

Guía para el apoyo inicial a usuarias afectadas por la violencia ejercida en relaciones de pareja, que realizan estudiantes de Derecho, del Consultorio Jurídico de la Universidad de Costa Rica

Licda. Marta María Artavia Alpízar
Carné: B20667

2021



UNIVERSIDAD DE
COSTA RICA

EPS

Escuela de
Psicología



Índice

Créditos	2
Contextualización	4
Capítulo 1- Conceptos básicos sobre la violencia ejercida en relaciones de pareja	7
Capítulo 2- Intervención en Crisis y Primeros Auxilios Psicológicos	19
Capítulo 3- Aspectos generales a tomar en cuenta al brindar atención a mujeres afectadas por la violencia en relaciones de pareja.	27
Capítulo 4- Construcción de Planes de Seguridad	35
Referencias Bibliográficas	49
Anexos	50

Créditos

Este material didáctico surge como resultado del proceso realizado por la Bach. Marta María Artavia Alpízar, para fortalecer el servicio de atención brindado a mujeres afectadas por la violencia ejercida en relaciones de pareja, que ofrece el Consultorio Jurídico de la Universidad de Costa Rica, con sede en la Defensoría de los Habitantes, como parte de la Práctica Dirigida para optar por el título de Licenciatura en Psicología de la Universidad de Costa Rica.

Asimismo, en el proceso de elaboración, el documento fue revisado y analizado por el equipo asesor de la práctica dirigida, compuesto por la Licda. Paola Brenes Hernández (Directora), la M.Sc. Adriana Rodríguez Fernández (Lectora), el Lic. Ruthman Moreira Chavarría (Lector) y la Licda. Mónica Sancho Rueda (Asesora Técnica).

Además, fue examinado por el MEd. César Rodríguez, la M.A. Sylvia Meza, la Lic. Suhelen Araya y el Lic. Marco Rojas, quienes desde su postura experta en educación, género y/o intervención en crisis, brindaron recomendaciones para mejorar la calidad de este producto.

Aunado a lo anterior, el material didáctico fue valorado grupalmente por estudiantes del Consultorio Jurídico con Sede en la Defensoría de los Habitantes, quienes desde su experiencia, hicieron señalamientos para que el documento permita a futuros(as) estudiantes adquirir conocimientos y herramientas, con el fin de mejorar los procesos de acompañamiento brindados a usuarias afectadas por la violencia en relaciones de pareja.

Finalmente, el diseño de este producto fue elaborado por la Bach. Diana Arlene Carrillo Rosales, profesional de Ciencias de la Comunicación Colectiva de la Universidad de Costa Rica.

Finalidad del material didáctico y su estructura

Este material didáctico está dirigido a usted, estudiante avanzado(a) de la carrera de Derecho de la Universidad de Costa Rica, que está por iniciar su práctica en el curso de Consultorios Jurídicos, para brindarle insumos que le permitan generar espacios de atención de calidad, que partan de un enfoque de derechos humanos, sensibles a las necesidades de mujeres afectadas por la violencia.

Asimismo, este documento busca darle información sobre la problemática de la violencia en relaciones de pareja, a través de estadísticas e insumos teóricos, pero también por medio de conocimientos sobre estrategias para abordar a dicha población, de tal manera que puedan crear contextos seguros de intervención.

De esta manera, se espera que al concluir la lectura y la realización de ejercicios propuestos, usted logre desarrollar habilidades que le faciliten su labor como asesor(a) legal, pero también le permita crear espacios para proteger los derechos humanos de las usuarias, a través de procesos de atención que tomen en cuenta sus necesidades.

Por último, respecto a su composición, se busca trabajar distintas áreas, por eso cada capítulo contiene información importante y una guía de preguntas por desarrollar. Después de una breve contextualización con datos estadísticos, se desarrollará cada contenido. A continuación se presenta una pequeña reseña de estos:



Capítulo 1- Conceptos básicos sobre la violencia: incluye elementos teóricos sobre la violencia ejercida en relaciones de pareja, mitos, su dinámica, tipos y consecuencias.



Capítulo 2- Intervención en crisis y primeros auxilios psicológicos: otorga información sobre la intervención en crisis y primeros auxilios psicológicos.



Capítulo 3- Aspectos generales a tomar en cuenta al brindar servicios a mujeres afectadas por la violencia: toma en cuenta puntos específicos necesarios para dar servicios que respeten los derechos humanos de las usuarias.



Capítulo 4- Construcción de planes de seguridad: brinda contenido sobre cómo crear estrategias para proteger a las mujeres en situaciones de peligro, tomando en cuenta la valoración del riesgo del femicidio y el desarrollo de estrategias para proteger a las mujeres.

Contextualización

Al realizar acompañamiento legal a mujeres víctimas de violencia, especialmente ejercida en relaciones de pareja, es importante no solo conocer sus características principales, sino también comprender que es una problemática que afecta mundialmente (Organización Mundial de la Salud, 2017). Ante este panorama se espera que con este apartado, a través de datos estadísticos mundiales, nacionales e institucionales; usted pueda conocer y comprender que las mujeres son las más propensas a ser víctimas de violencia en relaciones de pareja. Asimismo, al tener en cuenta esta información, se busca que durante la práctica profesional logre tener una actitud sensible a la problemática, para brindar un acompañamiento legal que responda a la realidad de las usuarias.



Información general y estadística

En primera instancia, las Naciones Unidas definen la violencia contra las mujeres como toda conducta que se ejecuta contra las mujeres, en espacios públicos o privados, que podrían generar consecuencias a nivel físico, sexual o psicológico. En el caso específico de la violencia ejercida en relaciones de pareja, la Organización Mundial de la Salud (OMS), la define como una violación a los derechos humanos que genera problemas a nivel social y salud (OMS, 2017).

Asimismo, se considera que tienen mayor probabilidad de vivir violencia las personas con bajo nivel educativo, que presenciaron la violencia que su padre generó contra su madre durante su niñez, lo que provoca que visualicen la violencia desde edades tempranas como medio para relacionarse con otras personas. Además, no solo se aprende a socializar de esa forma, sino que en las relaciones humanas aprenden que el hombre es superior a las mujeres, lo que promueve la violencia como método para mantener la desigualdad (OMS, 2017; Sagot et al., 2000).

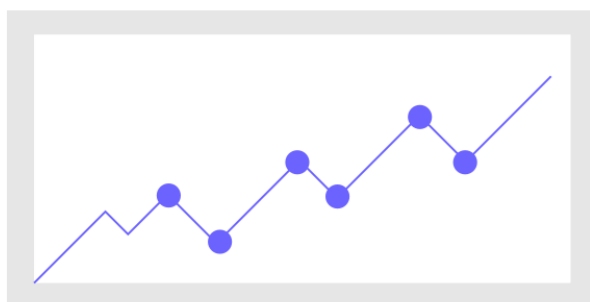
Respecto a estadísticas, la OMS (2017) estima que 1 de cada 3 mujeres (35%) ha sido víctima de violencia y que un 38% de los femicidios que han sucedido a nivel mundial se han propiciado por parte de la pareja. Lo que significa que cada día más mujeres sufren por la violencia ejercida en contra de ellas.

Por su parte, en Costa Rica, Sagot y Guzmán (2004), identificaron a través de la Encuesta Nacional de Violencia contra las Mujeres, que desde los 16 años, un 45,4% de las mujeres vivieron violencia física, un 46.6% fueron víctimas de violencia psicológica y un 78% sufrió violencia sexual.

Asimismo, el Observatorio de Violencia de Género contra las Mujeres y Acceso a la Justicia (2020) del Poder Judicial, registró que entre el 2010 y 2019, cada día se solicitaron 133 medidas de protección, para un total aproximado de 485 276. En cuanto al sexo, en el 2018, 51187 hombres (79%) fueron agresores y 52534 mujeres fueron víctimas (80%). Asimismo, entre el 2015 y el 2019, las Fiscalías Penales de Adultos recibieron un total de 116.905 casos nuevos, según los lineamientos establecidos en la Ley de Penalización de la Violencia contra la Mujer. Las principales causas se relacionan con maltrato (38.48%), violación a medidas de protección (31.78%), ofensas a la dignidad (16.47%), amenazas (10.15%) y violencia patrimonial (0.79%). **Respecto a femicidios en el año 2017 se registraron 26 femicidios, en el 2018 se reportaron 24, en el 2019 hubo un total de 15 y al 17 de junio del 2020 se contabilizaron 6 (Observatorio de Violencia de Género contra las Mujeres y Acceso a la Justicia, 2020).**

Finalmente, el Consultorio Jurídico de la Universidad de Costa Rica, con sede en la Defensoría de los Habitantes, reportó que para el 2018 tuvieron 300 casos activos, donde 75 fueron mujeres afectadas por violencia en relaciones de pareja (M. Sancho, comunicación personal, 26 de marzo del 2019). Además, al 4 de febrero del 2020 se contó con 286 procesos activos, 222 fueron mujeres y 133 fueron por violencia ejercida por su pareja. **De esta manera, del 2018 al 2020 se dio un incremento de 58 mujeres que acudieron al Consultorio Jurídico en búsqueda de acompañamiento legal para protegerse de las consecuencias generadas por la violencia (M. Sancho, comunicación personal, 4 de febrero del 2020).**

A partir de esta información es evidente que la violencia cada día va en aumento, lo que se ve reflejado en los datos estadísticos.





Capítulo 1

Conceptos básicos sobre la violencia ejercida en relaciones de pareja

Objetivos

- Identificar elementos teóricos importantes relacionados con la violencia ejercida en relaciones de pareja, su dinámica, sus tipos y sus consecuencias.
- Reconocer la importancia de conocer las características de la violencia ejercida en relaciones de pareja al brindar asesoría legal a usuarias del Consultorio Jurídico.

Castro (2015) define que la violencia que se origina en relaciones de pareja es cualquier conducta ejecutada en contra de una persona, con la cual se tiene una vinculación sentimental, para generar daño físico, psicológico, sexual o patrimonial. A partir de esto, se busca controlar y ejercer poder hacia los(as) otros(as), que generalmente son niñas y mujeres (Castro, 2015; Sagot et al., 2000). El presente capítulo muestra algunos mitos y realidades entorno a la violencia, su dinámica y consecuencias.

