



Transgresoras

KIT de herramientas
para mujeres defensoras





TRASNGRESORAS - KIT DE HERRAMIENTAS PARA MUJERES DEFENSORAS

Liga Internacional de Mujeres por la Paz y la Libertad - LIMPAL Colombia

www.limpalcolombia.org

Directora

Diana María Salcedo López

Coordinadora Programa Mujeres Paz y Seguridad

Natalia Chaves Monroy

Equipo pedagógico

Angie Pineda Ardila

Autoras

Laura Andrea Sánchez Rincón

Diana María Salcedo López

María Fernanda Padilla

Diseño y diagramación

Amparo Milena García Gómez

©2022, Liga Internacional de mujeres por la paz y la libertad

ISBN: 978-958-57241-2-9

Este material es producido en el marco del programa “Mujeres que Inciden en la Paz” apoyado por el Ministerio de Relaciones Exteriores de los Países Bajos.

con el apoyo de:



Ministry of Foreign Affairs of the
Netherlands



LIGA INTERNACIONAL DE MUJERES POR
LA PAZ Y LA LIBERTAD
LIMPAL COLOMBIA



Un camino hacia la protección integral de las mujeres

Orientaciones claves para mujeres defensoras de DDHH

Introducción	13
1. Reconociendo riesgos contra las defensoras	18
2. Activando estrategias internas para mitigar riesgos	23
2.1 Estrategia de respuesta interna	30
2.1.1 Construcción de planes de seguridad y autoprotección	31
3. Protección integral para las defensoras	41
Bibliografía	46

Orientaciones jurídicas para mujeres defensoras

1. Rutas de protección	52
2. Ruta de protección municipal a líderes(as) y defensores(as) de DDHH en situación de riesgo y/o amenaza	62
3. Programa integral de garantías para mujeres líderes y defensoras de derechos humanos	66
4. Para contextualizarnos	66
5. Instancias de participación	73
6. Enfoques del Programa Integral de Garantías - PIG	74
7. Ejes del programa integral de garantías	76
8. Bibliografía	79

Territorialicemos El PIG – Mujeres

Lineamientos para la territorialización del Programa Integral de Garantías para lideresas y defensoras PIG Mujeres

Creación del PIG Mujeres	83
1. Espacios autónomos de las defensoras y lideresas	85
Espacio Autónomo 1: Reconocimiento de liderazgos	86
Espacio Autónomo 2: Representatividad y participación (Perfiles-Grupos poblacionales)	87
Espacio Autónomo 3: Proceso de elección del Comité de Impulso	88
2. El Comité de impulso	89
Principios en la conformación del Comité de Impulso	89
¿Quiénes componen el Comité de Impulso?	90
Número de integrantes	91
Competencias, conocimientos y características de las integrantes	91
Acompañamiento Técnico para las integrantes del Comité de Impulso	93
3. Experiencias piloto y de territorialización del PIG-Mujeres	94

Entre todas nos cuidamos

1. ¿Qué encontrarás?	99
2. Autocuidado para la vida	100
3. Herbolaria para el cuidado sostenible y feminista	103







Un camino hacia la
protección integral
de las mujeres
Orientaciones claves
para mujeres
defensoras de DDHH

Introducción

Las mujeres defensoras de Derechos Humanos (DDHH) en Colombia, deciden diariamente enfrentarse a sistemas excluyentes que son respaldados mayoritariamente por sectores poderosos. Esto representa un alto riesgo para sus vidas desde el primer momento en el que se disponen a exigir justicia y dignidad para diferentes poblaciones (Unidad Nacional de Protección, 2018) (Front Line , 2007) (Ministerio del Interior , 2015) (PARES, 2019) (UDEFEQUA Guatemala , 2012) (LIMPAL Colombia , 2020). Sin embargo, en este camino, su principal obstáculo es ser mujeres, en una sociedad patriarcal que mantiene la idea preconcebida sobre los roles que deben desempeñar y que atraviesan todos los ámbitos de la vida social, empezando por la construcción cultural de la familia, la cual ha relegado a las mujeres al espacio privado y ha impuesto sobre ellas el rol de cuidadoras.

En la mayoría de casos, las defensoras de DDHH reciben ataques por parte de sus familias (principalmente de sus parejas o exparejas sexo-afectivas) y comunidades, quienes se oponen a que ellas tomen la iniciativa de defender sus derechos y los de otras mujeres, o incluso los intereses de toda una comunidad. Como se ha visto a través de diferentes reportes, la violencia contra las mujeres defensoras se manifiesta de múltiples maneras que buscan principalmente deslegitimar sus labores, amenazarlas y calificarlas como malas madres y mujeres, situación que se agudiza en zonas rurales o periféricas del país.

De acuerdo con el informe MUJERES DEFENSORAS LIBRES Y SEGURAS: APORTES A LA VERDAD PARA LA NO REPETICIÓN, elaborado por SISMA Mujer y la Red Nacional de Mujeres Defensoras de DDHH en el año 2019 para presentar ante a La Comisión de la Verdad, las mujeres defensoras trabajan en horario extendido, tienen la obligación (impuesta por los roles sexuales o de género) de cuidar sus hogares al mismo tiempo que trabajan en la defensa de derechos. Por esta línea, en el informe se señala que los principales obstáculos para el ejercicio del liderazgo femenino son: las desigualdades estructurales al interior de la familia, los estereotipos sociales que existen alrededor del liderazgo femenino en contextos comunitarios y las prácticas machistas al interior de las organizaciones sociales.

Sumado a lo anterior, el aumento en la sistematicidad de asesinatos en contra de lideresas sociales va en aumento. En el año 2016, la Defensoría del Pueblo aseguró que los asesinatos y amenazas contra esta población se habían agudizado y para el 2018 la cifra continuó aumentando críticamente. La ONU lleva años manifestando su preocupación por las alarmantes cifras de violaciones masivas a los Derechos Humanos en contra de las personas lideresas y defensoras. En un informe de 2019 señaló que los asesinatos, las agresiones sexuales, las torturas y las amenazas en contra de las mujeres defensoras estaban incrementando significativamente. En el año 2016 se reportaron seis asesinatos de mujeres defensoras. En 2017 catorce mujeres fueron asesinadas, de las cuales tres pertenecían a la comunidad LGBT. Para el 2018 más de doce casos de homicidios en contra de mujeres defensoras fueron reportados, lo que representó un aumento del 100% en la ocurrencia de esta situación en dos años. Un dato aterrador y a su vez importante que señalan en este informe es que, de acuerdo con el Comité de la CEDAW, los casos de violencia sexual en contra de defensoras aumentaron considerablemente tras la firma del Acuerdo de Paz.

De acuerdo con el programa Somos Defensores, Del 1 de enero de 2009 al mes de marzo de 2019 fueron asesinadas 100 mujeres defensoras. Desde principios de 2013 a marzo de 2019 ocurrieron 76 de los 100 homicidios. De 2009 a 2018 los asesinatos en contra de mujeres defensoras aumentaron en un 433,3%, superando el aumento de asesinatos en contra de hombres defensores (379,3%). De la cifra de 2013 a 2019 se identificó que el 47,4% (36 mujeres) eran lideresas comunitarias, mientras que el 43,4% (33 defensoras) defendían derechos de poblaciones específicas, entre los que se encuentran los derechos de las mujeres (3,9% correspondiente a 3 mujeres), de la población LGBT (13,2%, correspondiente a 10), de los pueblos indígenas (9,2%, correspondiente a 7) y afrodescendientes (1,3%, una defensora), del campesinado (6,6%, correspondiente a 5), de las víctimas (7,9%, 6 mujeres) y de la juventud (1,3%, una defensora). También se encuentran comunicadoras defensoras de derechos humanos (2,6%; correspondiente a 2 defensoras), defensoras ambientales (2,6%, correspondiente a 2 defensoras), y defensoras educadoras y lideresas sindicales (3,9%; correspondiente a 3 defensoras).

Las amenazas y riesgos derivados de la función de defensa de derechos humanos que realizan las mujeres en los territorios y que se extiende en ocasiones al nivel internacional, contienen una marca de género, que fundamentalmente impacta de manera diferenciada el rol que ellas desempeñan, así, la

respuesta tanto institucional como social a estas situaciones de violencias contra ellas, requieren una mirada diferencial, que permita evidenciar los riesgos y afectaciones, pero también proponer alternativas de mitigación y erradicación que vayan en la lógica de reconocer sus vocerías como mujeres y avanzar en la reivindicación de su actoría política como ciudadanas.

Como se ha dicho por parte de varias organizaciones y procesos comunitarios, incorporar el enfoque de género como fundamento de esta lectura y respuesta, permite dar cuenta de las violencias diferenciadas que viven y así mismo crear respuestas efectivas para prevenirlas y trabajar en pro de su posible erradicación.

