Ecuador.

# Acompañamiento feminista en casos de violencia contra las mujeres

**La identificación entre mujeres es una fuente de energía,  
una palanca potencial del poder femenino (...)  
Adrienne Rich**

Para las mujeres las violencias patriarcales han sido históricamente un arma de colonización, despojo, explotación y muerte, en las dimensiones públicas y privadas. Estas violencias responden a un sistema patriarcal, capitalista y racista, que se ha desarrollado históricamente generando formas de jerarquización, desigualdad y opresión, de acuerdo a las marcas corporales, pero también a la cantidad de recursos con los que las personas contamos.

La dominación que sufrimos como mujeres se ha estructurado en un sistema denominado sistema patriarcal el mismo que de acuerdo a Gerda Lerner (1986) es "la manifestación e institucionalización del dominio masculino sobre las mujeres y niños/as de la familia y la ampliación de ese dominio sobre las mujeres en la sociedad en general".

El sistema patriarcal, de desarrollo histórico, ha naturalizando la violencia contra las mujeres y su inferioridad como atributos de un estado natural pre-social. Dicha estructura histórica ha convivido con otros sistemas económicos, sociales y políticos, adaptándose a estos y transformándose en el proceso, manteniendo siempre las estructuras fundamentales de opresión.

El patriarcado ha mantenido su poder sobre las mujeres a través de las violencias. Mismas que dejan secuelas en el cuerpo, en las comunidades, en los territorios, en la vida personal y colectiva.

Las mujeres que sobreviven a estas violencias, o las familias que sobreviven al feminicidio de una mujer cercana, se enfrentan a secuelas dolorosas, postraumáticas y de duelo; las cuales son necesarias de entender para poder acompañar procesos de lucha y exigencia de justicia y reparación para las mujeres. Esa misma comprensión de los efectos de la violencia es vital para hacer que el acompañamiento sea una herramienta feminista de construcción de sobrevivencia, reparación y de colectivización y politización del dolor.

El acompañamiento a mujeres sobrevivientes de violencia debe ser una herramienta reparatoria fundamental para lograr trascender el significado de justicia patriarcal, limitada a la cárcel; y así poder generar procesos de transformación personal y colectiva, y de justicia real y efectiva para las mujeres.

## ● Acompañamiento feminista

El acompañamiento feminista frente a la violencia consiste en habilitar la voz de las mujeres para construir conjuntamente con ellas procesos de acceso a la justicia y reparación. Este proceso debe partir de sus realidades concretas, lo que conduce a las mujeres construir agencia en sus vidas y generar procesos que les permitan trascender el ser víctimas y convertirse en sobrevivientes.

El acompañamiento feminista es un proceso transformador, donde la mujer víctima o sobreviviente de violencia juega un rol central, pues sus necesidades, demandas, deseos y vivencias deben ser comprendidas y reflexionadas. El dolor debe ser colectivizado y politizado, transformando la vida de la sobreviviente y sus interrelaciones.

Es fundamental la reciprocidad en el acompañamiento feminista, ya que la única manera de construir relaciones empoderantes que rompan el círculo de violencia es evitando la generación de relaciones de asistencialismo y codependencias tóxicas. Esto requiere de un profundo proceso de escucha, de construcción colectiva y de deconstrucción de la acompañante; quien debe comprender sus propios límites, politizarlos y reflexionar permanentemente sobre su accionar en relación a las mujeres que acompañan.

Para poder acompañar a mujeres en sus procesos de violencia no se requiere únicamente de la buena voluntad de las acompañantes, sino de capacidades técnicas, conocimientos, saberes y herramientas. Por ello, comenzamos este módulo analizando algunos conceptos sobre violencia basada en género y violencia contra las mujeres.

## ● Breve conceptualización del Patriarcado, sus efectos y consecuencias

El patriarcado, según Alda Facio<sup>1</sup>, es un sistema social, político y económico que justifica la dominación sobre la base de una supuesta inferioridad biológica de las mujeres en relación a los hombres. Marcela Lagarde<sup>2</sup> considera que dicho sistema jerarquiza a las personas según sus marcas corporales, justificando y permitiendo la generación de relaciones de poder, violencia de género y el trato no igualitario. El patriarcado, de acuerdo a estas autoras, tiene las siguientes características:

**a.** Es una concepción histórica, no natural. La naturalización de la inferioridad femenina busca un sustento biológico, sin embargo, es importante entender que esta es una construcción sociopolítica realizada en el tiempo y no sigue un orden establecido por la naturaleza.

**b.** Si bien el sistema patriarcal oprime también a los hombres, estos mantienen una jerarquía superior con respecto a las mujeres de su mismo grupo o categoría. La cúspide de la pirámide es otorgada a los hombres blancos, ricos, educados, heterosexuales y sin discapacidades físicas. En esta lógica, una mujer privilegiada por su clase y proveniencia socioeconómica se situará más alto que una mujer de una clase inferior, pero no al mismo nivel que un hombre de su misma clase.

**c.** La violencia patriarcal se sustenta en la diferencia biológica de los sexos, la religión, la ciencia y otras instituciones han cumplido con la tarea de justificar los privilegios de los hombres sobre las mujeres.

**d.** Se sustenta en el dominio de lo masculino sobre lo femenino y el ejercicio del poder por medio de la violencia, especialmente sexual. La violencia sexual ha sido una herramienta que históricamente se ha usado contra culturas y poblaciones, tanto en tiempo de guerra como de paz. Esta violencia tiene como objetivo el cuerpo de las mujeres, espacio y territorio simbólico de conquista.

La categoría patriarcado nos permite entender cómo las sociedades generan desigualdad y discriminación en contra de las mujeres. Dicha estructura se expresa en prácticas, creencias e imaginarios, que generan un trato diferenciado en cuanto a derechos,

---

1. Alda Facio, Feminismo, género y patriarcado, <http://centreantigona.uab.es/docs/articulos/Feminismo,%20g%C3%A9nero%20y%20patriarcado.%20Alda%20Facio.pdf>

2. Marcela Lagarde, Los cautiverios de las Mujeres. UNAM, Mexico, 2003.

oportunidades y responsabilidades entre hombres, mujeres y personas con identidades sexo-genéricas diversas; es central conocer estas manifestaciones para poder analizar la desigualdad de género persistente en ellas.