1 Mitos y realidades

La violencia es una problemática social, que se ha fortalecido a través de mitos y creencias personales, inclusive de profesionales, que colocan al hombre en una posición superior y a la mujer en una inferior, lo cual afecta los servicios ofrecidos a víctimas de violencia, propiciando la violación de derechos humanos (Morales y Aguilar, 2016). Por lo cual, se considera importante revisar los pensamientos generados en torno a esta problemática, para poder así diferenciar si son mitos o realidades, de tal forma que no influyan en la práctica profesional. De esta manera, a continuación se presentan algunos mitos, así como una breve explicación que los refuta:

Tabla 1. Mitos y realidades en torno a la violencia ejercida en relaciones de pareja

Mito	Realidad
<p>La violencia es una problemática que sólo ocurre en aquellas mujeres vulnerables, como personas sin estudios, de otras nacionalidades y con escasos recursos económicos (Valitutti et al., 2015).</p>	<p>La violencia puede darse en cualquier contexto, sin importar el nivel educativo y la nacionalidad. Este elemento es importante tenerlo en cuenta, porque puede ignorarse que otras mujeres pueden ser víctimas, al considerarse como un fenómeno ajeno a la realidad, cuando cualquier persona puede verse afectada (Valitutti et al., 2015).</p>

Mito

Realidad

La violencia es producida por personas que consumen alcohol y otras drogas (Batres, 2009).

Para Batres (2009), solamente un 25% de los agresores presentan adicciones, lo que implica que la mayoría de situaciones de violencia se producen sin estar bajo la influencia de sustancias. A pesar de esto, el consumo de sustancias aumenta la peligrosidad y el riesgo a ser víctima de femicidio.

Los hombres que ejercen conductas violentas contra las mujeres tienen problemas, ya que debido a los celos y la pasión, pierden el control de sus conductas.

Los hombres que violentan a otras personas, salvo que posean condiciones biológicas que así lo impiden, tienen la capacidad de controlar sus emociones y acciones, por ejemplo con sus amistades y en su trabajo. Asimismo, el afirmar que es debido a los celos y la pasión, se deposita la responsabilidad a la víctima, cuando en realidad es el agresor el responsable, al ser quien tiene la posibilidad de evitar la violencia, pero decide no controlar sus emociones y ejercer conductas violentas (Batres, 2009; Batres et al., 20002).

Buscar ayuda con la policía para proteger a las mujeres siempre da buenos resultados (Batres et al, 2002).

Morales y Aguilar (2016), definen que los servicios de atención se ven influenciados por las creencias y actitudes de cada profesional que ofrece servicios, por lo que se tiende a juzgar las decisiones de las usuarias.

A partir de esto, no se puede tener certeza que siempre un policía u otro profesional van a proteger a las víctimas porque esto depende de las creencias de quien ofrece servicios (Batres et al., 2002).

2 Dinámica de la violencia

Durante las relaciones violentas, quien agrede busca administrar el poder en la relación, para lo cual necesita ejercer conductas violentas que permitan mantener la relación desigual y los beneficios que obtiene (Castro, 2015; Sagot, 2000). Asimismo, Walker (2009) menciona que el agresor experimenta distintas fases o etapas en la ejecución de las conductas violentas, lo que puede generar distintos niveles de agresión. A continuación se presenta cada etapa del ciclo que violencia del ofensor:



Acumulación del enojo

El hombre acumula furia y no controla sus emociones, por lo que la víctima siente que está en peligro y que su compañero está muy hostil, que en cualquier momento puede pasar la violencia.



Incidente agudo

Después de acumular furia, el agresor utiliza la violencia física contra su mujer, por medio de distintos tipos de golpes, uso de armas de fuego o blancas, entre otros.



Tregua amorosa

El compañero pide perdón y muestra señales de arrepentimiento, porque se comporta cariñoso y realiza promesas de no volver a agredir, lo que presiona a las usuarias a retirar denuncias y solicita regresar de nuevo a casa.

Sin importar los esfuerzos de las usuarias, después de acumular nuevamente la tensión, se reinicia el ciclo y vuelven a ocurrir nuevos episodios de violencia, más intensos y frecuentes (Walker, 2009):

Figura 1. Ciclo de la Violencia ejecutada por el agresor



Es importante mencionar, que las víctimas no necesariamente reconocen las etapas mencionadas, afectando el proceso legal al no siempre contar de inmediato con insumos para los escritos, pero sobre todo porque no se visualiza la posibilidad del peligro al que pueden estar expuestas. Asimismo, este ciclo funciona como una trampa que atrapa a la mujer en la relación violenta, ya que en cada período de tregua ella reconoce en su agresor al hombre del cual se enamoró, lo que provoca que la usuaria ceda nuevamente ante sus promesas. De esta manera, cada vez que inicia un nuevo ciclo ella pierde más poder, lo cual la coloca en una posición de mayor desigualdad y violencia.

3 Tipos de violencia y sus consecuencias

La violencia contra la pareja puede manifestarse a través de agresiones físicas, psicológicas, sexuales y/o patrimoniales, que pueden darse de forma simultánea. A continuación se describen cada una de ellas, con el fin de que usted pueda diferenciarlas (Asamblea Legislativa de Costa Rica; 1996; European Union Agency for Fundamental Rights, 2015):

Tabla 2. Tipos de violencias y sus características



Física

Contempla toda conducta que afecte la integridad física de una persona.

Para esto, se utiliza golpes, empujones, pellizcos e inclusive se pueden utilizar objetos, armas punzo cortantes o de fuego para generar daño.



Psicológica

Cualquier acción u omisión, que se ejecuta con el fin de controlar o degradar las conductas, creencias y decisiones de una persona, a través de amenazas, humillaciones y manipulación generando consecuencias psicológicas. Además, puede afectar la toma de decisiones y el desarrollo personal.

Asimismo, el aislamiento y los celos son otras formas de violencia psicológica, que se manifiestan al alejar a las mujeres de sus familiares y amistades.



Sexual

Se obliga a tener contacto sexual, con su pareja u otras personas, utilizando la violencia psicológica para obligarla, de tal forma que la conducta suceda sin importar su consentimiento.



Patrimonial

Incluye las acciones u omisiones que propician el daño, afectación, robo, y retención de bienes y documentos personales. Asimismo, este tipo de violencia incluye afectaciones económicas y cualquier daño generado a objetos utilizados para trabajar y satisfacer necesidades.

Respecto a las consecuencias, la dinámica de la violencia genera que las víctimas estén aisladas, bajo el control de su compañero agresor, lo que **produce dificultad para tomar decisiones y confiar en otras personas**, ya que se da pérdida de capacidad para vivir a plenitud, debido al miedo y la ansiedad que constantemente se experimenta. Este contexto propicia la aparición de la desesperanza aprendida, que es la incapacidad para predecir las consecuencias de las conductas, ya que no existe motivación para generar cambios (Abrahams, 2010; Walker, 2009).

Debido a la exposición a experiencias traumáticas, se pueden **dar sentimientos de vulnerabilidad, reacciones fisiológicas intensas**, evitación de contextos y malestar psicológico de forma prolongada, lo cual en conjunto con otros síntomas, genera el Trastorno de Estrés Postraumático (Asociación Americana de Psiquiatría, 2014). Asimismo, físicamente, **pueden desarrollar lesiones severas, enfermedades de transmisión sexual, abortos y producto de la exposición a altos niveles de estrés es posible el surgimiento de condiciones de salud como diabetes, hipertensión, fibromialgia, entre otras** (Mahapatro, 2018; Walker, 2009).

De esta manera, al atender a usuarias siempre es importante considerar todas las consecuencias anteriores, no solo porque se pueden argumentar en los escritos legales como factores generados por la violencia, sino que **también afectan la vida de las usuarias, lo que puede dificultar la presencia de las usuarias a citas y audiencias, lo cual entorpece el proceso legal, exponiéndolas a más situaciones de violencia. Asimismo, en dichos contextos se debe acoplar el servicio por medio de llamadas telefónicas o correos electrónicos que permitan darles seguimiento a las usuarias, en caso que a ellas se les dificulte acudir al consultorio por su condición de salud.**

Respecto a las consecuencias psicológicas, es necesario recomendarles ir a terapia, con el fin de que puedan recibir procesos de atención que les permita hacer frente a las consecuencias generadas por la violencia. Para fortalecer su acompañamiento, en el anexo 1 se encuentra un listado de instituciones que podrían ser recomendadas para que las usuarias soliciten servicios psicológicos.

Finalmente, **siempre es necesario motivarlas a tener comunicación con personas de confianza**, que puedan apoyarlas en situaciones de emergencia, así como solicitar ayudas en instituciones como el Instituto Mixto de Ayuda Social (IMAS) para solicitar apoyo económico y promover así promover la independencia socioeconómica.



Ejercicios – Capítulo 1

A continuación se presenta una serie de casos, por favor léalos y realice los ejercicios que se le presentan. Estos relatos son reconstruidos a partir de historias de mujeres que han vivido distintas formas de violencia. Es importante mencionar que se presentan distintas formas de violencia que podrían ocurrirle a sus usuarias, por lo cual es relevante que tenga un acercamiento previo a dicha realidad, para promover así empatía hacia ellas. Tome en cuenta que el leer las historias puede generarle sentimientos de malestar o impotencia.



Caso 1: María

María es una joven que tiene 24 años, vive en una zona urbana en el centro de su provincia. Desde pequeña su familia le enseñó que debe luchar por sus metas, sus 2 hermanas mayores le hicieron sentir que siempre tendría su apoyo. María comenta que se ha sentido muy afortunada porque está terminando sus estudios, tiene a sus amistades de la infancia José y Rocío, y siente que está cumpliendo con sus sueños.

María nunca fue una persona que pensara mucho en el amor, porque sabía que esos cuentos de Disney no eran lo que ella buscaba, desconfiaba de cualquier relación ya que Rocío, mayor que ella 4 años, había sufrido mucho en relaciones desde que tenía 15 años. En el caso de José, nunca había tenido una pareja.

Un día, María a sus 22 años decidió entrar a un curso de teatro. Ahí conoció a Joaquín, un joven de 29 años, muy maduro, simpático, que tenía experiencia en teatro. Durante 3 meses, ella compartió con él, ya no pasaba tanto tiempo con Rocío y José, pero no le molestaba porque eso que estaba descubriendo era un nuevo mundo.

Después de 4 meses, María se dio cuenta que estaba enamorada de Joaquín, tras practicar un beso de una obra de teatro. Ahí mismo, esa noche, Joaquín le propuso ser novios, ella le dijo que sí pero quería poner algunas reglas claras. María le indicó que quería una relación monógama, fieles y que se respetara las metas que cada uno tenía. Joaquín aceptó y le pidió que todos los sábados, sin falta, fueran los días para verse, ya que con su horario de trabajo era el día que tenía disponibilidad para verla tranquilamente.