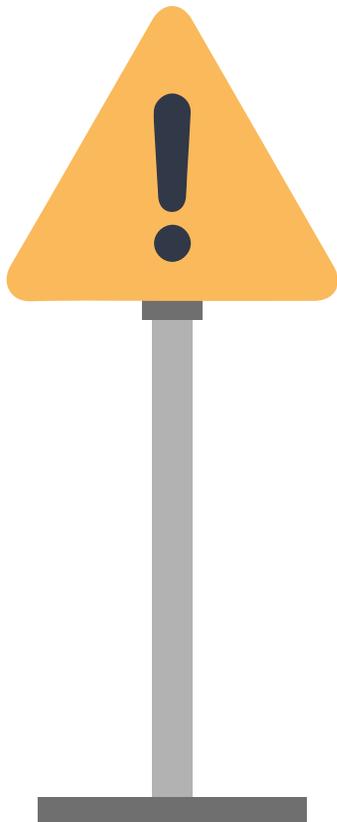
Cuando las mujeres defienden derechos humanos confrontan el rol que tradicionalmente se les ha asignado, y los comportamientos que se permiten en virtud de los estereotipos de género, así como los deberes y prohibiciones que impone el significado social que se le otorga a ser mujer. De esta manera, al tomar un espacio político y social, actúa en contra de la norma tradicional. Así, se puede afirmar que este componente de género en la violencia en contra de las defensoras se manifiesta también en que no sólo son agredidas por el trabajo que realizan en defensa de los derechos humanos, sino por hacerlo siendo mujeres (Asociadas por lo justo, JASS; Centro por la Justicia y el Derecho Internacional, CEJIL; Protección Internacional, PI)

Si bien, la responsabilidad de la protección de las defensoras está en cabeza del Estado y de los Gobiernos, resulta fundamental la activación de otros mecanismos propios que puedan mitigar y prevenir algunas situaciones que lleguen a generar riesgos para defensoras y lideresas. Es por ello que, **esta cartilla tiene el propósito de entregar a las defensoras algunas alternativas para la construcción de herramientas de autoprotección y prevención con el fin de fortalecer el cuidado colectivo en los procesos comunitarios y el respaldo social y comunitario a las defensoras de derechos humanos.**



Afianzando conceptos

Es importante iniciar definiendo algunos de los conceptos que son considerados claves en materia de protección de defensores y defensoras de Derechos Humanos, ya que las definiciones claras y precisas permiten manejar un lenguaje apropiado y común que facilita la comunicación y el entendimiento individual y colectivo sobre todo lo que abarcan estas acciones. A continuación, se proponen definiciones completas de los conceptos más importantes con el fin de ofrecer una orientación integral en este camino.



Riesgo: es la posibilidad de sucesos, como consecuencia directa del ejercicio de sus actividades o funciones políticas, públicas, sociales o humanitarias, o en razón al ejercicio de su cargo, en unas condiciones determinadas de modo, tiempo y lugar por muy inciertos que parezcan, que causen un daño (UNP.gov.co, 2021). En el caso de las defensoras de DDHH, analizar constantemente los niveles de riesgo que enfrentan es importante para poder desarrollar e implementar estrategias de prevención y, para exigir del Estado las medidas de protección adecuadas.

Amenazas: son las indicaciones de que alguien puede dañar el físico, la integridad moral, o la propiedad de otra persona, a través de acciones deliberadas y a menudo violentas (Front Line, 2007). Existen diferentes tipos de amenazas: las amenazas indirectas basadas a menudo en una actividad criminal o en un conflicto armado. Las amenazas directas pueden estar expresamente dirigidas contra la víctima, para el caso particular, suelen estar muy relacionadas al trabajo de las defensoras de DDHH, así como a los intereses y sensibilidad de los oponentes al trabajo de las defensoras. Las amenazas directas son las más comunes y buscan obstaculizar o cambiar el trabajo de un grupo o influenciar sobre la conducta de las personas involucradas. La

amenaza está constituida por un hecho o una situación de carácter externo y requiere la decisión o voluntariedad de causar un daño!



Vulnerabilidad: hace referencia a los factores que pueden influenciar que una defensora de DDHH o un colectivo sufran un ataque o un daño mayor, como consecuencia de un ataque, es el nivel de exposición de la amenaza, pérdida, daño o sufrimiento de personas, grupos o comunidades. La vulnerabilidad puede estar asociada a condiciones de discriminación. (Front Line, 2007).

La vulnerabilidad depende de las circunstancias, es decir que no es estática. Algunos de los factores que incrementan o reducen la vulnerabilidad incluyen el acceso o la falta de acceso a: medios de comunicación efectivos y seguros; transporte seguro sobre el terreno; buen cerrojo u otro tipo de protección para la casa u oficina; el apoyo de otros/as defensores de DDHH a través de redes o de un sistema de respuesta colectiva cuando los defensores sean atacados. Las capacidades y las vulnerabilidades son dos caras de la misma moneda. Por ejemplo, no conocer suficientemente el entorno es una vulnerabilidad, mientras que el poseer dicho conocimiento equivale a una capacidad.



Protección: es el conjunto de acciones que se desarrollan para disponer de espacios seguros de vida y de trabajo. En el caso de las defensoras de derechos humanos, los Estados son los encargados de implementar y garantizar las mejores condiciones de seguridad que permitan la protección a lideresas y defensoras.

Autoprotección: es el conjunto de capacidades que las lideresas y defensoras de derechos humanos desarrollan para mejorar sus propias

¹ Decreto 1066 de 2015 que tiene por objeto compilar la normatividad vigente del sector administrativo del interior expedida por el Gobierno Nacional

condiciones de seguridad en la dimensión corporal, afectiva y relacional, contribuyendo así al sostenimiento de la vida.



Prevención: significa tomar medidas de manera anticipada con el objetivo de evitar que suceda un hecho violento. Asimismo, prevenir implica comprender los escenarios en los que se está trabajando para definir medidas a mediano y largo plazo para potenciar las medidas de protección integrales en las que se asuman los riesgos y amenazas como eventos que requieren de atención inmediata, contribuyendo a la mitigación temprana de los daños causados por estos hechos violentos (PARES, 2019)

1. Reconociendo riesgos contra las defensoras

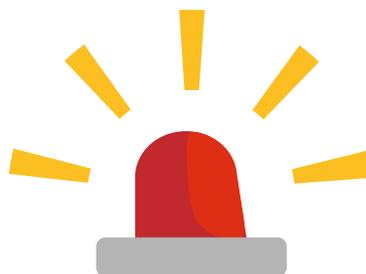
Las defensoras de derechos humanos, de manera particular, se enfrentan a situaciones de riesgos derivadas de su actividad comunitaria, que se ve además atravesada por una serie de patrones de estigmatización no solo en razón a su género, sino en razón a otros marcadores identitarios que les sitúan en contextos divergentes; así, los riesgos no son los mismos dependiendo la orientación sexual e identidad de género, la identidad étnica - racial, el ciclo vital, la pertenencia urbano - rural y la agenda de derechos que se reivindique.

Pese a estas diferencias, las mujeres defensoras y lideresas, enfrentan algunos riesgos que resultan similares en tanto las violencias que los ocasionan, ya que, buscan reducir a las mujeres a la concepción más mínima del sujeto mujer, generalmente la que naturaliza el cuidado de otras y otros y se ubica en el lugar privado de las familias.

A continuación, se reconocen algunos de estos riesgos más generales contra las defensoras, que evidentemente tienen un correlato dependiendo las diversidades de las mujeres que son afectadas e impactadas. Estos tipos de violencia pueden manifestarse, no solo, en el marco de sus relaciones de pareja o expareja que buscan reprimir su liderazgo, sino en el marco de los procesos sociales y comunitarios como una forma de silenciarlas, por lo que se hace necesario el análisis desde el continuum

de las violencias, para comprender la dinámica que se produce en contra de las defensoras cuando se ejercen este tipo de prácticas vulneradoras.

Estas violencias se agudizan durante el ejercicio de su trabajo como lideresas de otras mujeres, esto se debe a la falta de atención y de protección integral para su situación de constante riesgo, por ello se considera que, tanto las instituciones gubernamentales competentes como la sociedad civil, tienen una deuda histórica con esta población.



Las definiciones que se encuentran a continuación, fueron tomadas de los Cuadernos de Protección de UDEFEGUA Guatemala (2012):

- **Violencia física:** cualquier acción que produzca daño, sufrimiento físico, lesiones o enfermedades por medio del uso de fuerza física, armas, objetos, sustancias, o cualquier otro elemento.
- **Femicidio:** acto cometido por un hombre de asesinar a una mujer por odio en un contexto de relaciones desiguales de poder entre ambos sexos.
- **Violencia psicológica o emocional:** toda acción que produzca daño o sufrimiento psicológico, puede ser provocado por amenazas contra la víctima o su familia, intimidaciones o control, provocando el desgaste de su salud emocional.