Igualmente, los sistemas patriarcales se perpetúan a través de patrones socioculturales y estereotipos de género que asientan en el imaginario social creencias y discursos diferenciados en relación a hombres y mujeres, de modo que producen inequidad.

La Corte Interamericana de Derechos Humanos en el caso *González y otras vs México* (más conocido como el caso *Campo Algodonero*) afirma: “el estereotipo de género se refiere a una pre-concepción de atributos o características poseídas o papeles que son o deberían ser ejecutados por hombres y mujeres respectivamente” (*Caso González y otras (“Campo Algodonero”) Vs. México. Excepción Preliminar, Fondo, Reparaciones y Costas. Sentencia de 16 de noviembre de 2009*).

En el caso específico de las mujeres, enfrentan barreras en acceso a la justicia cuando son sobrevivientes de violencias basadas en género, causadas por dichos estereotipos y también por patrones socioculturales machistas, de acuerdo a los cuales son las culpables o provocaron la violencia de la que fueron objeto. Entre las principales barreras que enfrentan las mujeres en el acceso a la justicia se cuentan:

1. La culpabilización
2. La puesta en duda de sus testimonios y declaraciones
3. Juzgamiento en base a prejuicios y estereotipos de cómo es o debe ser una buena mujer
4. Invisibilización y naturalización de la violencia
5. La violencia estructural
6. La falta de debida diligencia investigativa
7. La falta de tutela efectiva, entre otros.

## ● Breve conceptualización de la Violencia de género, consecuencias y efectos

La violencia de género tiene su origen en las relaciones desiguales de poder existentes entre los géneros, con base en los roles y estereotipos de género que han sido asignados socialmente e históricamente de manera diferente a hombres y mujeres. Se basa en la naturalización de la diferencia social en base a marca biológicas, a partir de las cuales se establece qué espacio, trabajo, reconocimiento y participación deben tener hombres y mujeres.

La violencia de género ha provocado la subordinación y la desvalorización de lo femenino frente a lo masculino. Entre formas de expresión y estructuración de esta desigualdad en la práctica cotidiana, también ha generado: la exclusión de las mujeres de los espacios públicos, el establecimiento de la heterosexualidad obligatoria y monógama –como la única forma legítima de relación sexo afectiva–, la idealización de la maternidad como destino manifiesto de las mujeres, entre otras.

Varias cortes penales internacionales, basándose en casos emblemáticos<sup>3</sup>, definen a la violencia de género como: la imposición de cualquier acto de naturaleza sexual contra una o más personas tanto por la fuerza como mediante la amenaza de la fuerza o

3. La Corte Penal Internacional en los casos *Akayesu* (Tribunal Penal Internacional para Ruanda), *Tadic* (Tribunal Penal Internacional para la ex-Yugoslavia), y la Corte Interamericana de Derechos Humanos en los casos *Masacre Plan de Sánchez vs. Guatemala*, *Penal Miguel Castro Castro vs. Perú, J. vs. Perú*, *Espinoza Gonzáles vs. Perú*, *Caso Rosendo Cantú y otra vs. México*.

mediante la coacción causada por el temor a la violencia, la intimidación, la detención, la opresión psicológica o el abuso de poder o aprovechando un entorno de coacción o la incapacidad de esa o esas personas de dar su libre consentimiento.

La Convención Interamericana de Derechos Humanos Belem do Pará establece que violencia contra la mujer es: "cualquier acción o conducta, basada en su género, que cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico a la mujer, tanto en el ámbito público como en el privado. Se entenderá que violencia contra la mujer incluye la violencia física, sexual y psicológica: a. que tenga lugar dentro de la familia o unidad doméstica o en cualquier otra relación interpersonal, ya sea que el agresor comparta o haya compartido el mismo domicilio que la mujer, y que comprende, entre otros, violación, maltrato y abuso sexual; b. que tenga lugar en la comunidad y sea perpetrada por cualquier persona y que comprende, entre otros, violación, abuso sexual, tortura, trata de personas, prostitución forzada, secuestro y acoso sexual en el lugar de trabajo, así como en instituciones educativas, establecimientos de salud o cualquier otro lugar, y c. que sea perpetrada o tolerada por el Estado o sus agentes, donde quiera que ocurra"<sup>4</sup>.

Todas las cortes e instrumentos internacionales de Derechos Humanos, consideran que lo que define como fenómeno a la violencia de género y hacia las mujeres es que sucede en razón de su género, y de los roles y estereotipos relacionados con la comprensión social del mismo.

En nuestras sociedades existen patrones sociales y culturales que generan actitudes, prácticas y costumbres que ejercen y naturalizan la violencia de género, afectando principalmente a las mujeres, niñas, adolescentes, jóvenes y a personas de diversidad sexual y de género, de todos los estratos sociales y niveles educativos. La forma de expresión más amplia y profunda de la violencia basada en género es la violencia contra las mujeres.

## ● Marco Legal

En Ecuador la violencia contra las mujeres es considerada una violación de derechos humanos fundamentales. La constitución reconoce este tipo de violencia como una forma de violación del derecho a la integridad personal, establecido en el artículo 66 inciso 3.

**Art. 66.-** Se reconoce y garantizará a las personas: (...)2.

3. El derecho a la integridad personal, que incluye:

a) La integridad física, psíquica, moral y sexual.

b) Una vida libre de violencia en el ámbito público y privado. El Estado adoptará las medidas necesarias para prevenir, eliminar y sancionar toda forma de violencia, en especial la ejercida contra las mujeres, niñas, niños y adolescentes, personas adultas mayores, personas con discapacidad y contra toda persona en situación de desventaja o vulnerabilidad; idénticas medidas se tomarán contra la violencia, la esclavitud y la explotación sexual.

c) La prohibición de la tortura, la desaparición forzada y los tratos y penas crueles, inhumanos o degradantes (...)

---

4. Convención de Belem Do Pará. Misión Permanente de El Salvador ante la Organización de los Estados Americanos, Washington, D.C., 1995.  
[https://www.oas.org/dil/esp/Convencion\\_Belem\\_do\\_Para.pdf](https://www.oas.org/dil/esp/Convencion_Belem_do_Para.pdf)

Así también lo establecen los múltiples tratados internacionales en materia de derechos humanos que ha firmado y ratificado nuestro país. Todos estos reconocen a la violencia contra las mujeres como una violación de los derechos fundamentales de las mujeres y como un atentado contra la vida digna.