Poco a poco la relación fue avanzando y María se sentía más cómoda, porque Joaquín la cuidaba mucho, su familia lo aceptaba, y ya no tenía que preocuparse si tenía que salir tarde de la universidad, porque él siempre la iba a recoger para que no estuviera sola. Además, siempre le preguntaba qué estaba haciendo, entonces sentía que él estaba interesado en ella y eso le gustaba, era detallista y muy distinto a los hombres con que su amiga había salido. Respecto a Facebook, era muy bonito porque desde el primer día la reconoció como su pareja, lo cual era muy romántico.

Un día mientras María estaba con Joaquín, José la llamó, pero como ella estaba en el baño de la casa, este contestó la llamada. Al salir, el novio le comentó que José la llamó para invitarla a su fiesta de cumpleaños, el siguiente sábado, pero que él le dijo que ya estaba comprometida, porque los sábados son para la relación. María se sintió muy mal, pero agradeció que contestara la llamada, ya que si no la hubiese perdido y a pesar de sentirse triste, ella había prometido que todo sábado era de Joaquín, entonces no discutió, pero decidió hacer planes con José otro día.

El día que vio a José, le dijo a Joaquín que no fuera por ella a la universidad porque estaría con su amigo, su pareja se molestó un poco al saber que no tenía que ir por ella, para María él solo estaba preocupado. Ese día ella salió con José, estaba muy feliz y puso muchas fotos en Instagram. Al ser las 11 pm, Joaquín llegó al bar donde se encontraba, porque ella no le contestaba sus mensajes y se preocupó, ella lo vio y se extrañó, pero entendió su preocupación. Su novio le propuso irse porque era muy tarde y el sábado tenían un paseo y se podía hacer muy tarde para ella, María aceptó.

Al siguiente día, Joaquín estaba muy serio, ella le preguntó por qué estaba así. Joaquín comentó que estuvo viendo las fotos y que estaba preocupado por la salida del día anterior, ya que se mostraba muy apegada a José, que realmente no quería que él le hiciera daño y que la ropa ridícula que ella vestía sugería que le era infiel, porque mostraba mucha piel. También, argumentó que la gente iba a hablar mal, que era evidente que José quería conquistarla, que probablemente ella lo abandonaría porque Rocío también quería que estuvieran juntos. María estaba impactada de ver como esa persona con la que tenía una relación de 6 meses estaba tan diferente, no entendía, pero si en algo tenía razón es que ella no debió salir, si sabía que al otro día se levantaría temprano. Decidió decirle que no volvería a pasar, que entendía sus motivos, pero que realmente quería divertirse.

Después de 2 meses volvió a ocurrir otro problema, María empezó a notar que Joaquín estaba distante de nuevo, entonces le comentó que se sentía sola, que algo pasaba entre ellos, él le dijo que dejara de hacer drama, que estaba exagerando, que nada más el sábado que venía fueran a una fiesta familiar, que se usara la ropa para fiestas familiares que él le había recomendado, porque ocupaban dar buena impresión, que todo está bien, que era solo cansancio.

El día de la fiesta, ella se alistó con la ropa indicada, aunque hubiese preferido usar otra, pero asumió que era mejor así. Al llegar, él le dijo que por favor le diera su celular, porque no quería los interrumpieran durante la fiesta, ella no quiso entregárselo porque estaba hablando con José sobre un problema familiar. En ese momento él le alzó la voz, le gritó que escogiera entre José y él, que la hacía ver como una puta, que para él la relación era prioridad, pero que era claro que a ella no le interesaba nada. María no sabía que decir, solo deseaba salir de ahí, pero no pudo porque se sintió paralizada, nunca lo había visto de esa manera y estaba muy asustada.

De acuerdo al relato anterior, **subraye** en el texto anterior los ejemplos de violencia psicológica que identificó en la historia.

Luego, ¿por qué cree que a María se le dificulta visualizar que vive en una relación violenta?

Mencione 2 ejemplos de violencia psicológica en relaciones de pareja que usted ha podido ver en su vida cotidiana y/o profesional.

¿Para usted el control es una forma de violencia psicológica? Justifique su respuesta.



Caso 2: Ester

Nota: Este caso, parte del relato reportado por Castro (2015) y reconstruido a partir de historias de mujeres víctimas de violencia.

Ester de 21 años, ama de casa, vive desde hace seis meses con su pareja Rodolfo de 35 años, comerciante. Al iniciar la relación, Rodolfo fue una persona muy atenta, lo conoció cuando fue a comprar ella algunos productos a su negocio. Después de 2 meses de ir a la tienda intercambiaron números de teléfono y siguieron hablando 2 meses más hasta que él la invitó a salir. A los 5 meses le propuso vivir con ella y aceptó. Aún no tienen hijos(as).

La relación de pareja durante el primer año fue muy bonita, pero con el tiempo vinieron los problemas. Ella no sabe en qué momento pasó todo, solo que ahora Rodolfo la trata de prostituta, le reclama que ella anda con otros hombres e inclusive ha llegado a amarrarla y pegarle cuando hace algo que para él está mal. Generalmente para agredirla usa una faja y en ocasiones incluso le pega o quema con colillas de cigarro.

Ester comenta que tiene miedo, pero que ella sabe que algo no está bien, que se ha esforzado mucho para hacer que él se sienta bien, aunque pareciera que no es suficiente, porque ahora la obliga a tener relaciones sexuales. Ella sabe que tiene que cumplir y casi siempre quiere, pero cuando no se muestra motivada a tenerlas él la trata muy brusco, inclusive lastimándola vaginalmente.

Ahora, que ya llevan 4 años de relación, Rodolfo le dice que tiene que trabajar si quiere tener comida, por lo cual él la prostituye y él recibe el dinero. Si ella no accede a tener relaciones, es golpeada y se le niega el alimento. La primera vez que sucedió, ella recuerda que Rodolfo le puso una pistola en la cabeza diciéndole que si gritaba y no disfrutaba la mataba. Ester comenta que ahora no entiende realmente como alguien tan maravilloso cambió, que ella no sabe que es lo que hace mal.

Ester comenta que ha tenido que vivir momentos realmente duros, porque durante los últimos 6 meses estuvo encerrada, sin poder salir. Ella recuerda que eso pasó varias veces, primero cuando visitó a su hermano y ahora porque habló con el vecino. La amarró, como si fuera un animal, como a ese perrito que él mató, la mascota que tanto amó. Durante esos quince días, Rodolfo no solo la violó varias veces, sino que quemó toda su ropa y sus pertenencias sentimentales, porque ella merecía quedarse con nada.

A partir de la información anterior:

Subraye en el texto anterior ejemplos de violencia física, sexual, patrimonial y psicológica que experimentó Ester.

Luego, ¿por qué cree que a Ester se le dificulta dejar su actual relación de pareja?

¿Cree usted que Ester se esforzó para librarse de la violencia?

En relación a su rol como asesor(a) legal del Consultorio Jurídico:

¿Por qué considera usted que es importante conocer sobre las características de la violencia, sus mitos, dinámicas y consecuencias?



Capítulo 2

Intervención en Crisis y Primeros Auxilios Psicológicos

Objetivos

- Diferenciar las principales características de una crisis, el estrés y el estrés postraumático.
- Identificar lineamientos básicos para brindar atención en crisis y primeros auxilios psicológicos, especialmente al atender a usuarias afectadas por violencia ejercida en relaciones de pareja.

Según Roberts (2005), una crisis se da ante situaciones difíciles, donde las personas visualizan sus experiencias como un peligro, que no puede enfrentarse o solucionarse a través de estrategias que normalmente se utilizarían, causando miedo, ansiedad y confusión. El presente capítulo, muestra las características de la crisis, las estrategias de intervención y los primeros auxilios psicológicos.

1 Características de las crisis

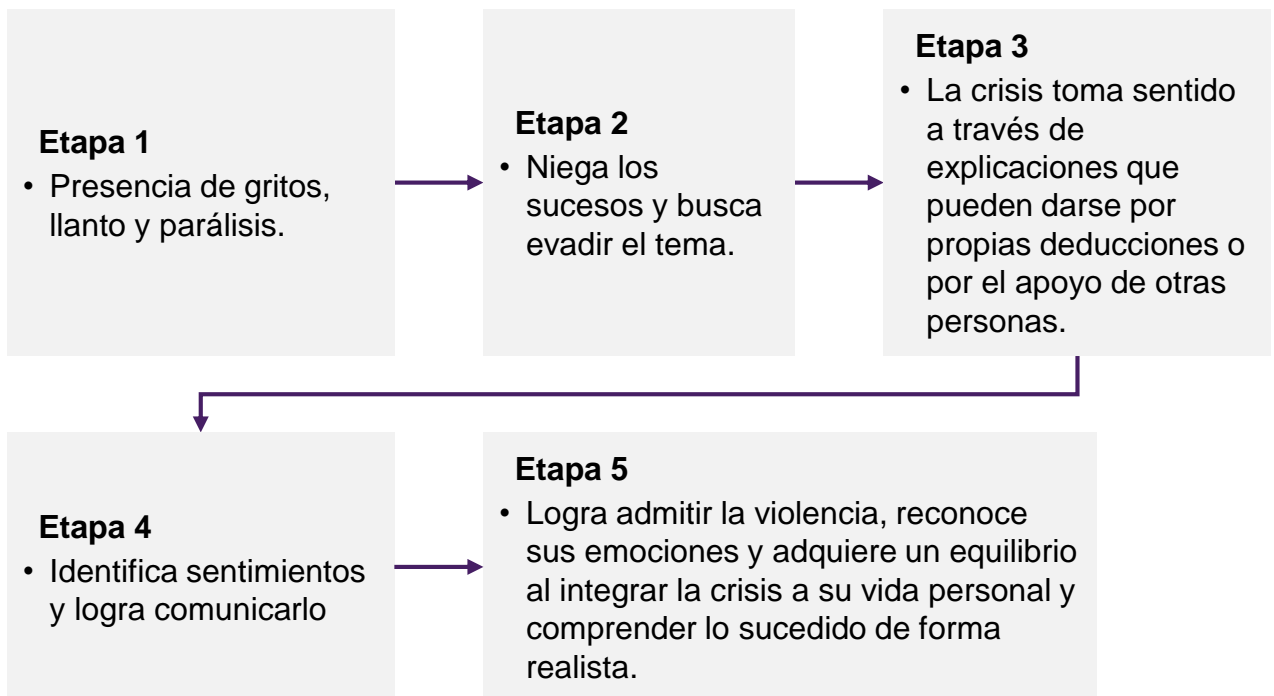
En primera instancia, Roberts (2005), define que una crisis es un período de desequilibrio psicológico de corta duración, generado por la exposición a situaciones difíciles sin las herramientas suficientes para poder hacerle frente. Asimismo, dependiendo de su manejo, una crisis puede significar una situación de alto riesgo, pero también una oportunidad para aprender y desarrollar nuevas habilidades (Roberts, 2005; Yeager y Roberts, 2015). Al relacionar esta información con el trabajo realizado en el Consultorio Jurídico, se identifica que las usuarias pueden presentar crisis relacionadas con la violencia, por lo cual es necesario conocer sus necesidades, para poder así guiar los procesos legales de acuerdo a las situaciones.