- **Violencia sexual:** acciones que arremeten contra la libertad sexual haciendo uso de cualquier mecanismo de coacción (físico o psicológico), en las que se incluyen la humillación sexual, la prostitución forzada, la negación del derecho a métodos de planificación familiar tanto naturales como químicos, o a adoptar medidas de protección contra enfermedades de transmisión sexual.
- **Violencia económica:** acción u omisión por parte de un hombre, que repercute negativamente en el uso, goce, o disponibilidad del dinero y otros bienes materiales.
- **Estigmatización y difamación:** calumnias, señalamientos y campañas de desprestigio que se organizan en contra de las defensoras de DDHH, con el objetivo de desacreditar a la defensora y desvalorizar su trabajo.
- **Discriminación:** cualquier agresión que involucre exclusión o restricción por ser mujer, también por su etnia, idioma, religión, situación económica, enfermedad, discapacidad, estado civil, orientación sexual u otras.
- **Criminalización:** aplicación arbitraria de la ley o la amenaza de su aplicación de manera extrema, mayoritariamente cometida por instituciones públicas.
- **Intimidaciones:** acciones que buscan imponer miedo recordando que puede pasar algo malo. Se pueden dar por medio de acciones muy diversas como llamadas, vigilancia, miradas, declaraciones, signos, entre otras.
- **Vigilancia:** consiste en recolectar información del entorno sobre la vida privada, tales como trabajo, la organización a la que pertenecen las mujeres u otras con la intención de evaluar un posible ataque o evaluar cualquier información para investigar.

En el caso colombiano, las defensoras de derechos humanos han identificado múltiples riesgos y afectaciones a sus vidas, las de sus sistemas familiares y entorno comunitario, en razón al liderazgo que como mujeres ejercen en los territorios. Estos riesgos se reconocen, entre otras, en los pronunciamientos de la Corte Constitucional en el Auto 092 de 2008, al señalar los 10 riesgos de género derivados de las afectaciones en el marco del conflicto armado y que, en el caso de las defensoras,

se ven incrementados por razón a su condición dentro de las dinámicas de conflictividad armada en los territorios que habitan.

1 De violencia, explotación sexual o abuso sexual en el conflicto armado.

2 De explotación o esclavización para labores domésticas y roles considerados femeninos en una sociedad patriarcal.

3. De reclutamiento forzado de hijos(as) por grupos armados al margen de la ley.

4. Derivados del contacto o relaciones familiares con integrantes de grupos al margen de la ley o fuerza pública.

5. Derivados de su pertenencia a organizaciones sociales, comunitarias o políticas.

6. De persecución y asesinato por estrategias de control coercitivo.

7. Por el asesinato o desaparición de su proveedor económico o desintegración de su grupo familiar.

8. De ser despojadas de sus tierras y su patrimonio.

9 Derivados de la condición de discriminación o vulnerabilidad acentuada de mujeres indígenas o afros.

10. Pérdida o ausencia de su proveedor económico durante el proceso de desplazamiento.

Así mismo, en el Auto 098 de 2013, la Corte expresa que las defensoras:

(...) encaran riesgos de género que no enfrentan los defensores varones, en la misma proporción, debido a los roles preestablecidos que subvaloran y degradan la condición femenina (...) las mujeres defensoras enfrentan de forma constante el riesgo de ser objeto de abusos, agresiones y esclavitud sexual, trata de personas con fines de esclavitud sexual y doméstica, el reclutamiento con fines de explotación doméstica y sexual, amenazas de violencia sexual, humillaciones públicas con contenido sexual, marcas en el cuerpo producidas con objetos cortos punzantes o quemaduras en la que imprimen mensajes denigrantes contra la víctima. Muchas de las amenazas y actos de violencia se dirigen contra miembros del núcleo familiar, especialmente contra hijos e hijas, lo cual pone de manifiesto que tales ataques también pretenden una afectación diferenciada que ocasione daños en los bienes y relaciones que las mujeres consideran valiosos e importantes dada su condición femenina.



Cuando se identifican los riesgos contra las defensoras, generalmente, la dimensión de lo psico-emocional queda lejos de ese análisis; sin embargo, la experiencia de las mujeres defensoras y lideresas ha mostrado los profundos impactos que las amenazas y las situaciones de riesgo, generan en sus cuerpos y mentes. Por ello,

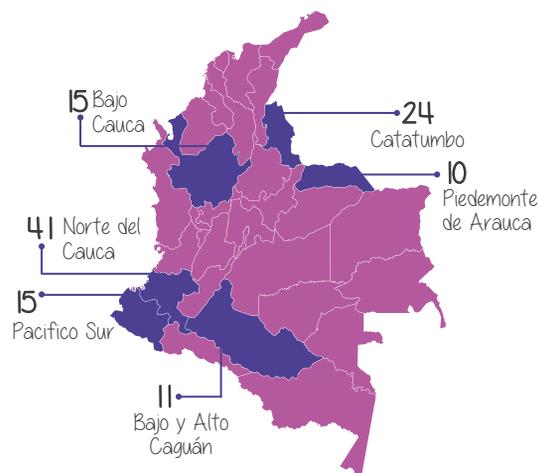
“Entender los aspectos psicosociales y las afectaciones a las defensoras y lideresas es, en sí mismo, es un acto político de resistencia ante la guerra, una forma de romper con los patrones patriarcales que ubican lo asociado a los sentimientos, a la humanización de las luchas en el lugar de la debilidad. Atribuirle sentido, cuestionar las prácticas de abuso que afectan las mentes y, con ello, las actuaciones de las defensoras y sus capacidades de afrontamiento, son una manera expresa de frenar las violencias y exigir respuestas humanas que se distingan de las que buscan construir máquinas que trabajan por causas justas, pero a quienes se les niega el reconocimiento de su propio dolor y de sus propios impactos.” (Limpal Colombia, 2020, p. 38)

Las tensiones psico-emocionales desatadas por actos de violencia contra de las defensoras, en algunos casos, generan tanto a nivel individual como a nivel colectivo, una reducción de la participación activa de las mujeres. Pese a esto, las defensoras han rescatado prácticas que les permiten procesar y fortalecer sus estrategias de afrontamiento ante estos impactos, logrando que, a partir de lo colectivo, del tejido social y comunitario puedan ser abordadas y tramitadas las afectaciones psico-emocionales producidas por el largo proceso de violencia.

Así, la evidencia sobre los múltiples riesgos que las mujeres defensoras corren antes y durante el ejercicio de su liderazgo, las violencias basadas en género, y en general todas las agresiones en su contra, muestran un alarmante aumento, tanto así que Colombia es considerado uno de los países más peligrosos del continente para defensores de DDHH y líderes sociales. Algunas fuentes como el informe presentado en el 2019 por la CIDH sobre la situación de personas defensoras de Derechos Humanos y líderes sociales en Colombia, Colombia ocupa el tercer puesto de los países más peligrosos para los defensores de la tierra y el medio ambiente; a su vez, en el año 2020, el informe ‘¿Por qué nos quieren matar?’ de Amnistía Internacional, posicionó a Colombia como el país en el que los defensores de DDHH están más expuestos a ser violentados de múltiples formas.

Subregiones focalizadas en el informe de Human Rights Watch

Numero de defensoras/es de derechos humanos asesinados entre 2016 y 2020



Fuente: Oficina del ACNUDH
Fechas de corte: 7 de enero de 2021

Como ya se mencionó, en el caso de las defensoras, el estigma en su contra por desprenderse del ámbito privado y tomar posiciones importantes en la esfera pública, representa, para la cultura patriarcal, una amenaza. Esto no sólo tiene consecuencias negativas para las defensoras, en muchas ocasiones sus familias también se ven perjudicadas en este camino de lucha por reivindicar los derechos de las mujeres. Cada ataque tiene la intención de obstaculizar su trabajo, impidiendo que sus esfuerzos por alcanzar la transformación puedan materializarse.

> Tomado de la página Web de Human Right Watch
<https://www.hrw.org/es/report/2021/02/10/lideres-desprotegidos-y-comunidades-indefensas/asesinatos-de-defensores-de>

En el ámbito de las relaciones de pareja y/o ex pareja, las defensoras de derechos humanos suelen estar inmersas en situaciones de conflictividad y violencias, ocasionadas por el incremento de su visibilidad y la multiplicidad de agendas que ocupan sus espacios. En algunos casos esta visibilidad, causa ruptura de los sistemas familiares, especialmente cuando no hay un reconocimiento al interior de las familias de su importante papel en la sociedad y cuando se refuerzan las dinámicas patriarcales de las relaciones románticas y sexo - afectivas desiguales. En otros casos, hay sistemas familiares que apoyan y reconocen la labor de las defensoras, ubicándolas en un lugar importante no solo para la familia, sino para la comunidad; esta práctica se constituye, en muchas ocasiones, en protectoras de las defensoras en tanto posibilita el ejercicio del liderazgo desde el reconocimiento y el cuidado colectivo.