TIPO	DOCUMENTOS
RESOLUCIONES, DECLARACIONES Y DOCUMENTOS DE CONFERENCIAS	Declaración y Plataforma de Acción de Beijing - Septiembre de 1995. Cuarta Conferencia Mundial sobre la Mujer - Septiembre de 1995.
TRATADOS INTERNACIONALES	Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW) - Diciembre 1981. Convención Contra la Tortura y Otros Tratos Crueles, Inhumanos, Degradantes o Punitivos – Mayo de 1988.
TRATADOS REGIONALES	Convención Americana de los Derechos Humanos (Pacto de “San José”) - Agosto de 1984. Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia Contra la Mujer (Convención de Belém do Pará) - Junio de 1995.

De acuerdo a nuestra legislación, la violencia contra las mujeres es considerada un importante problema social y de salud pública (artículo 21 de la Ley Orgánica de Salud) que genera una situación de vulnerabilidad, ante la cual el Estado debe tener una acción especializada y prioritaria. Siendo que las mujeres víctimas de violencia de género se consideran parte de los grupos de atención prioritaria (art. 35 de la constitución); y en calidad de víctimas tienen derecho a: acceder a la justicia, tutela judicial efectiva –que implica el acceso a un proceso especial y expedito–, y a ser protegidas por un sistema de protección estatal que garantice la no repetición de la violencia y su no revictimización.

En Ecuador también contamos con la ley para la eliminación de todas las formas de violencia contra las mujeres, la cual plantea la necesidad de la existencia de una política preventiva, de un sistema de protección para las mujeres y de un programa de educación para modificar patrones socioculturales. Define a la violencia de género contra las mujeres como:

**1. Violencia de género contra las mujeres.-** Cualquier acción o conducta basada en su género que cause o no muerte, daño y/o sufrimiento físico, sexual, psicológico, económico o patrimonial, gineco-obstétrico a las mujeres, tanto en el ámbito público como privado.

Y establece como tipos de violencia:

**Art. 10.- Tipos de violencia.** Para efectos de aplicación de la presente Ley y sin perjuicio de lo establecido en los instrumentos internacionales de derechos humanos y en el Código Orgánico Integral Penal y la Ley, se consideran los siguientes tipos de violencia:

**a) Violencia física.-** Todo acto u omisión que produzca o pudiese producir daño o sufrimiento físico, dolor o muerte, así como cualquier otra forma de maltrato o agresión, castigos corporales, que afecte la integridad física, provocando o no



lesiones, ya sean internas, externas o ambas, esto como resultado del uso de la fuerza o de cualquier objeto que se utilice con la intencionalidad de causar daño y de sus consecuencias, sin consideración del tiempo que se requiera para su recuperación.

**b) Violencia psicológica.**- Cualquier acción, omisión o patrón de conducta dirigido a causar daño emocional, disminuir la autoestima, afectar la honra, provocar descrédito, menospreciar la dignidad personal, perturbar, degradar la identidad cultural, expresiones de identidad juvenil o controlar la conducta, el comportamiento, las creencias o las decisiones de una mujer, mediante la humillación, intimidación, encierros, aislamiento, tratamientos forzados o cualquier otro acto que afecte su estabilidad psicológica y emocional.

La violencia psicológica incluye la manipulación emocional, el control mediante mecanismos de vigilancia, el acoso u hostigamiento, toda conducta abusiva y especialmente los comportamientos, palabras, actos, gestos, escritos o mensajes electrónicos dirigidos a perseguir, intimidar, chantajear y vigilar a la mujer, independientemente de su edad o condición y que pueda afectar su estabilidad emocional, dignidad, prestigio, integridad física o psíquica; o, que puedan tener repercusiones negativas respecto de su empleo, en la continuación de estudios escolares o universitarios, en promoción, reconocimiento en el lugar de trabajo o fuera de él. Incluye también las amenazas, el anuncio verbal o con actos, que deriven en un daño físico, psicológico, sexual, laboral o patrimonial, con el fin de intimidar al sujeto de protección de esta Ley.

**c) Violencia sexual.**- Toda acción que implique la vulneración o restricción del derecho a la integridad sexual y a decidir voluntariamente sobre su vida sexual y reproductiva, a través de amenazas, coerción, uso de la fuerza e intimidación, incluyendo la violación dentro del matrimonio o de otras relaciones vinculares y de parentesco, exista o no convivencia, la transmisión intencional de infecciones de transmisión sexual (ITS), así como la prostitución forzada, la trata con fines de explotación sexual, el abuso o acoso sexual, la esterilización forzada y otras prácticas análogas. También es violencia sexual la implicación de niñas y adolescentes en actividades sexuales con un adulto o con cualquier otra persona que se encuentre en situación de ventaja frente a ellas, sea por su edad, por razones de su mayor desarrollo físico o mental, por la relación de parentesco, afectiva o de confianza que lo une a la niña o adolescente, por su ubicación de autoridad o poder; el embarazo temprano en niñas y adolescentes, el matrimonio en edad temprana, la mutilación genital femenina y la utilización de la imagen de las niñas y adolescentes en pornografía.

**d) Violencia económica y patrimonial.**- Es toda acción u omisión que se dirija a ocasionar un menoscabo en los recursos económicos y patrimoniales de las mujeres, incluidos aquellos de la sociedad conyugal y de la sociedad de bienes de las uniones de hecho, a través de:

1. La perturbación de la posesión, tenencia o propiedad de sus bienes muebles o inmuebles;
2. La pérdida, sustracción, destrucción, retención o apropiación indebida de objetos, instrumentos de trabajo, documentos personales, bienes, valores y derechos patrimoniales;
3. La limitación de los recursos económicos destinados a satisfacer sus necesidades o la privación de los medios indispensables para vivir una vida digna; así como la evasión del cumplimiento de sus obligaciones alimentarias;
4. La limitación o control de sus ingresos; y,
5. Percibir un salario menor por igual tarea, dentro de un mismo lugar de trabajo.

**e) Violencia simbólica.**- Es toda conducta que, a través de la producción o reproducción de mensajes, valores, símbolos, íconos, signos e imposiciones de género, sociales, económicas, políticas, culturales y de creencias religiosas, transmiten, reproducen y consolidan relaciones de dominación, exclusión, desigualdad y discriminación, naturalizando la subordinación de las mujeres.