Aunado a lo anterior, parte de comprender como se encuentran las usuarias y definir qué estrategia legal utilizar, se debe identificar qué aspectos no son una crisis, para poder así priorizar las necesidades más importantes que requieren atención y acompañamiento. Por este motivo, a continuación se aclara que aspectos **NO** son considerados como crisis:

- 1 Exposición a situaciones que generan síntomas prolongados durante mucho tiempo: cuando la desestabilidad emocional se prolonga largo tiempo, se trata de **estrés** y puede producir cansancio, alteraciones del sueño, hipertensión, estado de alertas constantes, dolores de cabeza, problemas estomacales, alergias, entre otros (Claramunt, 1999).
- 2 Cuando se enfrenta la persona a contextos traumáticos producen reacciones intensas física y psicológicamente: estas consecuencias y otras como sentimientos de vulnerabilidad, tener pesadillas sobre la experiencia traumática y alejarse de sitios relacionados con el suceso, son típicos del **trastorno de estrés postraumático** (Asociación Americana de Psiquiatría, 2014).

Por otro lado, respecto a mujeres víctimas de violencia, Claramunt (1999) define que las víctimas pueden experimentar distintas etapas en sus crisis:

Figura 2. Etapas de la crisis



A partir de lo anterior, se considera importante identificar en qué etapa se encuentran las usuarias, ya que es común que se establezcan y tomen decisiones, pero en otro momento por crisis generadas a partir de la violencia cambian de opinión, por lo cual es vital comprender que parte de ese cambio de conductas y pensamientos se deben a las distintas problemáticas que viven. Asimismo, puede que las usuarias no logren avanzar rápidamente entre cada etapa, por lo cual el proceso legal puede alargarse más si se les dificulta tomar decisiones, debido a que no se encuentran bien, siendo necesario respetar su tiempo y emociones.

Finalmente, Yeager y Roberts (2015) mencionan que las crisis son un momento de sufrimiento, pero también significan una oportunidad para fortalecerse, adquirir habilidades y manejar mejor las emociones. **En el caso de las usuarias del Consultorio, son una oportunidad para poder crear contextos más seguros ante la violencia, por medio de acompañamientos legales que busquen luchar para proteger sus derechos humanos.**

2 Intervención en crisis y primeros auxilios psicológicos

Osorio (2017) menciona que durante la intervención en crisis se tiene como objetivo recuperar la estabilidad emocional, por medio de nuevas herramientas y estrategias de afrontamiento. Asimismo, existen distintos tipos de intervención en crisis:

- Primer orden o instancia: se dan primeros auxilios psicológicos y se busca reestablecer inmediatamente el equilibrio. Este proceso lo puede realizar cualquier persona con entrenamiento.
- Segundo orden o instancia: proceso terapéutico que se enfoca en integrar la crisis a la vida cotidiana sin generar consecuencias traumáticas. Solamente puede ser realizado por profesionales en psicología.

Respecto a los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP), son la primera ayuda que se brinda a una persona que tiene sufrimiento, por medio de apoyos no invasivos, que buscan satisfacer necesidades básicas para reestablecer la estabilidad de una persona (Osorio, 2017; OMS, 2012). Asimismo, en el caso de las usuarias del Consultorio que fueron víctimas de violencia, se busca con los PAP procurar su seguridad, a través de estrategias legales, que luchan por protegerlas.

Aunado a lo anterior, la OMS (2012), define algunos lineamientos que deben considerarse al brindar PAP, para poder así buscar estabilizar a las personas en crisis. A continuación se presenta dicha información:



Se evita analizar lo que generó la angustia, ya que la prioridad es buscar estabilizar las emociones, al brindar soluciones a problemáticas inmediatas.



Permitir que las personas expresen sus emociones sin ser presionadas, es decir se crea un espacio para que puedan comunicar sus ideas y sentimientos. Además, lo importante es transmitir sensación de seguridad, calma, empatía y esperanza.



La ayuda debe estar disponible para la persona, pero es importante que quien colabora conozca sus límites, ya que muchas necesidades requieren de apoyo interdisciplinario, lo que significa que es necesario buscar soluciones en conjunto con otros(as) profesionales.



El contacto con quien está en crisis puede darse días o semanas después del evento que generó la respuesta emocional, dependiendo de la situación, su duración y gravedad.

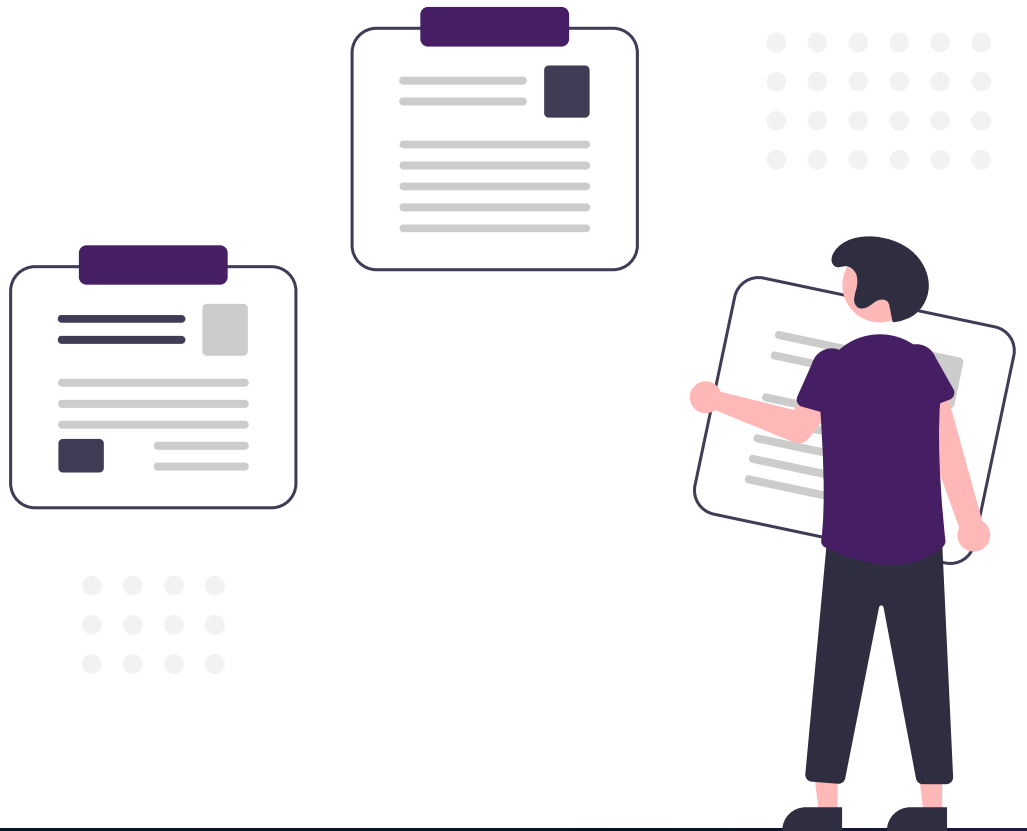


El lugar para la intervención debe ser seguro y debe promover la confidencialidad.

En el caso específico de la violencia ejercida en relaciones de pareja, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) define que los PAP permiten crear espacios seguros para proteger a las usuarias y respetar sus emociones, a través de la identificación de necesidades y situaciones peligrosas (OPS, 2014). Lo que significa que su labor en el consultorio será, generar a partir de su acompañamiento legal, los insumos y estrategias para proteger a su usuaria de la violencia. Para poder hacer esto, debe comprender que necesidades tienen y dar espacio para que puedan expresarse.

Asimismo, en momentos de llanto o manifestaciones de enojo, lo importante es escucharlas y transmitirles empatía, para poder así estabilizarlas. Una vez que se encuentran más tranquilas podrán prestar mayor atención, lo que significa que puedan enfocarse en la información legal brindada, permitiendo la activación de estrategias jurídicas y la búsqueda de apoyos institucionales para mejorar sus condiciones de vida (Roberts, 2005; Claramunt, 1999; OPS, 2014).

Finalmente, es importante mencionar que la estabilidad emocional puede perderse ante cualquier situación emergente, por lo que se debe tener la apertura de escucharlas, ya que en un estado de inestabilidad es difícil que puedan recibir la información y tomar decisiones (Roberts, 2005; Claramunt, 1999; OPS, 2014). Ante este panorama, es recomendable darles el espacio para que puedan expresarse y asignar otra cita, para que en un mejor estado emocional, reciban la atención legal.



Ejercicios – Capítulo 2

¿Cuál es la principal diferencia entre una crisis, el estrés y el estrés postraumático?

Crisis

Estrés

Estrés postraumático

Imagine que tiene una usuaria víctima de violencia ejercida por su pareja, ella le relata su experiencia como víctima de violencia y manifiesta sentirse en crisis, desesperada y con mucho miedo, necesita ayuda porque teme por su seguridad. Partiendo de los aspectos teóricos sobre crisis y PAP, mencione 2 aspectos que usted tomaría en cuenta para dar PAP a su usuaria durante la asesoría legal:

Finalmente, al imaginar un contexto de crisis, ¿cuál sería su principal miedo o preocupación al brindar PAP a las usuarias?



Capítulo 3

Aspectos generales a tomar en cuenta al brindar atención a mujeres afectadas por la violencia en relaciones de pareja

Objetivos

- Identificar lineamientos básicos que se deben tomar en cuenta al brindar atención a mujeres afectadas por la violencia.
- Adquirir conocimientos sobre estrategias útiles a implementar con las usuarias, para promover espacios empáticos y respetuosos.

Al brindar atención y primeros auxilios psicológicos a mujeres afectadas por la violencia, en relaciones de pareja, es importante partir de sus necesidades y respetar su derecho a decidir (Roberts, 2005; Claramunt, 1999; OPS, 2014). El siguiente capítulo muestra otras recomendaciones que deben tomarse en cuenta para dar atención a esta población.