Derechos de las Mujeres Defensoras

Según la Declaración de las Naciones Unidas sobre personas defensoras, las mujeres defensoras tienen derecho a:

- ✔ Realizar una labor en favor de los derechos humanos individualmente o en asociación con otras personas.
- ✔ Procurar la protección y realización de los derechos humanos en los planos nacional e internacional.
- ✔ Reunirse o manifestarse pacíficamente.
- ✔ Formar asociaciones y ONGs.
- ✔ Recabar, obtener, recibir y poseer (documentar) información sobre derechos humanos.
- ✔ Desarrollar y debatir ideas, principios y normas nuevas, con miras a lograr su aceptación por los poderes del Estado, tanto en el ámbito interno como en el internacional.
- ✔ Presentar a los órganos y organismos gubernamentales y organizaciones que se ocupan de los asuntos públicos, críticas y propuestas para mejorar su funcionamiento.
- ✔ Llamar la atención sobre cualquier aspecto de la labor gubernamental o de cualquier otro poder del Estado que pueda impedir la realización de los derechos humanos.
- ✔ Denunciar las políticas y acciones oficiales contrarias a los derechos humanos y a que se examinen esas denuncias.
- ✔ Asistir a audiencias, procedimientos y juicios públicos.
- ✔ Obtener protección eficaz de las leyes nacionales al reaccionar u oponerse por medios pacíficos a actividades y actos gubernamentales violatorios de derechos humanos.
- ✔ Solicitar, recibir y utilizar recursos con el objeto de proteger los derechos humanos (incluida la recepción de fondos del extranjero)

2. Activando estrategias internas para mitigar riesgos

Las defensoras de derechos humanos, se construyen desde la interacción en colectivo, desde el fortalecimiento del diálogo con las comunidades y el acuerpamiento², que en palabras de Lorena Cabnal, es la acción personal y colectiva de nuestros cuerpos indignados ante las injusticias que viven otros cuerpos y que permite proveerse entre sí, energía política para resistir y actuar contra las múltiples opresiones patriarcales, colonialistas, racista y capitalistas, en procesos sociales.

Considerar el trabajo colectivo de las defensoras, como un cuerpo colectivo, polifónico, diverso y multivivencial, ha sido un legado incalculable de las apuestas feministas por poner en el centro de la agenda las discusiones sobre las desigualdades que se han construido sobre las mujeres y que les han ubicado en mayores niveles de opresión, desde allí pensar las estrategias para afrontar realidades cotidianas, problemas estructurales que limitan su labor y sus propios miedos y dolores, resulta desafiante, especialmente en contextos en los que la respuesta institucional es aún muy precaria, hay un alto desconocimiento social de la importancia de la defensa de derechos humanos y la lucha diaria por mejorar condiciones básicas de sobrevivencia reflejan mayores niveles de vulnerabilidad.

En medio de estos enormes desafíos, las defensoras de derechos humanos en Colombia y el mundo, han avanzado en propuestas especialmente colectivas para desafiar el sistema de inoperancia estatal y garantizarse ellas mismas el cuidado colectivo como una práctica para mitigar los riesgos en su contra, sin desconocer la responsabilidad de los Estados y su obligación en materia de prevención y protección a quienes defienden derechos humanos.

Dentro de las múltiples estrategias que como defensoras se pueden implementar para fortalecer los procesos colectivos y el cuidado mutuo, se resaltan algunas de que pueden servir a otras defensoras y procesos comunitarios.

² El término acuerpamiento, propio del feminismo comunitario hace referencia a la acción personal y colectiva que nos permite por medio de nuestros cuerpos indignados ante las injusticias, proveer unos a otros energía para resistir en contra las opresiones por sexo, raza y clase

5 estrategias clave para enfrentar las situaciones de riesgos y amenazas por la labor de defensa de derechos humanos que realizan las mujeres:³

> Aceptar, no normalizar:

Después del análisis de los riesgos, las amenazas, el contexto y las fortalezas organizativas y/o de proceso, la estrategia de aceptación puede ser uno de los caminos que las defensoras en colectivo adopten frente al deseo de continuar avanzando en el trabajo colectivo. Así, esta estrategia consiste en acordar de manera colectiva, que se asumen colectivamente, los obstáculos, los riesgos y las amenazas que ocasiona el trabajo que las defensoras desarrollan; no significa aceptar sin hacer nada más, significa reconocer que el contexto es violento, que se ejerce una labor en medio de dificultades que van a tocar la puerta de las organizaciones, de los procesos, de las familias y la vida misma de las defensoras y que frente a eso colectiva e individualmente se iniciaran actuaciones para fortalecerse. Aceptar junto con las otras estrategias: reducir, ocultar, compartir o posponer se unen en el hecho de resistir (SWEFor, 2020, p. 13).

El sistema patriarcal espera que las mujeres, asuman una condición de aceptación y normalización de prácticas violentas, esta estrategia busca, desde la mirada feminista, generar conciencia de los riesgos y los factores de amenaza que pueden afectar a las defensoras, sin que signifique una posición de naturalización ni normalización de las violencias, por el contrario, lo que permite es fortalecer al colectivo y a las defensoras en particular, para activar mecanismos de respuesta que puedan posicionar sus agendas políticas sin tener que dejar sus procesos y sus territorios. (SweFor, 2020).

³ Adaptación de <https://swefor.org/wp-content/uploads/2021/03/FICHAS-2020.pdf>

> **Reducir, no silenciar:**

Esta es una estrategia que surge tras la aceptación del contexto de riesgo que puede impactar a las defensoras y lideresas. Se trata de reducir la posibilidad o el impacto de un ataque. Las prácticas feministas que son contra la opresión permiten, entre otras, colectivizar los liderazgos y las vocerías en la defensa de los derechos humanos, con el fin de reducir los riesgos que se evidencian en liderazgos individuales, así, también favorece la identificación de espacios estratégicos desde donde el posicionamiento de las agendas, las experiencias y voces de las mujeres puedan tener mayor impacto, reduciendo la multiplicidad de espacios de participación y concentrando la acción en los más estratégicos. Reducir, desde esta perspectiva, también implica la cohesión de grupo o proceso con el fin de cerrar cualquier posible fisura que, internamente, pueda significar un riesgo para las defensoras y lideresas.

Un elemento fundamental en esta estrategia para las defensoras y lideresas, es el asociado con la ancestralidad y las prácticas de acompañamiento psico-emocionales que permitan reducir los riesgos y amenazas, los círculos de cuidado, los espacios de descarga emocional y armonización, las prácticas sanadoras, los amuletos, las limpiezas, entre otros, resultan fundamentales para las defensoras.

> **Ocultar - recibirnos:**

En estados en donde la falta de garantías ocasiona como resultado final impunidad y revictimización, las defensoras han tenido que dejar sus lugares de origen y de arraigo para enfrentar lapsos en otros territorios, mientras se restablecen las condiciones para el ejercicio de liderazgo, lamentablemente en algunas ocasiones este restablecimiento no es posible y deben enfrentar el desarraigo indefinidamente, situación que puede provocar la ruptura de los procesos y los liderazgos. Desde una postura feminista, esta estrategia busca mitigar ese impacto del desarraigo y del ocultamiento, a través del acompañamiento entre mujeres. La posibilidad de recibir a compañeras defensoras que se encuentran en riesgo, de entablar canales de soporte entre redes, pueden ser acertadas para evitar una separación del ejercicio del liderazgo social y político.

Así mismo esta estrategia, hace referencia a la necesidad que ocurre, en ocasiones, de guardar material de la organización o proceso que vincule a las defensoras y que puedan significar un riesgo para ellas y para el colectivo; para ello las redes de mujeres y las alianzas entre organizaciones, defensoras y procesos funciona en tanto posibilita atomizar información relevante en lugares seguros.

Ocultar, también implica activar canales seguros de respaldo que puedan conocer algunos detalles del trabajo de las defensoras y lideresas, asuntos como desplazamientos, horarios, rutas, rutinas (incluyendo las personales asociadas al cuidado y a los roles en los sistemas familiares), entre otros. Se trata de reservar la mayor cantidad de información posible de la que podría hacer uso un agresor en contra de la defensora o lideresa.

> **Compartir - ampliar nuestra voz:**

Otra estrategia posible es compartir los riesgos con diferentes públicos que puedan generar reflexiones y apoyos potenciales ante situaciones inminentes. En el caso de las defensoras, compartir esta información puede iniciar por el proceso comunitario o tejido colectivo que sea de soporte a la labor que realizan, para ello es importante compartir solo los asuntos más relevantes para determinar la respuesta colectiva. Este momento de la estrategia requiere del compromiso de todas las que hacen parte del proceso, para evitar filtrar esta información por fuera del círculo seguro, minimizando otros impactos y posibles riesgos.

El segundo momento, puede ser compartir las situaciones con organizaciones y redes aliadas. En este momento para el análisis sobre estos riesgos y amenazas contra las defensoras y lideresas, resulta importante compartir dicha información con aliadas que puedan hacer un análisis desde el enfoque de género y feminista que garantice la identificación de factores machistas, patriarcales, racistas y hegemónicos, que potencien dichos riesgos. Esto permite no solo la identificación, sino también la posibilidad de análisis y de canales de exigibilidad ante el Estado como garante de la protección para el ejercicio de la defensa de derechos humanos. Estas alianzas posibilitan además elevar las voces de las

defensoras en espacios nacionales en los que pueda analizarse el problema en lo macro y exigir otros niveles de respuesta.

El tercer momento, puede considerar el nivel internacional de interlocución en el que se promueven mensajes hacia públicos clave que puedan hacer más visible las situaciones que afectan a las defensoras y lideresas y posibilitar canales de incidencia que impacten la política internacional a favor del reconocimiento de esta labor. Para las defensoras resulta fundamental hacer un análisis de estos actores con el propósito de identificar la postura favorable frente al enfoque de género y de derechos de las mujeres, de tal manera que puedan posicionar estos mensajes en clave del impacto diferenciado de los riesgos y amenazas que ocurren contra las defensoras y lideresas, y que a su vez pueda ser utilizado en el trabajo de cabildeo con instituciones del Estado para lograr mitigar y erradicar los ataques.