**f) Violencia política.**- Es aquella violencia cometida por una persona o grupo de personas, directa o indirectamente, en contra de las

mujeres que sean candidatas, militantes, electas, designadas o que ejerzan cargos públicos, defensoras de derechos humanos, feministas, lideresas políticas o sociales, o en contra de su familia. Esta violencia se orienta a acortar, suspender, impedir o restringir su accionar o el ejercicio de su cargo, o para inducirla u obligarla a que efectúe en contra de su voluntad una acción o incurra en una omisión, en el cumplimiento de sus funciones, incluida la falta de acceso a bienes públicos u otros recursos para el adecuado cumplimiento de sus funciones.

**g) Violencia gineco-obstétrica.**- Se considera a toda acción u omisión que limite el derecho de las mujeres embarazadas o no, a recibir servicios de salud gineco-obstétricos. Se expresa a través del maltrato, de la imposición de prácticas culturales y científicas no consentidas o la violación del secreto profesional, el abuso de medicalización, y la no establecida en protocolos, guías o normas; las acciones que consideren los procesos naturales de embarazo, parto y posparto como patologías, la esterilización forzada, la pérdida de autonomía y capacidad para decidir libremente sobre sus cuerpos y su sexualidad, impactando negativamente en la calidad de vida y salud sexual y reproductiva de mujeres en toda su diversidad y a lo largo de su vida, cuando esta se realiza con prácticas invasivas o maltrato físico o psicológico.

De igual manera, el Código Orgánico Integral Penal reconoce a la violencia contra las mujeres como una infracción penal. No obstante, los conceptos que tiene esta normativa legal no cumplen con los estándares de tratamiento internacional de la violencia basada en género contra las mujeres. Establece tipos penales ambiguos e inadecuados como el de "violencia contra la mujer y otros miembros del núcleo familiar", que son demasiado amplios en cuanto a sujeto pasivo poniendo en entredicho las relaciones de poder existentes en este tipo de violencia.

Otra formas de violencia de género que también son reconocidas como delitos, en especial la violación, el acoso sexual, estupro, abuso sexual y el femicidio, también tienen problemas normativos de fondo, de dificultad, y de acceso a la justicia para las mujeres. Razón por la cual es fundamental el acompañamiento en los procesos de acceso a la justicia.

## ● Contexto ecuatoriano

En Ecuador, la población femenina representa 50,4% de habitantes; 7,3 millones de personas según el censo del año 2010. En el año 2019 se realizó la Encuesta Nacional de Relaciones Familiares y Violencia de Género<sup>5</sup> dirigida a las mujeres de 15 años de edad o más, a través de sus estadísticas evidencia la magnitud del problema de la violencia contra las mujeres. Seis de cada diez mujeres de 15 a 64 años han sido víctimas de violencia de género en algún momento de su vida, la cuarta parte de ellas han sido víctimas de violencia sexual. Estas cifras no se han modificado desde la anterior encuesta de violencia realizada 7 años atrás.

La violencia basada en género a lo largo de todos los ciclos de vida constituye uno de los más graves problemas estructurales del país, con repercusiones económicas, sociales, políticas y culturales que configuran la reproducción de un modelo basado en relaciones de poder que las subordina, excluye y discrimina.

La violencia de género sobrepasa el 50% en todas las provincias del país. Morona Santiago, Tungurahua y Pichincha son las provincias con los índices más altos; superan el 60%. Les siguen Pastaza, Azuay, Cañar, Zamora Chinchipe, Napo e Imbabura.

5. Instituto Nacional de Estadísticas y Censos – Comisión de Transición al Consejo de Igualdad, Encuesta Nacional de Relaciones Familiares y Violencia de Género contra la Mujer, 2011. [http://www.humanas.org.ec/pdf/Violencia\\_de\\_Genero\\_Ecuador\\_encuesta\\_nacional.pdf](http://www.humanas.org.ec/pdf/Violencia_de_Genero_Ecuador_encuesta_nacional.pdf)

La violencia de género está generalizada en los cinco quintiles de ingreso per cápita del hogar ecuatoriano: la diferencia del quintil 1 (más pobre) y el quintil 5 (más rico) es pequeña: 59,4% en el quintil 1 y 55,6% en el quintil 5. Las clases media y media alta registran los mayores índices de violencia de género: 63,2% en ambos casos. En más de la mitad de los casos, las mujeres violentadas son indígenas y afroecuatorianas: 67,8% y 66,7%, respectivamente. Les siguen las montubias, 62,9%; blancas, 59,7%; y mestizas, 59,1%.

Esto implica que a pesar de la existencia de diversas normativas para la prevención, sanción, eliminación y erradicación de la violencia contra las mujeres. La violencia de género sigue siendo una realidad que vivimos cotidianamente las mujeres. Esto se debe a la ineficacia estatal para implementar las leyes y normativas, las brechas y barreras de acceso a la justicia, la naturalización de la violencia, la existencia de patrones socio-culturales contrarios a los derechos humanos de las mujeres.

## ● **Acompañamiento a las mujeres en situación de violencia**

Existen formas muy diversas de realizar un acompañamiento a las mujeres que han vivido algún tipo de violencia basada en género.

El acompañamiento feminista se diferencia de otras formas de acompañamiento justamente porque pone en el centro a la mujer, sus deseos y aspiraciones. Su intención es que el proceso de acompañamiento y búsqueda de justicia pueda generar las bases para que la mujer pueda reconstruir su proyecto de vida.

En este sentido, el acompañamiento feminista es no directivo y se basa en la escucha activa comprometida, con el objetivo de determinar y construir rutas de acción y protección con las mujeres y para ellas, de acuerdo a sus deseos y realidades.

### ● **Escucha activa no directiva:**

La escucha no directiva es un proceso que permite que la mujer que ha sido víctima de una situación de violencia cuente lo sucedido, sus emociones alrededor de estos hechos, sus temores y sus deseos de acción. Es fundamental prestar atención y concentrarse en lo que la otra persona dice, darle respeto e importancia a sus sentimientos y pensamientos. Generar las circunstancias para que pueda hablar con facilidad y confianza, a través de este tipo de escucha, permite las respuestas emocionales y las respeta. La escucha activa no directiva es un técnica donde es fundamental el lenguaje oral, pero también el lenguaje corporal de la persona. Así, entender los silencios, las posturas, el tono de voz y la fluidez con la que se manifiestan los hechos y sentimientos aporta para que la persona que asesora logre entender el punto de vista de la mujer a la que va a acompañar.