1 Recomendaciones básicas

Primeramente, la OPS (2014) menciona que al dar atención a mujeres que fueron agredidas por su compañero, **es necesario siempre mantener la confidencialidad de la información, respetar su intimidad y no divulgar datos en otros espacios, salvo que las usuarias den su autorización previamente.** Además, es probable que hayan sido discriminadas por su sexo, género, estado de salud, nacionalidad y otras características, lo que significa que pueden ser víctimas de múltiples formas de violencia, por lo que es importante **promover la igualdad y el respeto por su dignidad.**

Aunado a lo anterior, en el caso del Consultorio Jurídico es usual que las usuarias tengan miedo de presentar testigos o activar procedimientos legales, esto como consecuencia de la violencia que han recibido, ya que sus agresores se muestran como personas que controlan todo el poder legal. De esta manera es importante explicarles las características de los procesos, en un lenguaje comprensible y respetuoso, que les permita aclarar sus dudas y sentirse acompañadas, a través de un asesoramiento legal de calidad que comprenda sus necesidades. Asimismo, nunca se debe prometer ni crear falsas expectativas sobre el proceso, siendo importante mostrar siempre la realidad de los procesos.

Por su parte Bass y Davis (1995), mencionan que para dar servicios de atención, sensibles y respetuosos de los derechos humanos, es importante:

- **Creerle a las víctimas, ya que es común que posean dudas sobre sus recuerdos relacionados con los episodios de violencia. Asimismo, esta acción permitiría crear contextos que transmitan comprensión, lo cual genera confianza para poder comunicarse.**
- **Tener claro que la violencia no es culpa nunca de la víctima, sino de quien la ejerce.**
- **Informarse continuamente sobre las características de la violencia, sus consecuencias e instituciones que pueden apoyarlas a través de servicios.**
- **Reconocerle a las usuarias que están bien los sentimientos, dudas y emociones que surgen en el proceso, ya que ha vivido situaciones difíciles que necesitan expresar y comunicar.**
- **Respetar las decisiones que toman las mujeres.**
- **Expresar a las usuarias continuamente que son fuertes y valientes, al luchar por recuperar su vida. Asimismo, es necesario reconocerles el gran esfuerzo que están haciendo al buscar ayuda en el consultorio para librarse de la violencia.**

Aunado a lo anterior, la OPS (2014) recomienda que al escuchar es importante no emitir juicios de valor, orientando las decisiones de forma respetuosa, ya que esto permitirá que la usuaria logre sentir que es comprendida y que puede confiar en su asesor(a) legal. Además, puede suceder que usted y su usuaria tengan opiniones diferentes sobre los siguientes pasos a seguir, por lo cual es importante recordar que quienes conocen su realidades son las usuarias, lo que significa que ellas saben cuáles son las mejores decisiones de acuerdo a la dinámica que están viviendo.

2 Ejemplos de preguntas y frases para guiar procesos de atención

En primera instancia, durante la práctica profesional con usuarias se pueden realizar preguntas para fomentar el diálogo y así obtener información relevante para los procesos legales. En dichos contextos la OPS (2014), promueve que no se presione a las víctimas, de tal forma que se respete su tiempo para comunicar sus experiencias sin sentirse invadidas. Asimismo, se pueden usar frases para promover el diálogo respetuoso, como por ejemplo (OPS, 2014):

- Está bien sentirse confundida y con emociones encontradas ya que su vivencia no ha sido fácil.
- Creo que usted me dice la verdad y lamento que haya sufrido esas experiencias.
- Sé que lo que me relata no fue su culpa.

De la misma manera, también se pueden usar preguntas para demostrar interés en los relatos de las usuarias, lo que facilita la obtención de información relevante, pero sin revictimizar y desacreditar. Para utilizar estas interrogantes se debe utilizar frases como las anteriores para promover la empatía y también es necesario que considere el estado emocional de la usuaria, ya que si se encuentra en crisis la usuaria puede que no comunique sus ideas y se sienta irrespetada, al estar afectada emocionalmente. A continuación se presentan algunos ejemplos de preguntas (OPS, 2014):

- ¿En este momento siente que su pareja podría hacerle daño a usted o su familia?
¿Anteriormente le ha amenazado con lastimarlos(as)?
- ¿En algún momento la ha insultado o intimidado?
- Esta pregunta que le voy a hacer es muy íntima, pero es importante conocer su realidad para poder así ver distintas opciones para ayudarle. Dicho esto, ¿podría usted contarme si durante sus relaciones sexuales en algún momento usted fue obligada a realizar actos sin su consentimiento?

Asimismo, si la persona le expresa su dolor o enojo, usted puede realizar un reflejo, es decir expresar lo que la usuaria le comentó con sus propias palabras de tal forma, lo que permite transmitir empatía y sobre todo que su mensaje está siendo comprendido, que es importante su vivencia. A continuación usted puede ver un ejemplo de lo descrito anteriormente:

- Usuaria: me duele todo lo que ha pasado y no puedo creer que él sea capaz de todo esto, me siento muy triste porque él no era así antes.
- Asesor(a) legal: claro, usted jamás pensó que usted viviría esta situación y esto la hace sentir muy mal.

Por último, al redactar la demanda de los procesos legales se necesitarán elementos para describir los distintos sucesos de violencia que los justifican. En este contexto es importante tomar en cuenta las preguntas y frases anteriores, **pero siempre comentarles previamente que indagaran a profundidad en sus experiencias, solamente con el fin de ayudarles a construir el proceso de demanda. Asimismo, si las usuarias necesitan llorar, pueden darles espacio para que pueda hacerlo, respetando su silencio e inclusive brindarles una toallita de papel, lo que hará que se sientan acompañadas.** Además, es importante que continuamente se incorpore a la práctica los insumos del capítulo 2 sobre PAP, ya que le permitirá crear contextos empáticos que procurarán generar contextos seguros para las usuarias.

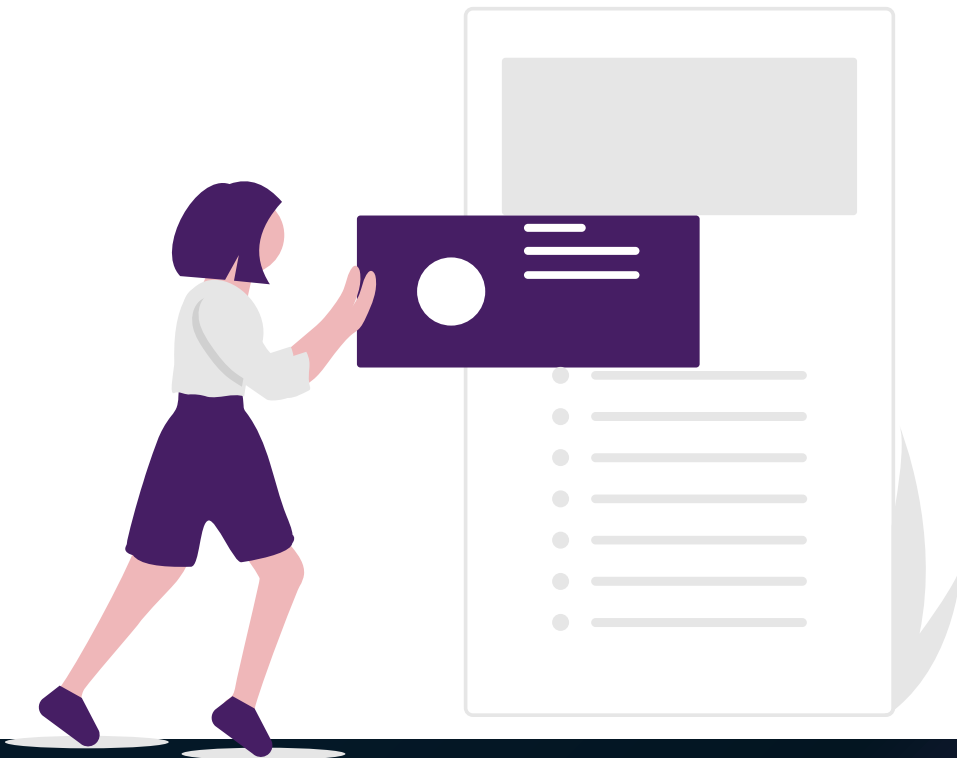
3 Otras recomendaciones

La OPS (2014), indica que nunca se debe presionar a la usuaria para que exprese aspectos de su historia, por lo que es importante darles el tiempo necesario para que comuniquen lo que deseen, y así en otro momento, donde estén más estables, se les puede brindar información sobre mecanismos legales disponibles que podrían utilizarse para protegerse. Asimismo, se debe reconocer que sus emociones y preocupaciones son importantes, pero también evitar preguntar detalles muy específicos sobre la violencia, ya que al revivir situaciones dolorosas se genera más daño psicológico.

Para evitar la revictimización, se recomienda leer los expedientes legales y de salud, con el fin de obtener información sin que tengan que preguntar por experiencias dolorosas a las usuarias, enfocándose así en nueva información que necesitan obtener (OPS, 2014). Es importante también tener en cuenta, que debido al ciclo de la violencia y la etapa de tregua amorosa, puede que las usuarias no continúen con su proceso legal, por lo cual es necesario no enojarse y procurar comprenderlas. Además, en caso las víctimas retornen nuevamente al consultorio se le debe dar atención sin recriminarla de ninguna manera.

Respecto a estrategias de seguimiento con las usuarias, puede suceder que no puedan presentarse a citas, por lo cual es necesario llamarlas por medio del teléfono del consultorio, para verificar si se encuentran bien y así asignar otra cita. Asimismo, se recomienda no brindar su número de teléfono personal, salvo que sea una emergencia, esto porque las usuarias podrían contactarle en horas distintas a su horario de atención, lo cual puede afectar su autocuidado.

Finalmente, la persona profesional debe mantener la paciencia y demostrar tranquilidad, de tal forma que se le pueda demostrar que su historia está siendo escuchada y que su atención está en ella y su relato, para lo cual es importante evitar ver el celular o reloj.



Ejercicios – Capítulo 3

A partir de los conocimientos adquiridos en este capítulo, realice un listado de 7 aspectos que usted podría realizar para promover espacios donde las usuarias se sientan en confianza y respetadas, según la distribución que a continuación se presenta:

Aspectos a considerar que pueden promover derechos humanos

1

2

3

Preguntas y frases que utilizaría para obtener información sin presionar a la usuaria:

Preguntas

4

5

Frases

6

7



Capítulo 4

Construcción de Planes de Seguridad

Objetivos

- Identificar elementos importantes a tomar en cuenta al valorarse el riesgo de femicidio que pueden presentar las usuarias.
- Desarrollar estrategias para crear planes de seguridad que permitan proteger a las mujeres en situaciones de peligro.