Este nivel internacional, permite también compartir el riesgo de mujeres defensoras mediante el acompañamiento, en algunas ocasiones, estas organizaciones se ubican junto a ellas, acompañándolas en su vida diaria y promoviendo, desde un enfoque de protección alejado de la seguridad militarizada, el cuidado para que puedan continuar con su trabajo.

> Posponer - planear

Esta estrategia es necesaria, especialmente cuando las defensoras ya han identificado actores en el territorio que están atacando su trabajo, ya sea porque están actuando de manera directa o porque su relación con el contexto puede significar una afectación a sus intereses. Lo primero para esta estrategia, es hacer una valoración corta, antes de realizar las intervenciones o acompañamientos en los territorios, así se pueden evidenciar algunos factores que llamen la atención y que deban ser considerados, para esto en el caso de Colombia, se puede acudir a la defensoría del Pueblo o a las agencias de Naciones Unidas que constantemente tienen alertas de seguridad sobre el contexto.

Dependiendo el resultado del análisis, es importante que se defina colectivamente entre las defensoras si se debe posponer alguna o algunas actividades que puedan generar

mayor riesgo para ellas. Posponerlo no significa dejar de hacerlo, significa que se puede valorar el momento más oportuno para realizarlo y de ser necesario cuidar el espacio con acompañamiento de otros actores. Los análisis racionales resultan muy importantes para esta estrategia, pero también es relevante considerar las emociones que atraviesan a las defensoras tanto individual como colectivamente, es decir, es necesario atender a las alertas que genera el cuerpo y la mente, a las sensaciones que se mueven en los cuerpos de las defensoras.

2.1 Estrategia de respuesta interna

Todos los procesos organizativos sin importar su conformación, tienen la posibilidad de iniciar procesos de respuesta interna que faciliten la identificación de las capacidades con las que cuentan para mitigar los riesgos que no puede controlar. En este sentido, los procesos organizativos de las mujeres, pueden identificar esas capacidades, no solo desde lo que cada una de las participantes aporta, incluyendo a las lideresas y defensoras, sino de lo que como colectividad pueden activar para fortalecer su capacidad de respuesta inminente.

En esta estrategia es importante hacer una reflexión sobre algunos temas específicos que desde una apuesta feminista permiten valorar esas capacidades, por ejemplo,

- Es necesario identificar los obstáculos de comunicación que tienen individual o colectivamente (acceso a medios de comunicación, señal de celular, algún actor cercano que impida en algún momento la comunicación de la defensora, etc.),
- identificar la composición de los lugares en los que habitan (son lugares con alguna medida de seguridad, a que están cercanos, que impacto podría tener un acto de violencia contra la defensora o lideresa que habita ese lugar, con quién viven, etc.),
- reconocer las desigualdades estructurales en las que viven las defensoras (conocer si cuentan con recursos para movilizarse en transportes seguros, si tienen medios de comunicación suficientes para alertar ante una situación, etc.),
- conocer la composición familiar de los sistemas de las defensoras (indagar sobre personas a car-

go, distribución de las responsabilidades de cuidado, condiciones especiales de su círculo cercano, antecedentes de violencias contra las defensoras por parte de sus parejas, exparejas u otros miembros del sistema familiar, etc.).

De esta estrategia, surgen todas las acciones que puedan desarrollar al interior de los procesos organizativos de las mujeres para proteger a las defensoras de derechos humanos y minimizar los factores de riesgo, por lo menos los que son posibles de controlar.

Uno de los componentes de esta estrategia, es la construcción de planes de seguridad y autoprotección, que vistos desde un enfoque feminista pueden significar para las defensoras una manera de reforzar su trabajo colectivo y su agencia política.

2.1.1 Construcción de planes de seguridad y autoprotección

De manera general, los planes de seguridad y autoprotección, son herramientas que permiten a las organizaciones, comunidades y procesos, una respuesta anticipada e inminente ante situaciones de riesgo o amenaza que impacten su trabajo en la defensa de los derechos humanos.

Desde la perspectiva feminista, estos planes tienen en su fundamento una mirada integral de las afectaciones contra las defensoras, el reconocimiento de su labor, las condiciones en las que la desarrollan y una conciencia de activación de la respuesta colectiva como central en la salvaguarda de la vida y la dignidad de las defensoras. La integralidad de estos planes implica involucrar la dimensión física, espiritual, política, individual y colectiva. En cada una de estas dimensiones se pueden diseñar acciones que permitan activar la agencia colectiva e individual para mitigar las situaciones de riesgo, mientras se continúa exigiendo al Estado y al Gobierno una respuesta integral, inminente y efectiva.

¡Veamos!

Esta dimensión incluye la elaboración de análisis del contexto, el mapeo de los riesgos, la identificación de actores y los incidentes de seguridad.

☑ **Análisis del contexto:**

Este análisis permite conocer en detalle el entorno y analizar qué está afectando el trabajo que realiza la defensora o lideresa. Para este análisis se pueden incluir reflexiones en torno al contexto económico, político, jurídico y social en el que se desarrolla la labor, a la persistencia en el territorio de actores agresores estatales y no estatales que puedan impactar el trabajo de la defensora, las luchas que se están dando en el territorio y los intereses que se están moviendo, las relaciones de género y los arreglos de género que se identifican en el contexto (el lugar que ocupan las mujeres en el territorio, la percepción que tienen sobre el trabajo de defensa que realizan, las cargas de violencias que se ejercen contra las mujeres, entre otros). Además, para las defensoras resulta fundamental hacer una lectura de los impactos de este contexto en su salud psicoemocional, para lo que resulta relevante indagar por las emociones y sensaciones que les provoca el momento actual y la lectura de este contexto.

Es importante que las defensoras tengan, tras el análisis de contexto, un momento de descarga emocional que les permita liberar las tensiones de ese momento y limpiar todo aquello que pueda provocar una sensación negativa en ellas.

☑ **Mapeo de riesgos:**

El mapeo puede ser elaborado por las defensoras directamente, o pueden acudir a las alianzas con otras organizaciones para tener una mirada externa sobre la situación. En este mapeo es importante considerar algunos elementos que están asociadas al riesgo⁴, entendido como la posibilidad de que suceda algo que nos cause daño, tanto a nivel personal como organizativo e institucional. Estos elementos son: las amenazas, las capacidades y las vulnerabilidades.

⁴ Los riesgos, son percibidos de manera diferente dependiendo la experiencia vital de cada defensora, por eso es importante que cada una pueda hacer la valoración de la situación y luego colectivamente se pueda hacer el análisis.



Amenazas:

Es la violación potencial que se presenta como inminente y próxima. Para que exista una amenaza debe haber manifestaciones "que hagan suponer que algo malo va a suceder" (Sentencia T-399 de 2018), supone la existencia de signos objetivos que muestran la inminencia de la agravación del daño. Cualquier amenaza constituye un riesgo, pero no cualquier riesgo es una amenaza.

Las amenazas contra las defensoras de derechos humanos, se fundamentan en los estereotipos de género que se intersecan con los relacionados a la clase, la pertenencia étnica - racial, la identidad de género y/o orientación sexual y el ciclo vital. Así, estos estereotipos que recaen sobre las mujeres, buscan volver a las etiquetas sobre el rol reproductivo y las labores asignadas socialmente al ámbito privado implicando la obligatoriedad de priorizar el cuidado de la familia, los hijos e hijas y personas a cargo, sobre el trabajo público-comunitario de las defensoras. Las implicaciones de reproducir estos estereotipos, derivan, entre otros, en la sanción social a las defensoras por dedicar su tiempo a un trabajo no remunerado que las ubica en una situación de riesgo.

Las amenazas contra las defensoras y lideresas, generan un impacto inminente por el hecho de ser mujer, que están asociadas a los sistemas familiares, el cuerpo de las mujeres, la sexualidad y su dignidad. Según la Comisión Interamericana de Derechos Humanos - CIDH advierte que, a diferencia de las amenazas proferidas contra los hombres, el lenguaje usado en los mensajes dirigidos a mujeres incluye un contenido sexista, haciendo alusiones a sus cuerpos o bien insinuaciones sexuales. Estas amenazas tendrían como fin último impedir la participación activa en la representación de intereses sociales y comunitarios a través de un ataque directo a su condición de mujer (Comisión interamericana de derechos humanos informe sobre la situación de personas defensoras de derechos humanos y líderes sociales en Colombia. 2019).

Para identificar las amenazas, se pueden seguir las siguientes preguntas:

¿Qué pasó?

Descripción de los hechos: La manera en la que una defensora percibe su amenaza, está relacionada con se ha constituido como mujer, puede que en su relato no identifique la relación de los hechos con su lugar como mujer en su entorno.

¿Cuándo pasó?

Fecha: Por las dinámicas de los liderazgos de las mujeres, puede ser que no sea consciente de la fecha exacta, hora exacta o no recuerde la sincronía de los hechos.

¿Dónde ocurrió?

Lugar exacto: Los lugares donde las lideresas y defensoras ejercer su rol, pueden no ser los convencionales o no poder describirlos de manera exacta.

Víctima

¿Quién fue afectado/a?: Recuerde las conformaciones familiares diversas que pueden tener las mujeres defensoras y que, según el análisis de género, impactar a la familia es una manera de atacar a la defensora.