Consiste en un diálogo confidencial y respetuoso entre una persona que tiene capacidades, habilidades y deseos de acompañar a sobrevivientes de violencia y una mujer que ha vivido una situación de violencia. El objetivo de la escucha activa es contener, conocer los detalles de una situación concreta, valorar el riesgo y generar conjuntamente con la mujer un plan de acción y un plan de seguridad para las mujeres.

**Es necesario que el/la asesor/a deje de lado todas aquellas cosas que puedan distraerlo/la en el momento de la asesoría: apagar el celular, cerrar la puerta (si es posible), dejar de lado la libreta de anotaciones. Lo más importante es que el asesor/a mire a la persona y la escuche sin interrumpir, mostrando empatía con la persona que va a acompañar.**

En un proceso de acompañamiento de violencia es importante construir relaciones de confianza, y la escucha activa será la herramienta para hacerlo. Por esta razón es fundamental que cuando nos reunamos con una mujer que ha vivido una situación de violencia y que requiere acompañamiento se cumplan las siguientes consideraciones generales:

- Posibilitar que la mujer exprese sus emociones y pensamientos, escuchando atentamente, respetando sus sentimientos y vivencias.
- Evitar emitir juicios de valor, críticas o consejos.
- No interrumpir, no acosar con preguntas, no cuestionar emociones y sentimientos.
- No interpretar.
- Tratar de no emitir conceptos sin un conocimiento adecuado.
- Tener noción de sus límites personales, tanto en habilidades concretas profesionales, como de sus límites emocionales.
- Tener clara la red con la que cuenta para el acompañamiento de cada caso, en caso de que la organización no cuente con todos los servicios que necesita la mujer se aconseja referirla a otras organizaciones o servicios, por lo cual se recomienda la realización de un mapeo en este sentido.
- Recuerde siempre que toda acción que realice va dirigida a contribuir al empoderamiento y autonomía de la mujer .
- No generar falsas expectativas en la mujer.
- No ofrecer cosas que no puede hacer.
- Expresarse cuando tiene alguna duda, o si hay la necesidad de una nueva atención o de la remisión a un profesional de la materia.

Asimismo, es imprescindible tener claridad de que cada caso es distinto e implica diversos grados de complejidad. Por ello se debe detectar los riesgos en los que se encuentra cada mujer, y que las rutas de acción que se construyan los tengan en cuenta. Esto solo podremos hacerlo si generamos un espacio de confianza para que la mujer pueda hablar con nosotras y en casos de tener preguntas las hacemos de una forma respetuosa y poco intrusiva, explicando siempre a las mujeres la necesidad de conocer la respuesta que buscamos.

## ● Valoración de riesgo

Acompañar a mujeres víctimas de violencia requiere contar con herramientas que nos permitan analizar sus casos y generar rutas de acción y planes de seguridad adecuados para ellas. A continuación conoceremos una herramienta de valoración de riesgos muy útil en casos de violencia por parte de la pareja, la cual nos permitirá valorar el riesgo de una potencial agresión futura; también puede ser útil para casos de violencia intrafamiliar y violencia no íntima, si tenemos información sobre los agresores. Para casos de violencia por parte de extraños y grupos se requerirán otro tipo de herramientas.

En caso de violencia feminicida no es necesaria una valoración de riesgo para establecer que existe una situación de peligro extremo, no obstante la herramienta puede ser útil para indagar en la información que la familia de la mujer asesinada conozca sobre el agresor, con el objetivo de generar un mejor plan de protección y seguridad para ellos.

Una herramienta de valoración de riesgos nos sirve también para evaluar el tipo de acompañamiento que podemos dar frente a una situación de violencia. En caso de que sintamos que la situación nos rebasa emocionalmente o rebasa nuestras capacidades es importante no generar falsas expectativas a las mujeres o referirlas a servicios de mayor especialidad.

Existen múltiples instrumentos de valoración de riesgos, no obstante, por nuestra experiencia recomendamos uno denominado SARA (Spouse Abuse Risk Assessment, por sus siglas en inglés), pues presenta varias facilidades en su implementación.

SARA es un método de valoración del riesgo de violencia de género que se basa en 20 factores, agrupados en 5 secciones. Este método nos permite detectar factores críticos de riesgo de violencia que evidencian claridades sobre la situación que atraviesa cada mujer y la posibilidad de que una conducta violenta se repita, así como muestra variables sobre el nivel de peligrosidad de su agresor.

Las secciones que contiene SARA, son:

**a) Historial de violencia:** numerosos estudios indican que la existencia de una historia anterior de violencia, aunque no esté dirigida contra la pareja, hace mucho más probable que la persona repita la violencia. De igual forma, se ha comprobado que historiales agresivos con terceras personas son factores de riesgo que aumenta la probabilidad de que una agresión de violencia contra las mujeres se repita. El haber atravesado procesos penales anteriores o el incumplimiento de ordenes judiciales de cualquier tipo también son factores que deben considerarse.

**b) Ajusto Psico-social:** esta sección evalúa la existencia de conflictos graves dentro de la pareja, familia, trabajo que puedan constituir situaciones de inestabilidad de la persona. También se evalúa si la persona ha estado sometida a situaciones de violencia durante la infancia o adolescencia, pues las mismas constituyen un factor de riesgo frente a la violencia hacia las mujeres, por la naturalización de este tipo de prácticas. Finalmente, se evalúan las respuestas que la persona ha tenido frente a estas situaciones de estrés o inestabilidad, ya que nos permiten dar cuenta de las habilidades de afrontamiento de una situación de estrés social y personal, y de la probabilidad que tienen estas personas de tomar decisiones inadecuadas en situaciones de conflicto.

**c) Historia de violencia contra las mujeres:** incluye varios ítems relacionados con la violencia hacia parejas anteriores, con las agresiones hacia la mujer a la que estamos acompañando y con la agresión que motiva el acompañamiento. En la misma se pretende evaluar la naturaleza y magnitud de las agresiones anteriores, la frecuencia de estas contra la mujer que acompañamos, las actitudes que acompañan las agresiones, las creencias que justifican la violencia o la naturalizan. Se recomienda que los evaluadores pongan mucha atención a los sentimientos de la víctima, a su lenguaje oral y corporal y a los miedos que manifiesta.