Tal y como se mencionó anteriormente, el femicidio es una consecuencia frecuente en contextos de violencia hacia las mujeres. Por este motivo se considera prioritario identificar situaciones de peligro, para poder tomar medidas que permitan proteger a las usuarias, por medio de valoraciones de riesgo oportunas y el establecimiento de planes de seguridad (Roberts, 2005; Claramunt, 1999; Walker 2009). El presente capítulo brinda estrategias para su construcción.

1 Valoración de riesgo

La valoración de riesgo es la primera etapa para construir el plan de seguridad, a través de un análisis para determinar qué tan frecuente y severa son las conductas, según el tipo de violencia ejecutada contra la víctima. En relación a la peligrosidad, la presencia de los siguientes elementos coloca a la usuaria en alto riesgo de ser víctima de femicidio (Claramunt, 1999):

1. Uso de sustancias adictivas, ya que puede propiciar conductas agresivas.
2. Amenazas de muerte y suicidios.
3. Ataques sexuales.
4. Tenencias de armas letales.

Aunado a lo anterior, se considera que **la vulnerabilidad puede aumentar si la usuaria está embarazada, si en el hogar viven menores de edad, adultos(as) mayores o personas con condiciones especiales de salud a nivel físico o mental. Asimismo, si la víctima comenta que siente mucho temor hacia su pareja, se debe asumir que está expuesta a mucho peligro** (Claramunt, 1999). En el anexo 2 se presenta un listado que el Consejo Superior del Poder Judicial (2007) considera como situaciones de alto y severo riesgo.

Para valorar el nivel de peligrosidad, al trabajar con usuarias del Consultorio, se puede utilizar un cuestionario (ver anexo 3), que al ser completado permite deducir el nivel de riesgo, lo que contribuye a determinar la urgencia de establecer las distintas medidas. **Para ello, no se debe realizar cada pregunta a la usuaria como un listado, sino más bien usted como asesor(a) legal obtiene esta información de su expediente legal y/o de salud.**

Luego de identificar la información faltante, se pueden hacer preguntas generadoras a las mujeres, tomando en cuenta los aportes del capítulo 3, para propiciar que cuenten su experiencia en un espacio empático. Una vez obtenidos los datos, usted puede completar este cuestionario. Al finalizar dicha acción obtendrá el nivel de riesgo al que se expone, lo que permite tener parámetros base para crear el plan de seguridad (Walker, 2009).

Finalmente, se considera necesario hacer valoraciones de riesgo, ya que las dinámicas de violencia pueden cambiar, lo que significa que las medidas a planificar deben reestructurarse. Asimismo, si la violencia es muy severa, puede que el contar con planes de seguridad no sea suficiente para proteger totalmente a las usuarias, de ahí que el analizar continuamente la dinámica de violencia puede permitir identificar situaciones que podrían transformarse en contexto altamente peligrosos.

2 Construcción del plan de seguridad

En primera instancia, **el plan de seguridad es una estrategia que permite crear un contexto seguro para las mujeres que están viviendo situaciones de violencia, a través de distintas estrategias que buscan reducir la exposición de la usuaria a situaciones de riesgo.** Para esto, se busca que las víctimas puedan salir de su hogar de forma segura (Walker, 2009). A continuación se describen algunos elementos a tomar en cuenta al establecer esta estrategia:



Crear un mapa de la propiedad y el vecindario: se identifican casas de vecinos(as) que podrían ayudar en caso de emergencia, así como las rutas más seguras y riesgosas al salir del hogar. Por ejemplo, dentro de la casa es peligroso estar cerca de la cocina, debido a la presencia de cuchillos y otros utensilios. También, los vehículos, equipo de ferretería o agricultura podrían ser utilizados por su compañero sentimental como objetos para agredirlas. Fuera del hogar, el coincidir con la persona agresora, caminar por zonas peligrosas, solitarias o con poca iluminación puede exponerlas a riesgos (Walker, 2009).

Respecto a personas cercanas, se pueden establecer señales de alerta, como encender y apagar luces, emitir sonidos o usar palabras clave por mensajes de texto para señalar que necesitan ayuda, de tal forma que esas redes de apoyo soliciten apoyo a través del 911 (Walker, 2009). Al momento de salir de su casa, se debe analizar aquellas condiciones que se necesitan para que la usuaria pueda desplazarse con su familia, de forma rápida y segura, considerando inclusive medios de transporte (OPS, 2014).



Preparar un bolso con pertenencias que se llevará al salir de su residencia: dentro de los elementos a considerar se encuentran llaves extras de la propiedad, dinero, alimentos no perecederos, elementos valiosos a nivel emocional, ropa, documentos legales y medicamentos con instrucciones sobre la forma en que deben consumirse (Walker, 2009). Estos elementos podrían guardarse en un sitio seguro previo al retiro del hogar (OPS, 2014).



Tener un listado de instituciones que pueden dar servicios de protección: de debe enumerar las entidades que pueden ayudarles, con su respectivo número de teléfono y dirección. Algunas instituciones a considerar son el Instituto Nacional de las Mujeres (INAMU), las Oficinas de la Mujer de cada municipalidad, la Fuerza Pública más cercana, el Poder Judicial, el Patronato Nacional de la Infancia y los Servicios de Salud de la Caja Costarricense del Seguro Social (Claramunt, 1999; Consejo Superior del Poder Judicial, 2007; Roberts, 2005; Walker, 2009).

Aunado a lo anterior, **el contar con un listado de instituciones permite contar fácilmente con información durante emergencias. Estos datos solo deben colocarse en zonas visibles si el agresor no comparte la misma residencia y en el caso del celular, se deben guardar con nombres que faciliten su acceso** (Claramunt, 1999; Roberts, 2005; Walker, 2009).



Si la víctima debe salir de su hogar a hacer diligencias, es importante tomar en cuenta si el agresor conoce su rutina y rutas, para lo cual se recomienda variarlas para evitar que se pueda predecir su paradero (Walker, 2009).



Revisar continuamente cada uno de los elementos de esta lista al menos tres veces, ya que esto permite que se pueda tener presente cada uno de los pasos (Walker, 2009).

Una vez recolectada la información, **es importante que usted como asesor(a) legal conozca si la usuaria tiene activas medidas de protección contra su pareja**, para tomarlas en cuenta en los procesos legales, pero aún más importante porque se pueden activar en situaciones de riesgo, como parte del plan de seguridad. Además, si parte de los aspectos mencionados sobre crisis y estrategias de abordaje, usted podría comprender mejor las necesidades de las mujeres, de tal forma que desde lo legal se activen mecanismos contextualizados a sus realidades.

3 Activación del plan de seguridad

Una vez que la usuaria se encuentra en riesgo de femicidio es necesario activar las distintas pautas incluidas en el plan, para lo cual pueden suceder dos escenarios distintos:

1. **Si las mujeres cuentan con medidas de protección activas, tienen la posibilidad de acudir a la Delegación de la Mujer o llamar a la policía, indicando que legalmente existen medidas de protección y que existen antecedentes de violencia, por lo cual su vida está en riesgo (Consejo Superior del Poder Judicial, 2007).** De esta manera, podrá recibir asesoría directa, asistencia policial y la ejecución de las directrices dadas por las medidas, donde pueden tomar preso al agresor, obligarlo a alejarse de la víctima, entregar sus armas de fuego, entre otras (Asamblea Legislativa de Costa Rica, 1996). Si la usuaria aún no tiene medidas de protección, pero desea colocarlas, usted puede informarle sobre el procedimiento para solicitarlas.
2. **Si la víctima no cuenta con medidas de protección y no desea colocarlas, es importante respetar su decisión y recordar que su postura puede darse debido a que está siendo violentada por el agresor (Walker, 2009).** Asimismo, según la OPS (2014), siempre es necesario generar un ambiente de respeto, ya que esto permite crear contextos seguros, que no juzguen, propiciando que la víctima sienta que puede expresarse en cualquier momento, inclusive en contextos peligrosos. De igual forma, se le puede explicar que las medidas de protección son un recurso que podrían ponerla a salvo en situaciones de riesgo (Walker, 2009). Es importante considerar que a través del plan de seguridad, inclusive sin medidas de protección, la usuaria puede tener distintas opciones para salvaguardar su vida.

En ambos casos, con o sin medidas de protección, lo primero siempre es llamar al 911 o a la policía más cercana, indicando que su vida está en peligro, para que así pueda reportar su situación de riesgo y ser asesorada de la mejor manera posible (Consejo Superior del Poder Judicial, 2007).

Una vez que esto se realiza, las usuarias pueden tener la capacidad de valorar, si lo mejor es salir o no de su casa, dependiendo del contexto y las rutas de escape. Además, el contar con estrategias para protegerse, les permitirá conocer cómo reaccionar en contextos violentos, al tener la información más presente (OPS, 2014). **Sin importar el nivel de riesgo, es necesario contemplar distintos escenarios de agresiones y rutas de escape, para que así la usuaria pueda contar con múltiples opciones para disminuir el riesgo de ser víctima de nuevos episodios de violencia.**

Al implementar las rutas de escape, dependiendo de si la víctima siente que en su casa está en riesgo, podría huir a un contexto más seguro si se toma previamente las medidas del caso, tomando en cuenta instituciones y personas cercanas. Además, al desplazarse tendría la posibilidad de tener consigo los elementos que le son valiosos y necesarios a través del equipaje, lo que la protege al no tener que regresar por estos elementos. **Si la usuaria decide no retirarse de su hogar, de igual forma debe tener sus objetos de valor cerca y encerrarse en el lugar más seguro, mientras espera por ayuda policial (OPS, 2014).**

En el caso del consultorio, la presencia de mascotas ha sido un elemento decisivo, por lo cual se debe buscar la manera de incorporarlas al plan, para que al momento de salir o de protegerse del agresor estén con las usuarias, ya que anteriormente las han violentado a través de hacerle daño a sus mascotas.

4 Otros aspectos a considerar

El Consejo Superior del Poder Judicial (2007) establece que es responsabilidad del INAMU orientar a las víctimas al acudir al Juzgado Especializado de Violencia Doméstica, de Familia o Contravencional, para solicitar medidas de protección o iniciar un proceso legal penal contra su agresor. Asimismo, el INAMU puede ofrecer albergues para las víctimas y sus familias, pero esta opción puede ser rechazada si las usuarias consideran que no es el mejor momento, lo que significa que la institución debe realizar un plan de seguimiento para que las usuarias puedan apoyarse si se presentan episodios de violencia.