Actividad relacionada

¿Por qué aquí, ahora y con esa persona?, ¿hay alguna actividad específica que pudo generar esto?: Es importante contemplar marcos más amplios de interpretación, que tengan en cuenta las desigualdades de las mujeres y las relaciones de poder que se generan por mujeres que trasgreden el rol tradicional.

Origen

(posible origen, Ej. delincuencia común, directo o indirecto por el contexto):
Las mujeres tienen agendas de exigibilidad que inciden en escenarios empresariales, industriales, mineros, derechos (sexuales y reproductivos, entre otros), víctimas, entre otros. Por eso es necesario ampliar el mapeo de actores y considerar todo el entramado de relaciones que pueden tejerse entre ellos.



Vulnerabilidades:

La vulnerabilidad es el nivel de exposición a la amenaza, pérdida, daño o sufrimiento de personas, grupos o comunidades y puede estar asociada a condiciones de discriminación.

En las mujeres defensoras, las vulnerabilidades, están relacionadas con su discriminación histórica, exclusión, marginación y con los condicionantes de género prevalentes en la sociedad colombiana compartidos por estos grupos.

Las vulnerabilidades desde el análisis de género, están relacionadas **con la desacreditación basada en el género** “también puede fomentar la represión de un sector más amplio de actores de la comunidad, exacerbando la vulnerabilidad de las mujeres defensoras de derechos humanos” (Comisión Interamericana de Derechos Humanos, 7 de marzo de 2006); **el aislamiento y falta de conexión con movimientos sociales** y redes de mujeres que trabajan para proveer soluciones colectivas a la violencia y la represión; **el estrés y el agotamiento** aumentan la vulnerabilidad de las mujeres defensoras y afectan su capacidad de hacer frente a situaciones de emergencia y peligro, además, **la impunidad** crea una cultura de tolerancia que propicia directamente un círculo vicioso de vulnerabilidad, exclusión, desigualdad, discriminación y pobreza que, a su vez, aumenta la probabilidad de que se cometan otras violaciones de derechos humanos contra las defensoras (Amnistía Internacional, 2012).

“La cultura patriarcal imperante en la sociedad y familia colombiana y la brecha en el disfrute de derechos entre hombres y mujeres, sobre todo en las zonas rurales, incrementan y definen los riesgos que las defensoras afrontan. Para adquirir roles públicos y/o defender los derechos de la mujer, las defensoras tienen que superar múltiples barreras en el seno de sus familias y comunidades: desde la deslegitimación y ataques a su identidad, siendo calificadas de malas madres y mujeres de dudosa reputación, hasta amenazas y violencia de género a mano de sus parejas y compañeros”. Informe del Relator Especial sobre la situación de los defensores de derechos humanos acerca de su visita a Colombia. 2020.

Capacidades:

Las capacidades son los puntos fuertes y los recursos a las que una defensora puede acceder para alcanzar un grado razonable de seguridad, es decir todas las destrezas y habilidades, tanto institucionales como sociales, de la defensora, su grupo u organización, para enfrentar una amenaza. Por ello, es necesario:

(...) fortalecer los liderazgos femeninos y las organizaciones de lideresas y defensoras de derechos humanos, como estrategia para reducir las vulnerabilidades a las que se hayan expuestas a causa de la labor que desempeñan, mediante el incremento de sus capacidades de acción y el desarrollo de herramientas para la gestión del riesgo (Ministerio del Interior, pág. 29)

Para el análisis de las capacidades de las defensoras, es importante considerar, por lo menos los siguientes elementos:

- ✓ Condiciones de habitabilidad: Vivienda - accesibilidad y condiciones físicas.
- ✓ Redes: Sistema familiar que apoye el trabajo de la defensora, aliadas, etc.
- ✓ Comunicación: Medios de comunicación seguros, disponibles, cobertura, entre otros.
- ✓ Conocimientos: Rutas de respuesta y responsabilidades institucionales.
- ✓ Movilidad: Medios propios de transporte, recursos para movilidad, etc.
- ✓ Subsistencia: Recursos económicos, autonomía económica, etc.
- ✓ Herramientas de reacción rápida ante hechos violentos.
Reconocimiento y legitimidad del rol de la defensora.
Sanación y autocuidado: herramientas individuales y colectivas de sanación y respuesta emocional.

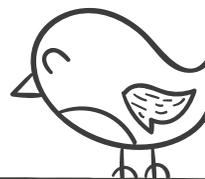
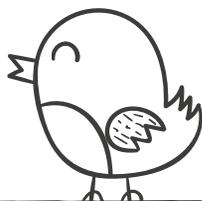


Matriz para la identificación de riesgos⁵

Cualquier persona puede amenazar, pero no todas tienen la capacidad y los recursos para materializar la amenaza. Completa el siguiente cuadro:

Amenaza
<p>Factores de peligro que implica la posibilidad de sufrir daño o cuyas manifestaciones pueden afectar a una persona o una comunidad en determinado momento y lugar.</p> <p>Análisis de amenazas declaradas</p> <p>Valorar si existe esta intencionalidad y las razones por las que la persona o grupo decidió amenazar en este momento y por qué optó por amenazar y no actuar directamente.</p> <p>Se propone utilizar 5 pasos:</p> <ul style="list-style-type: none">● Describir los hechos: lo más exactos posibles, evitar interpretaciones o conclusiones precipitadas. ¿cuáles son los hechos? ¿cómo se comunicó la amenaza? ¿qué lenguaje fue utilizado?● Destacar pautas y patrones: existencia de un patrón de amenazas y/o incidentes de seguridad. ¿Se ha notado algo diferente anteriormente? ¿es la primera amenaza? ¿cuándo ocurrieron los otros hechos? ¿los demás hechos ocurrieron después de alguna actividad específica? ¿alguna organización o persona defensora ha sufrido algo similar en la zona o trabajando los mismos temas?● Determinar el objetivo: intentar comprender qué pretende el potencial agresor. <p>Cada amenaza tiene un objetivo, normalmente que se deje de hacer alguna actividad</p> <ul style="list-style-type: none">● Identificar quién podría ser el agresor. ¿Está explícito en la amenaza qué quiere? Si no lo está, ¿qué actividades realiza la persona defensora o sobre qué casos trabaja al momento de recibir la amenaza?● Determinar la fuente: intentar indagar por quién envía la amenaza.● Evaluar la probabilidad que se cumpla: ¿es posible que la amenaza se lleve a cabo?

⁵ Adaptación de las fichas pedagógicas para la auto protección de defensoras y defensores de derechos humanos. SweFord



Vulnerabilidad	Capacidad	Capacidades a desarrollar
<p>Posibilidad a ser afectado/s o afectada/s a sufrir un daño.</p> <p>Insuficiente capacidad o posibilidad de protegerse y de recuperarse.</p>	<p>Posibilidad para evitar ser afectado o sufrir un daño</p> <p>Contar con la posibilidad de protegerse y de recuperarse. Posteriormente avanzaremos en la construcción del plan de protección (capacidades a desarrollar) de acuerdo con atender o minimizar la vulnerabilidad o aumentar capacidades.</p>	

Nivel de riesgo extraordinario: Cuando la persona se encuentra en este nivel de riesgo, es necesario que el Estado adopte medidas especiales particulares para evitar que se vulneren los derechos fundamentales amenazados. Este nivel de riesgo, según la Jurisprudencia de la Corte Constitucional (Sentencia T-976/04), debe presentar las siguientes características:

- Específico e individualizable, es decir, no se debe tratar de un riesgo genérico.
- Concreto, es decir, estar basado en acciones o hechos particulares y manifiestos, y no en suposiciones abstractas.
- Presente, esto es, no remoto ni eventual.
- Importante, es decir, que amenace con lesionar bienes o intereses jurídicos valiosos para el sujeto, por lo cual no se puede tratar de un riesgo menor.
- Serio, de materialización probable por las circunstancias del caso, por lo cual no puede ser improbable.
- Claro y discernible, no de una contingencia o peligro difuso.
- Riesgo excepcional, en la medida en que no es uno que deba ser soportado por la generalidad de los individuos.
- Desproporcionado, frente a los beneficios que deriva la persona de la situación por la cual se genera el riesgo.

Nivel de riesgo ordinario: Se trata de todos aquellos riesgos causados por el hecho de vivir en sociedad. La amenaza no es causada por factores individuales, sino que se produce por factores externos, como la acción del Estado y la convivencia con otras personas. La población que se encuentra en este nivel de riesgo no puede solicitar medidas especiales de protección, por cuanto el Estado, dentro de su finalidad, debe establecer medidas ordinarias y generales encaminadas a proteger a los asociados en relación con este tipo de riesgo. Los derechos fundamentales que se puedan ver amenazados se protegen de la manera indicada.

Nivel de riesgo mínimo: En este nivel se encuentran todas las personas, por el solo hecho de nacer.