**d) Delito/agresión actual:** hace referencia exclusiva a la agresión denunciada o que se acompaña. Esto en relación con las otras secciones nos permitirá dar cuenta de cambios relevantes existentes en la dinámica de la violencia.

**e) Otras consideraciones:** a sección final no contiene ningún ítem particular o específico. Está disponible para anotar aquellos factores de riesgo no incluidos en la SARA y que estén presentes en un caso concreto y permitan al evaluador decidir qué aspectos del sujeto comportan un alto riesgo de repetición de la violencia. Se deben incluir conductas de acoso anterior, tortura a otras parejas, pertenencia a grupos delincuenciales, entre otras.

El test SARA no se puntúa de una manera común sino que intenta interrelacionar las variables individuales para valorar el riesgo en general. De esta manera, primero se valora la presencia de ítems individuales puntuándolos del 0 al 2, de acuerdo al criterio subjetivo del acompañante en base al diálogo con la mujer, donde 0 = ausente, 1 = por debajo del corte, y 2 = presente. En caso de no disponer de suficiente información para evaluar un ítem se puede prescindir del mismo, teniendo en cuenta la necesidad de valorar la omisión de información dentro de la valoración global final.

Las autoras que diseñaron SARA, y otros investigadores, consideran que la sola presencia de algunos ítems individuales dan cuenta del riesgo, aumentando el mismo de acuerdo al número de ítems individuales que se encuentran. No obstante, el test también contiene ítems críticos, que son aquellos que en determinadas circunstancias para cada caso evaluado adquieren una mayor relevancia en un riesgo inminente de violencia. Es la evaluadora o evaluador quien, de acuerdo a su criterio, califica cuándo un ítem se considera riesgoso y cuándo de alto riesgo. Pues en casos determinados puede haber personas que al cumplir en la evaluación con un solo ítem ya muestran altos riesgos.

Los ítems críticos se codifican utilizando un simple formato de dos puntos: 0 = ausente y 1 = presente.

Al final de la evaluación se realiza un análisis global del riesgo, donde la o el investigador debe tener presente dos factores: 1. la inminencia de riesgo de atacar a la pareja y 2. la inminencia del riesgo de atacar a la pareja.

Con la herramienta SARA el riesgo se codifica con una escala de 3 puntos: 1 = bajo, 2 = moderado y 3 = alto. Si la valoración del riesgo del sujeto concluye que presenta riesgo de dañar o de atacar, el evaluador debe identificar a las posibles víctimas potenciales, notificar a la mujer del análisis y sugerirle cosas que puede hacer para prevenir el riesgo.

<b>Historial de agresiones</b>	<b>Valoración (0-1-2)</b>	<b>I. Crítico (0 o 1)</b>
Violencia contra otros miembros de la familia		
Violencia anterior contra desconocidos		
Violencia contra conocidos no familiares		
Violación de medidas judiciales		
Cometimiento de algún tipo de infracción penal relevante		
<b>Ajuste Psicosocial</b>	<b>Valoración (0-1-2)</b>	<b>I. Crítico (0 o 1)</b>
Problemas recientes en la situación de pareja		

Problemas recientes en el trabajo		
Víctima o testigo de violencia intrafamiliar en la infancia o adolescencia		
Consumo/abuso de drogas		
Consumo/abuso de alcohol		
Ideas o intentos suicidas		
Ideas o intentos homicidas		
Síntomas psicóticos recientes		
Ira, impulsividad conductual		
<b>Historial de violencia contra la pareja</b>	<b>Valoración (0-1-2)</b>	<b>I.Crítico (0 o 1)</b>
Violencia física anterior contra otras mujeres		
Violencia sexual contra parejas anteriores		
Violencia por celos contra parejas anteriores		
Uso de armas contra pareja anteriores		
Amenazas creíbles de muerte anteriores		
Femicidios anteriores		
Violencia física anterior		
Uso de armas en agresiones anteriores		
Amenazas creíbles de muerte anteriores		
Incremento reciente de la frecuencia o gravedad de la agresión		
Violaciones e incumplimientos de órdenes de alejamiento anteriores		
Minimización extrema o negación de la violencia anterior		

Creencias que apoyan la violencia contra las mujeres			
Actitudes que apoyan la violencia contra las mujeres			
<b>Agresión Actual</b>	<b>Valoración (0-1-2)</b>	<b>I.Crítico (0 o 1)</b>	
Violencia física grave			
Violencia sexual grave			
Uso de armas			
Amenazas de asesinato creíble			
Violencia de órdenes de alejamiento			
<b>Otras consideraciones</b>	<b>Valoración (0-1-2)</b>	<b>I.Crítico (0 o 1)</b>	
<b>Resumen de valoración de riesgos</b>	<b>Alto</b>	<b>Medio</b>	<b>Bajo</b>
Riesgo inminente de repetición de violencia contra la mujer			
Riesgo inminente de violencia contra otros miembros del núcleo familiar			

## ● Asesoría a una mujer que ha sido víctima de violencia

Una situación de violencia genera diversos impactos en la vida y en la forma de procesar las emociones que atraviesa una mujer que ha vivido este tipo de eventos. Una situación de violencia siempre se considera una crisis, término que designa cualquier suceso inesperado que produce importantes pérdidas y sensación de pérdida de bienestar y control. El término crisis y el estar en crisis implica una percepción subjetiva de la situación, pues para estar en crisis es fundamental que la persona reconozca que una situación específica le sobrepasa y que requiere ayuda para sobrellevar esta situación.

Puede haber distintos tipos de crisis, de igual manera sus impactos son diferenciados de acuerdo a la persona a la que le afecten. Una situación de crisis genera diversos efectos en las personas dependiendo de su edad, historia personal, familiar, experiencias con acontecimientos angustiantes anteriores, su contexto cultural, social, entre otros factores. Dichos factores hacen que cada persona atraviese de manera distinta una situación y la gravedad de los acontecimientos que experimenta.