Asimismo, Walker (2009) menciona que es importante evitar que el agresor tenga conocimiento del plan de seguridad, porque puede aumentar su agresividad o intentar conquistarla. Además, durante la separación, usualmente las víctimas pueden recordar cada episodio de agresiones, lo cual genera mucho miedo.

Finalmente, **al identificar cualquier situación de riesgo, es importante que comunique esta información a la persona directora del Consultorio Jurídico, para que usted y ella puedan darle un acompañamiento integral, que permita activar el plan de seguridad y procurar establecer estrategias por la vía legal para proteger a la usuaria.**



Ejercicios – Capítulo 4

Lea el siguiente caso, tomado de Claramunt (2007):



Maribel es una maestra, que proviene de una familia sencilla, tiene cuatro hermanos y su papá siempre la apoyó en sus estudios. Tuvo una infancia dichosa, fue feliz y fue educada por su padre para que se alejara de vicios. Su madre, ama de casa, siempre le enseñó que el triunfo del matrimonio depende del silencio y la obediencia de la mujer a su esposo.

En cuanto a Julián, su esposo, lo conoció en la universidad. Nunca había tenido novio porque era prioritario terminar sus estudios y sobre todo cuidarse de las malas intenciones de los hombres. Además, su padre le dijo que protegiera su virginidad, por lo cual se negó a la posibilidad de tener una relación con él. Al terminar sus estudios lo aceptó como novio, pensando que su familia la apoyaría. Así, tras una semana de noviazgo Julián le propuso matrimonio, su familia se mostró complacida porque era un hombre detallista, trabajador, que la hacía sentir distinta. Ella comenta que él era muy celoso, entonces ella prefería no ponerse ropa provocativa ni maquillarse para así evitar. Al momento de la boda todo cambió.

Maribel comenta que al mes de casados, ella fue al salón de belleza porque quería verse hermosa para él cuando regresada del trabajo, pero Julián llegó hasta la madrugada. Él reclamó que en la tarde cuando llegó no estaba, Maribel le explicó el motivo y él guardó silencio. Al otro día ambos pidieron disculpas. Así todo se mantuvo estable, no se presentó ninguna otra situación de agresión verbal, pero a veces parecía muy estresado y que todo le molestaba. Al quedar embarazada se sintió muy feliz porque todo podía cambiar, pero después de dar a luz, Julián hizo una fiesta de celebración. Al terminar, él le comentó que ella no le agradeció lo suficiente porque él preparó todo. Después de decirle que era muy desconsiderada, la obligó a tener relaciones sexuales, lo que le generó un desgarre vaginal. Al otro día, acudieron al hospital, argumentando una complicación postparto. Luego, Julián prometió que nunca más volvería a pasar, Maribel le creyó y se culpó por no haber sido comprensiva. La relación mejoró por un tiempo.

Tiempo después, volvió a quedar embarazada, Julián se enojó porque quedó embarazada durante una crisis económica. Justo en ese momento el menor lloró, Maribel fue a buscarlo y cuando estaba cerca de la cuna su esposo la tomó del pelo, la empujó contra la pared, la pateó y luego la violó.

Luego de ese día, ella para ayudar a su marido consiguió empleo, Julián estaba satisfecho, las abuelas de los niños la ayudaron con el cuidado. La agresión continuó, pero ella mantuvo el silencio por vergüenza, no quería que la señalaran de mala esposa, porque no fue suficientemente buena y la iban a responsabilizar por el fracaso de su matrimonio. No quería tampoco que su mamá sufriera, porque para su familia Julián era el mejor esposo que ella podía tener.

En cuatro años de matrimonio, Maribel fue madre de tres niños. Siguió siendo maestra y la violencia continuó. A pesar de eso, su esposo se mostraba tranquilo por temporadas, pero eran períodos cortos, para luego pasar a episodios muy violentos que culminaban con violaciones. Esto se complicó cuando Julián tuvo acceso a un club de películas, donde alquiló mucha pornografía, la obligaba a mirarla y repetir escenas donde ella se sintió degradada y humillada.

En los últimos 6 meses su esposo siempre estuvo de mal humor y compró un arma. Esto generó terror en Maribel porque la amenazó con matarla por ser mala esposa y madre. Además, le decía que ella tenía relaciones sexuales con los padres de sus estudiantes. Ella comenta que el divorcio no lo consideró como opción porque esto podía empeorar la situación, ya que Julián podría tener amantes. Entonces decidió ir a misa y estar más unida a Dios pero se dio cuenta que él nunca cambiaría. En la noche siguiente, fue amenazada de muerte, pero él dijo que era una broma para asustarla.

Ante este panorama Maribel decide pedir ayuda, porque sabe que su esposo no va a cambiar, que quiere vivir sin violencia, aunque no sabe cómo hacerlo y no entiende que tiene hacer, por este motivo buscó ayuda y cree que usted puede dársela.

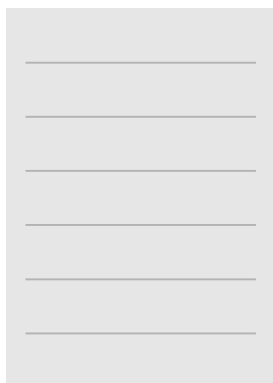
A partir de la información anterior, diseñe un plan de seguridad tomando en cuenta las características de la violencia del capítulo 1, las características de la crisis y los primeros auxilios psicológicos. Tome en cuenta también los insumos del capítulo 3 y 4. Para que la elaboración se le facilite, se le pedirá que complete algunas preguntas.

Construcción del Plan de Seguridad

1. Valoración de riesgo

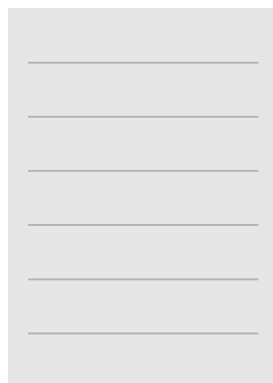
El primer paso es determinar las características de la violencia. Para ello indique con ejemplos, todos los tipos de violencia que identifica:

Física



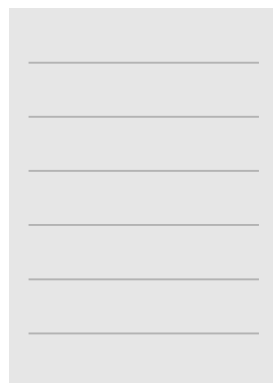
A vertical rectangular box with a light gray background, containing six horizontal lines for writing.

Psicológica



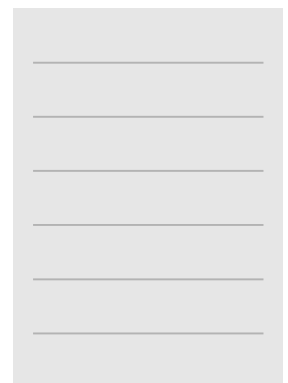
A vertical rectangular box with a light gray background, containing six horizontal lines for writing.

Sexual



A vertical rectangular box with a light gray background, containing six horizontal lines for writing.

Patrimonial



A vertical rectangular box with a light gray background, containing six horizontal lines for writing.

Ahora, de acuerdo a los aportes de Claramunt (1999) y los aportes del Consejo Superior del Poder Judicial (2007), identifique las situaciones de riesgo y riesgo severo de muerte al que se expone la usuaria.

Una vez que completó esta información, analice con el cuestionario del anexo 3, el nivel de riesgo al que se expone la usuaria, indíquelo y justifique su respuesta:

Nivel de riesgo

Justificación

2. Desarrollo del plan de seguridad:

Para la creación del plan de seguridad, el primer paso es pensar en las necesidades de la usuaria (OPS, 2014). Partiendo de esto, mencione:

Explique la etapa de la crisis en que se encuentra la usuaria al momento en que acude a su servicio legal. Justifique su respuesta:

Mencione 4 elementos que usted considera sería importantes tomar en cuenta al darle primeros auxilios psicológicos a Maribel. Considere los aportes del capítulo 2 y 3, adáptelos a su situación.

1

2

3

4

Para la creación del mapa de la propiedad y la estrategia de salida, la usuaria no reporta esa información. Por lo cual usted debe crear una lista de 4 preguntas que utilizaría para obtener esos datos, tomando en cuenta los aportes del capítulo 3.

1

2

3

4

A partir de las posibles respuestas a las preguntas anteriores, señale en el siguiente dibujo: posibles salidas, lugares peligrosos dentro de la casa de habitación, áreas donde podría guardarse el equipaje y zonas más seguras para protegerse



Ahora, indique 6 aspectos que usted considera que son importantes a tomar en cuenta al momento del salir de su hogar. Tome en cuenta que si el agresor está presente y si logra salir de su casa de habitación, considere aquellos elementos que podrían poner en riesgo la vida de la usuaria y su familia, en su vecindario.

Aspectos a considerar al salir del hogar

Si el agresor está presente

Si el vecindario es peligroso

Si la usuaria tiene dificultad para retirarse de su hogar, debe buscar un lugar seguro en su casa. Para esto realice un listado de aspectos que usted tomaría en cuenta para proteger a la usuaria, por ejemplo correr muebles para bloquear puertas, ubicarse en el cuarto más seguro y distante a zonas de riesgo, entre otros elementos que usted considere.

1

2

3

4

En cuanto a la preparación del bolso con elementos importantes, realice un listado de 6 elementos que usted considere la usuaria debería colocar en su interior para que al momento de retirarse de su hogar pueda contar con ellos:

1

2

3

4

5

6

En cuanto a las instituciones que podrían darle apoyo a Maribel, realice un listado de aquellas instituciones que podrían darle servicio, partiendo de sus necesidades, tales como estudios, recursos para independizarse, servicios de salud, entidades del Poder Judicial, entre otras. Tome en cuenta también las necesidades de sus hijos.