¡Atención! Estos son los niveles de riesgo

Claves para el análisis de género en el mapeo de riesgos:



1. Identificar los hechos y patrones en torno a las amenazas en orden prácticamente cronológico: no interpretar los hechos, ya que pueden señalar distintas causas y las interpretaciones suelen estar permeadas por juicios de valor, estereotipos y prejuicios
2. Hacer una línea de tiempo con la defensora para valorar la frecuencia con la que han ocurrido las amenazas: ¿qué tan seguido se dan las amenazas?, ¿han sido más frecuentes últimamente?, ¿han estado antecedidas de algún hecho en particular?
3. Sobre la línea de tiempo, es posible verificar la intensidad: de las amenazas, aunque sean de diferentes tipos y por diferentes medios: ¿se han vuelto más graves las amenazas?, ¿cuáles son los medios que se emplean?

3. Protección integral para las defensoras

El mapeo de actores permite identificar personas u organizaciones que inciden de cualquier manera en los territorios; en el caso de las defensoras de derechos humanos, estos actores pueden incluir los que inciden sobre la agenda de derechos de las mujeres de manera particular.

Protección integral para las defensoras

Exigir que se garanticen los derechos humanos siempre va a implicar un riesgo, especialmente en un país como Colombia, en donde los índices de violencia son impactantes contra personas que reclaman por el cumplimiento de las obligaciones a quienes detentan el poder y se posicionan como figuras antagónicas. Con base en la experiencia, las defensoras de derechos humanos, han instalado en la agenda política la necesidad de entender la protección de manera integral, entre otras atendiendo a la revictimización y múltiples formas de violencia que, por su condición de mujeres y su compromiso por la defensa de la vida digna, viven las defensoras.

Así, la protección no puede relacionarse exclusivamente con el bienestar físico; esta es una idea común pero errónea, que limita la comprensión de todo lo que compone la protección integral. La protección integral para las defensoras de derechos humanos, implica no solo el reconocimiento de las medidas físicas, asociadas especialmente a la respuesta estatal, sino que implica las garantías de todos los derechos y la respuesta integrada de otras dimensiones tales como la psico-emocional, colectiva e individual.

Esta integralidad responde al conjunto de aspectos que son impactados por las violencias materializadas en amenazas y demás riesgos que corren las defensoras en el ejercicio de su labor. La protección integral también busca comprender y visibilizar la particularidad de cada contexto en el que trabajan las mujeres, incluyendo elementos como la interseccionalidad y la adopción de saberes locales que puedan resultar útiles para mejorar las habilidades de las mujeres en materia de protección a nivel individual y colectivo.

Una de las estrategias que se han utilizado con mayor éxito en las organizaciones y procesos de mujeres defensoras es la elaboración de Protocolos internos de protección y seguridad, que brinden algunos elementos para mitigar los riesgos y las amenazas a los que pueden verse expuestas por su rol. A continuación, algunos elementos a tener en cuenta en la elaboración de dichos protocolos:

1 No existe un manual con herramientas estáticas para implementar planes de protección. Todo va a depender del contexto en el que se esté trabajando, es decir que los riesgos dependen de la realidad de cada defensora y por ende las respuestas a estos se construyen con base a las dinámicas de cada entorno.

2 Se debe procurar que las acciones para mitigar el riesgo sean realistas, es decir que puedan materializarse en cada contexto, esto permitirá que las acciones sean efectivas y contundentes.

3. Es importante que cada defensora se pregunte por los riesgos que implica cada acción que decida realizar, esto con el fin de poner en una balanza si está dispuesta o no a correrlos, pensando en su bienestar físico y emocional, pero también en los impactos colectivos que sus decisiones puedan acarrear. Esto es importante incluirlo en un protocolo de protección, ya que cada mujer debe sentirse completamente libre y segura de tomar las decisiones que desee.

4. Las medidas, ya que debe procurar tejerse de manera colectiva y directamente con quienes podrían estar en riesgo. Las decisiones que se tomen en esta materia no pueden excluir a las defensoras con mayor riesgo, deben ser ellas mismas quienes construyan los mecanismos que se ajusten más a sus necesidades y posibilidades.

5. Los enfoques diferenciales son fundamentales de adoptar en el momento de construir un protocolo de protección, como se ha insistido, las realidades y experiencia de cada defensora son distintas, por esto es necesario que la herramienta de la interseccionalidad guíe la toma de decisiones de los planes de protección.

6. Como ya se mencionó, la protección integral abarca todas las dimensiones de la vida humana; el bienestar personal en lo físico y emocional, pero también en nuestras relaciones con los demás y el entorno. Las medidas de protección deben tener componentes fuertes de contención emocional tanto a nivel individual como a nivel colectivo, así como también las medidas necesarias para no poner en riesgo la vida y salud física.

En estos protocolos, las acciones de autocuidado y sanación son herramientas políticas tan legítimas como las demás herramientas usadas para la seguridad de las defensoras de DDHH, esta herramienta a su vez asume una posición antagónica al patriarcado porque se opone radicalmente a la idea y práctica del cuidado de todos menos del propio y de que las mujeres existen para dedicar todo su tiempo y su vida a los cuidados de los varones.

Por otra parte, cuidar de sí mismas reduce la vulnerabilidad a la que están expuestas, así como también el desgaste emocional y físico que todo esto produce. Es fundamental tener presente que el ejercicio del autocuidado es una responsabilidad tanto individual como colectiva y la mejor estrategia de autocuidado dependerá de las necesidades y recursos con los que se cuenta.

Estas son algunas ideas que se podrían aplicar. Al ser sugerencias pueden ser susceptibles a cambios y acomodarse a las realidades de cada defensora:

- ☑ Crear conciencia de que cada una tiene la responsabilidad de cuidar de su propio bienestar, tanto por sí mismas como por las compañeras de lucha y compartir esto con las demás para que lo apliquen.
- ☑ Renunciar a actitudes y comportamientos de activista heroína o mártir y a exigirla a las demás.
- ☑ Escuchar, respetar y cuidar el cuerpo, no llevarlo a límites por ninguna labor ni sentimiento.
- ☑ Pedir apoyo y delegar responsabilidades.
- ☑ Estar en contacto con la naturaleza y pasar tiempo con los seres amados disfrutando siempre de su compañía y cuidados.

A nivel colectivo

- ☑ Promover la solidaridad entre compañeras y organizaciones para compartir técnicas de autocuidado.
- ☑ Brindar apoyo a las compañeras que necesiten un descanso.
- ☑ Crear políticas de autocuidado dentro de las organizaciones.

- ☉ Promover los espacios de convivencia y compartir en ocasiones especiales no solo de felicidad sino también en las que haya dificultades.

Analizar a profundidad el contexto de manera regular, es fundamental para pensar en estrategias de protección efectivas, dentro de este análisis la relación con los actores del entorno debe ser abordada con especial atención porque cada acción puede involucrarlos en diferentes medidas y con impactos positivos o negativos.

Se debe procurar ir siempre un paso más adelante para ver lo que generalmente no se ve, por ejemplo, aquellos actores que no consideramos pueden interferir en materia de seguridad individual o colectiva. Para hacer un análisis riguroso de los actores del contexto, también es necesario evitar las generalizaciones, aunque se entiende por las circunstancias de constante amenaza que viven las defensoras, no es recomendable encajar a todos los actores dentro de un mismo panorama, recordemos que no todas las instituciones o medios de comunicación son los mismos. Con esto también se puede facilitar la posibilidad de conocer aliados, tejer redes, y conocer quienes en la inmediatez pueden contribuir con la apuesta política y por ende también con la protección de las mujeres defensoras.

Para identificar que actores pueden ser aliados en materia de protección, es necesario hacer lecturas minuciosas de los comportamientos o actitudes de estos, de sus tratos y sus convicciones. Las mujeres defensoras de Derechos Humanos, quienes transitan su vida por apuestas políticas de sociedades más justas, saben a la perfección de que se tratan las opresiones y discriminaciones. Como se ha mencionado, las defensoras no solo deben cargar con lo que implica su trabajo, también están condicionadas por ser mujeres. En la mayoría de casos mujeres negras, indígenas, campesinas o empobrecidas, los que dificulta su labor por los sistemas de dominación que están presentes en cada rincón que una mujer decida habitar y que sus impactos se profundizan cuando una mujer decide hacer política, es decir apropiarse de lo público y exigir en lo público las demandas de quienes defienden. Mencionado lo anterior, se hace un llamado a trabajar individual y colectivamente para lograr identificar estas señales de alarma en quienes nos rodean o tienen algún tipo de intención de acercarse a los procesos a cada una de ustedes.

Bibliografía

- * Unidad Nacional de Protección. (2018). Portafolio Trámites y Servicios UNP Web .
- * Front Line. (2007). Manual de Protección para Defensores/as de Derechos Humanos . Dublin, Irlanda.
- * Ministerio del Interior. (2015). Ministerio del Interior . Obtenido de Decreto 1066 de 2015: https://www.mininterior.gov.co/sites/default/files/decreto_1066_de_2015_unico_reglamentario_del_sector_administrativo_del_interior.pdf
- * PARES. (2019). ¿Qué es esto de la Seguridad, protección y autoprotección? Bogotá : Ficha Descriptiva.
- * UDEFEGUA Guatemala. (2012). Cuadernos de Protección . UDEFEGUA .
- * LIMPAL Colombia. (2020). Sintonías Corporales: Memoria y Resistencia de Defensoras, un seguimiento a la Resolución 1325. Bogotá , Colombia .
- * Asociadas por lo Justo, Centro por la Justicia y el Derecho Internacional, Protección Internacional (Na). El enfoque de género en la protección a defensoras de Derechos Humanos: las experiencias de Honduras y México .
- * UNP.gov.co. (2021). Unidad Nacional de Protección. Obtenido de Portafolio trámites y servicios UNP: <https://www.unp.gov.co/atencion-y-servicios-a-la-ciudadania/portafolio-de-servicios-y-tramites-unp/>
- * Comisión Interamericana de Derechos Humanos. (7 de marzo de 2006). Informe sobre la Situación de las Defensoras y los Defensores de Derechos Humanos en las Américas.