Muchas veces las mujeres estarán en situaciones emocionales desbordantes, sobre todo cuando la crisis frente al evento traumático se ha desatado hace poco tiempo. Algo que también puede pasar incluso cuando dicho evento ha ocurrido hace muchos años, pues cuando no se ha realizado un proceso de afrontamiento y procesamiento de la violencia, esta puede desatarse como una crisis mucho tiempo posterior.

Es importante identificar cuando una persona se encuentra en situación de crisis, eso nos permitirá darle contención mediante técnicas y herramientas diseñadas con ese objetivo. Para contener a una persona en crisis no es necesario ser una experta en salud mental sino contar con herramientas que nos permitan comprender lo que sucede y manejarlo. No obstante, es importante después de una contención referir el caso a un o una profesional de salud mental que pueda diagnosticar el tipo de crisis que está atravesando la persona y generar un proceso de sanación en su vida.

### **Algunos indicadores de una crisis pueden ser:**

- Dificultad para tomar decisiones
- Confusión y desorientación
- Falta de concentración
- Dificultad para pensar con claridad
- Incapacidad para recordar órdenes
- Incapacidad para recordar momentos del incidente
- Dificultad para realizar tareas encadenadas
- Sudor excesivo
- Temblores musculares
- Dolor de cabeza
- Mareos
- Falta de coordinación
- Náuseas
- Estomago revuelto
- Dolor de pecho
- Hiperventilación
- Taquicardia
- Insensibilidad
- Agobio
- Shock
- Ansiedad
- Miedo
- Disociación
- Desrealización
- Cólera
- Resentimiento
- Aislamiento o evitación del contacto con otras personas
- Incapacidad para realizar tareas que antes dominaba
- Explosiones emocionales
- Humor excesivo
- Verborrea
- Hiperactividad
- Silencios prolongados

En casos de situaciones de crisis es esencial generar un espacio de diálogo con el objetivo de reducir el estrés causado por el evento traumático. Para esto se debe propiciar seguridad física y emocional transmitiendo calma, tranquilidad y bajando los niveles de activación.

Lo primero que debemos hacer es presentarnos de manera no intrusiva, contar quiénes somos, qué hacemos y cuál es el proceso de acompañamiento que podemos brindar. En lo posible, este diálogo debe suceder en un espacio adecuado y confidencial.

MOMENTO	PASOS CLAVES
<p><b>Bienvenida y presentación</b></p> <p>La bienvenida y presentación son trascendentales para establecer un vínculo que ayude a generar confianza y mayor cercanía.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Salude e identifíquese por su nombre, además indique en breves rasgos cuál es su rol como asesor/a.</li> <li>2. Explique a breves rasgos a qué organización pertenece, qué procesos de acompañamiento realizan.</li> <li>3. Explique en qué consiste la asesoría o acompañamiento que va a brindar</li> <li>4. Señale el tiempo con el que se cuenta para la asesoría o acompañamiento.</li> <li>5. Explique, de manera clara y sencilla, que toda la información compartida durante el proceso es confidencial y privada.</li> </ol>

Permita que la persona hable y le explique los motivos por los que acude a buscar acompañamiento, recuerde que la expresión de emociones es fundamental para poder valorar la situación y generar una estrategia acorde a la misma.

Muchas veces el relato de la situación de violencia puede generar estados emocionales explosivos (llanto descontrolado, desesperación, miedo, rabia), en caso de que se presenten es necesario usar técnicas de contención emocional, así como de técnicas para calmar la ansiedad o para relajar. Es importante no interrumpir la manifestación de las emociones, no hacerlas de menos, no minimizar la situación, ni hacer sentir a la persona como una exagerada, escuchar y generar un entorno de confianza. Lo más importante es hacer sentir a la persona que sus sentimientos son importantes para nosotras, y que estamos justamente para acompañarla.

Se pueden sugerir algunos ejercicios sencillos que combinan un trabajo físico corporal con un trabajo emocional. Esto debe partir siempre del consentimiento de la persona que está siendo acompañada; para esto se debe explicar la técnica, en qué consiste y porqué podría ser útil en el momento, posteriormente debemos preguntarle si se siente cómoda ejecutándola. Algunas de las técnicas que podemos usar son:

<b>Respiración</b>	Se puede pedir a la persona que intente respirar profundo, concentrándose en llenar de aire sus pulmones por la nariz y expulsar el aire por la boca.
<b>Abrazar los dedos</b>	<p>Cuando sientes una emoción fuerte, abraza tu dedo con la otra mano y sostenlo por 2-5 minutos hasta que el nivel de la emoción baje. Por cada dedo existe una conexión de la energía que corresponde a una emoción como los mostramos de la siguiente manera:</p> <p><b>Pulgar:</b> es para las lágrimas, dolor y pena emocional. Agarrarse los dedos no impide las lágrimas o el dolor, pero permite que la energía se mueva hasta que la persona se calma. Agarra el pulgar, respira profundamente y exhala el dolor y la pena que sientes. Agárrate el dedo hasta que sientas un pulsación de energía.</p> <p><b>Índice:</b> es para el miedo, es importante escuchar el miedo como una/o escucharía a un guía. El miedo puede decirnos muchas cosas</p>

sobre vuestro medio ambiente, nuestro bienestar físico y nuestro crecimiento. Es lo que hacemos con el miedo lo que es importante. Si tienes miedo, en vez de paralizarse, agarra tu dedo índice para tomar una decisión sabia en la situación –huir, quedarse o reaccionar. Con el estrés traumático una persona puede sentir pánico continuamente en su cuerpo-mente-espíritu. Usar el dedo índice es una buena manera de aprender a cómo trabajar con el miedo, en vez de ser una víctima del miedo. Mientras te agarras el dedo índice, exhala y deja ir el miedo, e inhala coraje y fuerza de ser.

**Medio:** es para la cólera y la rabia. La cólera es una emoción natural y normal en muchas situaciones. La furia puede dar como resultado la violencia hacia otras o hacia nosotras mismas. La ira reprimida o la negación de nuestras propias profundidades de furia, puede resultar en un comportamiento pasivo-agresivo o en muchos síntomas físicos en el cuerpo que incluyen artritis, úlceras, migrañas y nudos en los músculos de varias partes del cuerpo. Agárrate el dedo del medio, exhale y deja ir toda la furia y la cólera, inhala energía y pasión creativa en tu ser.