1

2

3

4

5

6

Finalmente, realice un listado de 6 acciones a seguir al activar el plan de seguridad, considere los aportes incluidos en las secciones 3 y 4 de este capítulo

1

2

3

4

5

6

Referencias bibliográficas

- Abrahams, H. (2010). *Rebuilding Lives after Domestic Violence*. Jessica Kingsley Publishers.
- Asamblea Legislativa de Costa Rica. (1996). Ley N°7586. http://www.ciem.ucr.ac.cr/IMG/pdf/ley-7586_contra_la_violencia_domestica-2.pdf
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). Trastorno de estrés postraumático. En *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5*. American Psychiatric Publishing.
- Bass, E., y Davis, L. (1995). *El Coraje de Sanar: Guía para las mujeres supervivientes de abuso sexual en la infancia*. Ediciones URANO, S.A.
- Castro A. (2015). *La Violencia Doméstica. Tenemos derecho a una vida sin violencia*. Instituto Nacional de las Mujeres.
- Claramunt, C. (1999). *Mujeres maltratadas. Guía de trabajo para la intervención en crisis*. Organización Panamericana de la Salud
- Claramunt, C. (2007). *Casitas Quebradas el problema de la violencia doméstica en Costa Rica*. Editorial Universidad Estatal a Distancia.
- Consejo Superior del Poder Judicial. (2007). *Protocolo interinstitucional intervención para la atención de mujeres en situación de riesgo alto de muerte por violencia*. http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=78053&nValor3=98228&strTipM=TC
- European Union Agency for Fundamental Rights. (2015). *Violence against women: an EU-wide survey*. Publications Office of the European Union.
- Fallas, H., Mora, A., Sánchez, C., Mayorga, K., y Mata, L.G. (2017). *Protocolo interinstitucional de intervención valoración y administración del riesgo en situaciones de violencia contra las mujeres en relaciones de pareja*.
- Instituto Nacional de las Mujeres. (s.f.). *Escala de Valoración de Riesgo de Femicidio*.
- Morales, C., y Aguilar, V. (2016). *Caracterización de la oferta y demanda de servicios de violencia contra las mujeres, a nivel nacional, regional y local*. <https://accesoalajusticia.poder-judicial.go.cr/index.php/interes-violencia-sexual?download=1104:caracterizacion-de-los-servicios-vc>
- Observatorio de Violencia de Género contra las Mujeres y acceso a la Justicia. (2020, Noviembre 18). *Femicidio*. Poder Judicial, Observatorio de Violencia de Género contra las Mujeres. <https://observatoriodegenero.poder-judicial.go.cr/index.php/soy-especialista-y-busco/estadisticas/ley-de-penalizacion-de-la-violencia-contra-la-mujer>

- Observatorio de Violencia de Género contra las Mujeres y acceso a la Justicia. (2020, Abril 8). Ley de Penalización de Violencia Contra la Mujer. Poder Judicial, Observatorio de Violencia de Género contra las Mujeres. <https://observatoriodegenero.poder-judicial.go.cr/index.php/soy-especialista-y-busco/estadisticas/ley-de-penalizacion-de-la-violencia-contra-la-mujer>
- Organización Mundial de la Salud. (2012). Primera ayuda psicológica: Guía para trabajadores de campo. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44837/9789243548203_spa.pdf?sequence=1
- Organización Mundial de la Salud. (2017, Noviembre 29). Violencia contra la mujer. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>
- Organización Panamericana de la Salud. (2016). Atención de salud para las mujeres que han sufrido violencia de pareja o violencia sexual. <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/31381/OPSFGL16016-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Osorio, A. (2017). Primeros Auxilios Psicológicos. Integración Académica en Psicología, 5(15), 4-11. <https://integración-academica.org/attachments/article/173/01%20Primeros%20Auxilios%20Psicologicos%20-%20AOsorio.pdf>
- Roberts, A. (2005). Crisis Intervention Handbook: Assessment, Treatment and Research. Oxford University Press
- Sagot, M., Carcedo, A., y Guido, L. (2000). La ruta crítica de las mujeres afectadas por la violencia intrafamiliar en América Latina (Estudios de Casos en 10 países). Zeta Servicios Gráficos.
- Sagot, M., y Guzmán, L. (2004). Informe Final de Investigación. http://www.colectiva-cr.com/sites/default/files/Docs/mat_int/Encuesta%20Nacional%20de%20Violencia.pdf
- Valitutti, G., Salas, S., Chaves, X., Rojas, E., y Vargas, M. (2015). Segundo Estado de los Derechos Humanos de las Mujeres en Costa Rica. <https://www.inamu.go.cr/documents/10179/275546/INAMU+Segundo+Estado+de+los+Derechos+de+las+Mujeres+en+CR.pdf/1c7e2cf5-3288-422d-9d84-e8671e056340>
- Yeager, K., y Roberts, A. (2015). Crisis intervention Handbook, Assessment, Treatment, and Research (3ª ed.). Oxford University Press
- Walker, E. A. (2009). The Battered Woman Syndrome (3ª ed.). Springer Publishing Company, LLC.

Anexos

Anexo 1. Datos de instituciones que podrían dar servicios de atención a usuarias afectadas por la violencia ejercida en relaciones de pareja

Institución	Servicios que ofrece	Contacto telefónico	Dirección
Delegación de la Mujer	<ul style="list-style-type: none">• Terapia psicológica individual gratuita.• Terapia grupal.• Acompañamiento por parte de Trabajo Social.	2527-3761	Centro de Atención del INAMU, situado de la entrada principal del Museo Nacional, 75 metros al sur, sobre el Bulevar del Circuito Judicial.
Casa de Derechos (Municipalidad de Desamparados)	<ul style="list-style-type: none">• Becas de estudio a personas adolescentes.• Atención psicológica individual.	2219-49-76 2250-91-05	De la Municipalidad de Desamparados, 100 metros al oeste y 50 metro al sur, frente al parqueo de la Funeraria del Recuerdo en Desamparados Centro.
Centro de Atención Psicológica (CAP)	<ul style="list-style-type: none">• Terapia individual.• Nota: De marzo a julio se brinda atención a adultos(as) solamente. En el caso de menores de edad, la atención corresponde de agosto a diciembre.	2511-5776 2511-5982	Del Banco CATHAY en San Pedro de Montes de Oca, 30 metros al sur.
Centro Feminista de Información y Acción (CEFEMINA)	<ul style="list-style-type: none">• Atención psicológica.	2224-3986	Barrio González Lahmann, distrito Catedral. De la Clínica Santa Rita 25 metros norte y 75 metros oeste, calle sin salida, última casa mano izquierda, San José.

Anexo 2. Situaciones de alto riesgo de muerte para usuarias afectadas por la violencia ejercida en relaciones de pareja

El Consejo Superior del Poder Judicial (2007) considera que al presentarse 3 de las siguientes situaciones la persona puede estar en riesgo severo:

- 1 Presencia de episodios de violencia previa que colocaron a la víctima en riesgo de muerte, como por ejemplo uso de armas de fuego o blancas, intento de asfixia, amenazas de muerte o suicidio, golpes y heridas de gravedad. También se incluye el usar vehículos para hacer daño a la integridad física, empujar por escaleras o envenenar.
- 2 En el pasado la usuaria tuvo que abandonar su hogar debido a que su vida estuvo en riesgo.
- 3 El agresor estuvo en prisión por haber lastimado a otras personas.
- 4 En el presente existen medidas de protección contra el agresor, pero no las respeta.
- 5 La mujer cree que puede ser asesinada.
- 6 El agresor retiene contra su voluntad a la usuaria, por lo que vive aislada.
- 7 Existen antecedentes o tentativas de abuso sexual y/o abuso físico contra personas menores de edad.
- 8 La usuaria desea separarse o piensa hacerlo. Asimismo, considera establecer medidas de protección o causas penales en su contra.
- 9 Quien agrede utiliza sustancias adictivas.
- 10 La violencia sucede más frecuentemente.
- 11 La usuaria tuvo que acudir a servicios de salud debido a las consecuencias ocasionadas por la violencia física y psicológica.
- 12 Quien agrede fue diagnosticado con alguna patología psiquiátrica.
- 13 Su pareja tiene acceso a armas de fuego.
- 14 Ante la autoridad o policías su compañero ofrece resistencia.
- 15 La víctima siempre se siente acosada, controlada y amenazada.
- 16 El agresor asesinó a mascotas.

Anexo 3. Guía para la valoración de riesgo en situaciones de violencia contra la mujer



ESCALA DE VALORACIÓN DE RIESGO DE FEMICIDIO

Nombre: _____ Edad: _____ Cédula: _____ Teléfono: _____ Fecha de valoración: / /
 Nombre ofensor: _____ Edad: _____ Nacionalidad: _____ Tiempo de relación: _____ Fecha última agresión: _____

CONDUCTAS DE ALTO RIESGO DE MUJERTE*		SI	NO	NR	OBSERVACIONES
1	¿Ha habido agresiones físicas graves que causaron lesiones a la víctima o amenazaron una intervención médica?				
2	¿Ha usado o amenazado con usar un arma de fuego, cuchillo y otra arma letal contra la víctima?				
3	¿Ha intentado el agresor ahogar a la víctima?				
4	¿Ha forzado a la víctima a tener relaciones o practicar actos de contenido sexual en contra de su voluntad?				
5	¿Ha amenazado con matar a la víctima?				
6	¿Presiona al agresor otros muy intenciosos, violentos y/o conductas controladoras sobre la pareja?				
7	¿Ha habido un aumento en la frecuencia y/o gravedad de los incidentes violentos en el último mes?				
8	El agresor NO expresa responsabilidad ni culpa por su conducta.				
OTROS FACTORES AGRAVANTES DEL RIESGO DE MUJERTE					
9	¿Hay consumo reciente y abusivo de alcohol y/o drogas por parte del agresor? **	SI	NO	NR	
10	¿Ha interrumpido la víctima medidas de protección, peticiones alimentarias o denuncia penal contra el agresor? **				
11	¿Esta o ha estado vinculado el agresor con actividades delictivas como pandillas, narcotráfico o crimen organizado? **				
12	¿Siente la víctima que el agresor es capaz de matarla personalmente o a través de terceras personas? **				
13	¿Ha habido intentos o ideas de suicidio de parte del agresor?				
HISTORIA PREVA DE AGRESOR QUE INCREMENTA EL RIESGO					
14	El agresor tiene antecedentes penales relacionados con violencia hacia las mujeres y/o delitos sexuales.	SI	NO	NR	
15	Al agresor le han intervenido medidas de protección anteriormente u otras medidas relacionadas con violencia contra la pareja.				
16	El agresor ha incumplido medidas de protección o de libertad condicional.				
17	Ha existido violencia física hacia la pareja en presencia de los hijos [as] u otros familiares.				
18	Ha existido violencia física hacia los hijos [as] u otros familiares.				
19	El agresor presenta historial de conductas violentas contra otras personas NO familiares, conocidas o desconocidas.				
20	El agresor ha realizado conductas de crueldad contra animales.				
21	El agresor tiene historial de reaccionar violentamente frente a las figuras de autoridad (policías, jueces, etc.)				

*La presencia de cualquiera de los primeros 8 factores indican un alto riesgo de muerte para las mujeres. ** Una sola de estas situaciones unida a cualquiera de los primeros 8 factores significan Riesgo Severo.

Persona que realizó la valoración: _____
 Nota: este instrumento fue elaborado por el INAMU (s.f.).