**Anular:** es para la ansiedad y el nerviosismo. Como mucha gente inconscientemente juega con sus anulares cuando está afligida y molesta por el constante ruido mental. El anular ayuda a descargar la innecesaria aflicción y ansiedad, guardando la energía para la acción. Respira profundamente y agarra tu anular. Exhala, dejando ir todas las preocupaciones y ansiedad. Inhala con un profundo sentido de paz y seguridad en medio de los problemas de la vida, sabiendo que estas respaldada y cuidada espiritualmente

**Meñique:** es para la autoestima cuando una se siente víctima de las circunstancias. Sujétate el meñique es una manera de controlar los sentimientos de indignidad y baja autoestima. Para dejar de sentirte como víctima es importante primero reconocer lo que se consigue cuando uno se siente de esa manera –atención, lastima, la preocupación de las otras. Situar en un estado de poder y autoestima da muchas recompensas y un verdadero sentido de aprecio ante los ojos de las demás. Agárrate el meñique, respira profundamente, exhala y deja ir la inseguridad y la falta de autoestima.

### **Técnicas para liberación emocional**

#### **Pasos:**

- Pídele a la persona que una sus dedos pulgar, índice y anular en forma triangular
- Con sus dedos en esta posición debe dar de 7 o 9 golpecitos con sus dedos a los puntos de acupresión:
  1. Donde empiezan las dos cejas
  2. Donde terminan las dos cejas
  3. En los pómulos
  4. Debajo de la nariz
  5. En la barbilla
  6. 10 centímetros debajo de la axila
  7. En las clavículas
- Respira profundamente mientras das los toquecitos con los dedos índice y medio en los puntos indicados.

En caso de que no exista una expresión desbordante de emoción o que la misma haya cesado y la mujer se encuentre más calmada es importante retomar la conversación, procurando que la mujer nos pueda contar la situación de violencia que experimentó, o experimente, para que identifiquemos las necesidades y preocupaciones inmediatas a de la mujer.

En base a la identificación de las necesidades y preocupaciones de la mujer se debe brindar información veraz, sin mentir ni generar falsas esperanzas, expectativas o hacer promesas que no se puedan cumplir. Se debe evitar ser auto referencial y procurar que la mujer entienda toda la información que brindamos.

El proceso de asesoría debe centrarse en informar a la mujer sobre las distintas cosas que puede seguir para hacer frente a la situación de violencia basándose en sus necesidades y deseos. Es importante que la información sea lo más clara y completa posible.

**Para poder brindar esta información se sugiere tener:**

1. Rutas claras para denunciar la violencia
2. Red de referencias de servicios psicológicos
3. Contactos de grupos de sobrevivientes
4. Contactos de casas de acogida
5. Contactos de organizaciones de familiares de víctimas de violencia

La asesoría busca conectar y potenciar redes de apoyo, favorecer la generación de condiciones para promover la autonomía en la toma de decisiones frente a la violencia, favorecer procesos de afrontamiento mediante ayuda proactiva y propositiva. Así mismo, busca potenciar la recuperación y la resiliencia, generar un proceso de educación sobre reacciones esperables, factores protectores y factores de riesgo, asesorar sobre estrategias de cuidado y referir a otros profesionales o redes.

En este sentido, es vital que durante la asesoría usted pregunte de forma no invasiva sobre redes y personas de apoyo dentro de la comunidad, familia, grupos de amigas/os, trabajo, y universidad de la víctima. Esto puede servir para la generación de ruta de acción y la construcción de un plan de seguridad. Pero también para calmar la ansiedad de la mujer al ayudarle a visibilizar que existe mucha gente con la que puede contar.

Para promover la autonomía es trascendental que la persona tome sus propias decisiones, priorice los problemas y busque soluciones a los mismos. La idea es propiciar que la persona retome el control de su vida. En este sentido, se convierte en algo importante que el proceso de acompañamiento tenga un cierre adecuado que permita a las personas tomar alguna acción frente a la situación que les preocupa. Por ello, es imprescindible que usted brinde alternativas y permitan que la persona tome la decisión más asertiva para su vida.

En ese mismo orden de pasos vitales, también se debe fortalecer los mecanismos de afrontamiento de las personas, reconduciendo sus pensamientos negativos y conductas evitativas, potenciando estrategias positivas de cuidado y acción. De ese modo podrán sentirse fuertes y recuperar el sentido de control de las circunstancias. Por eso no debe olvidar:

- Informar de las reacciones de estrés esperables (físicas y psicológicas) sin patologizar.
- Normalizar los posibles síntomas y reacciones.
- De ser necesario, dar pautas psicoeducativas (higiene del sueño, relajación, autocuidado).

## ● Construcción de un plan de acción con cada mujer acompañada

Posteriormente al proceso de asesoría, lo ideal es construir un plan de acción conjuntamente con la mujer sobre las cosas que se harán para hacer frente a la situación de violencia.

Dicho plan debe especificar los compromisos de cada persona y los próximos pasos, y debe incluir tanto las redes de la mujer como las referencias a servicios y redes de apoyo que pueda tener la acompañante.

El plan de acción en cada caso debe derivarse del deseo de la mujer, quien debe tener toda la información completa y decidir en base a la misma cuál es la alternativa de acción que más se adapta a su situación y sus deseos. Es muy importante mantener la escucha activa no directiva, no aconsejar, ni hacer juicios morales sobre las estrategias de acción elegidas por la mujer.

Para construir el plan de acción, es fundamental que:

- La mujer tenga claro los escenarios y las opciones legales que tiene a su disposición, y elija uno. El no querer activar una vía jurídica es también una opción válida y que debe respetarse.
- Elija si quiere algún tipo de acompañamiento psicosocial, y tipo de acompañamiento.
- Elija si quiere algún tipo de acompañamiento comunicacional y cuáles serían las características de este acompañamiento.

## ● Construcción de un plan de seguridad holística con cada mujer acompañada

La valorización de los riesgos y la situación en cada caso debe permitirnos construir un plan de seguridad holística, que incluya temas de autocuidado, seguridad informática, seguridad emocional y seguridad física.

En ese sentido, después de realizar una valoración del riesgo y de compartir con la mujer este análisis, es trascendental construir conjuntamente con ella el plan de seguridad, acorde a su situación y sus necesidades específicas. Este debe incluir a sus redes de apoyo.

El plan de seguridad holística requiere de varias acciones, por lo cual es probable que su construcción requiera de más de una sesión de trabajo.