Recuperado el octubre de 2021, de (OEA/SerL/V/II.124) Doc. 5 rev. I: <http://www.cidh.org/countryrep/Defensores/DEFENDERS.SPANISH.pdf>.

- * Amnistía Internacional. (2012). Amnistía Internacional. Obtenido de Transformar Dolor en Esperanza, Defensoras y Defensores de Derechos Humanos en América: <https://www.amnesty.org/es/documents/amr01/006/2012/es/>
- * Ministerio del Interior. Programa Integral de garantías para lideresas y defensoras de derechos humanos.
- * SweFor. (2020). Swefor.org. Obtenido de <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/viewer.html?pdfurl=https%3A%2F%2Fswefor.org%2Fwp-content%2Fuploads%2F2021%2F03%2FFICHAS-2020.pdf&clen=5908498&chunk=true>







Orientaciones jurídicas para mujeres defensoras

Introducción

Históricamente a las mujeres se nos ha negado el acceso a la justicia y, debido a que se nos ha limitado la participación política, nuestros derechos se han relegado a un segundo plano. Sin embargo, recientemente se han incorporado instrumentos internacionales y nacionales que consagran un enfoque especial para las mujeres y las violencias particulares que nos atraviesan.

Conocer y saber cómo manejar estos instrumentos, su funcionamiento y fin, es fundamental en el camino de exigibilidad por la garantía y respeto de los Derechos Humanos de las mujeres.

El material que tienes en tus manos te dará elementos para que conozcas las medidas especiales que, desde el Congreso de la República, se han expedido para la protección de tus derechos.

¡Empecemos!

¿Sabes qué es un riesgo?

Es la probabilidad de que se consume un daño, es decir, la posibilidad de que se haga realidad una situación peligrosa que puede perjudicar a una persona, grupo o comunidad, debido al ejercicio de sus actividades o funciones políticas, públicas, sociales o humanitarias.

Por ejemplo, situémonos en aquellos casos en los que las mujeres que ejercen labores de liderazgo o defensa de derechos humanos reciben amenazas por parte de grupos armados a través de panfletos, llamadas o mensajes de texto. Aquí decimos que la mujer está en una situación de riesgo, pues es probable que el grupo armado cumpla la amenaza (y cause un daño) si, por ejemplo, ella no abandona el municipio.

Rutas de protección

Las mujeres nos protegemos y exigimos al Estado que garantice el ejercicio de liderazgos que realizamos en nuestros territorios.

Como mujer que ejerce un liderazgo para que los derechos de las personas, de las comunidades y de los territorios sea realidad, tengo derecho a:

- Ejercer la defensa de Derechos Humanos de manera individual o colectiva, así como presentar propuestas sobre las acciones del Estado.
- Realizar reuniones o expresiones pacíficas de movilización social, así como expresar libremente ideas y opiniones, incluso si estas son opuestas a acciones del gobierno.
- Protección efectiva por acciones de defensa de los derechos humanos.
- La seguridad personal.

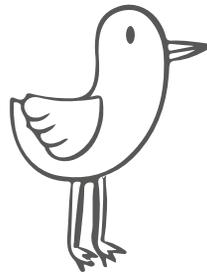
- Presentar denuncias contra las políticas y acciones estatales que atentan contra los derechos humanos.
- Solicitar y que me sea otorgada información sobre los derechos de las mujeres. Comunicarme con organizaciones no gubernamentales y del gobierno.

Si tengo estos derechos ¿por qué debemos hablar de protección?

En Colombia existen actores armados legales e ilegales que cometen actos violentos contra las comunidades y en especial contra quienes hacemos un trabajo activo por la defensa de los derechos humanos, ya que esta es una forma de resistir a la guerra y a la injusticia social que han buscado imponer.

Dichos actores, aumentan los riesgos de que se ponga en peligro nuestra vida, libertad, integridad y/o seguridad personal.

¡Veamos!



De acuerdo con el Decreto 4912 de 2011,
existen diferentes tipos de riesgos:

Riesgo Ordinario: Es aquel al que están sometidas todas las personas en igualdad de condiciones por el hecho de pertenecer a una determinada sociedad. Genera para el Estado la obligación de adoptar medidas de seguridad pública y no comporta la obligación de adoptar medidas de protección. (Art. 3. Definiciones)

Riesgo Extraordinario: Es aquel que las personas, como consecuencia directa del ejercicio de sus actividades o funciones políticas, públicas, sociales o humanitarias, en razón al ejercicio de su cargo, no están obligados a soportar. Comprende el derecho a recibir del Estado la protección especial por parte del Programa respecto de su población, siempre que reúna las siguientes características:



- a. Que sea específico e individualizable.
- b. Que sea concreto, fundado en acciones o hechos particulares y manifiestos, no en suposiciones o abstractos.
- c. Que sea presente, no remoto ni eventual.
- d. Que sea importante, es decir, que amenace con lesionar bienes jurídicos protegidos.
- e. Que sea un riesgo serio, de materialización probable por las circunstancias del caso.
- f. Que sea claro y discernible.
- g. Que sea excepcional en la medida en que no debe ser soportado por la generalidad de los individuos.
- h. Que sea desproporcionado. (Art. 3. Definiciones)

Riesgo Extremo: Es aquel que se presenta al confluir todas las características señaladas para el riesgo extraordinario y que adicionalmente es grave e inminente. (Art. 3. Definiciones).

Cuando se trata de mujeres que ejercen liderazgos y defensa de los Derechos Humanos, se agrava la situación de riesgo, debido al marco de violencias que se da en la vida y cuerpos de las mujeres de manera cotidiana.

Es por esto que las mujeres lideresas y defensoras de derechos humanos debemos contar con protección diferenciada por los riesgos derivados de la condición femenina y porque muchas veces el trabajo que realizamos promueve de manera específica los derechos de las mujeres.

¿Cómo realizar una solicitud de protección?

Es útil saber que este trámite no tiene costo, y ningún funcionario, funcionaria o persona particular puede solicitar dinero por realizarlo.

Las Entidades que pueden ayudarnos a diligenciar y enviar el formulario son:



- ✓ Defensoría del Pueblo
- ✓ Personería
- ✓ Unidad para la Atención y Reparación a las Víctimas
- ✓ Gobernación departamental
- ✓ Alcaldía municipal

¿Cuáles son las funciones de las Alcaldías, Gobernaciones y demás autoridades locales dentro de la Ruta de protección a mujeres líderes y defensoras de derechos humanos?

- Orientar a las solicitantes de protección y brindar información oportuna acerca de los servicios institucionales sobre la materia.
- Ser el ente articulador entre los órdenes nacional, departamental y municipal, en lo relacionado con la protección.
- Definir estrategias de protección en trabajo conjunto con la Unidad Nacional de Protección y las autoridades civiles y de fuerza pública.

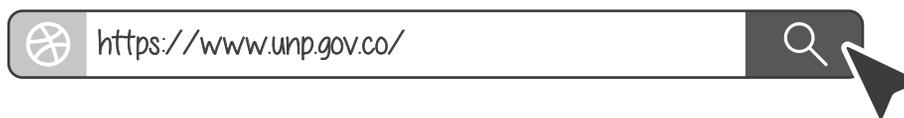
- Desarrollar las actividades de su competencia dentro de la Ruta de Protección a favor de la Población en situación de desplazamiento.
- Diseñar e implementar, en el marco de sus competencias, planes, programas o proyectos en favor de las personas, grupos o comunidades en situación de riesgo extraordinario o extremo. Así mismo, deben apoyar técnica y logísticamente a los municipios de su jurisdicción en la ejecución de labores relacionadas con la materia.

¿Qué pasos debes seguir?

Paso

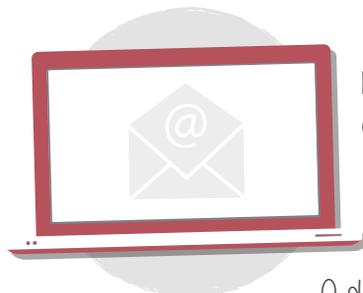
1

Diligenciar el formulario que se puede descargar en la página web de la Unidad Nacional de Protección www.unp.gov.co



Paso

2



Enviar el formulario por correo electrónico correspondencia@unp.gov.co

O de manera física a la carrera 69B N.º 17A-75 en Bogotá D.C., o personalmente en Atención al Usuario en la Carrera 58 N.º 10-51 en Bogotá D.C. o en los enlaces regionales de la UNP.



¿Cuáles son los documentos que debo aportar?

- ☑ Formulario de solicitud de protección



- ☑ Fotocopia de cédula de ciudadanía



- ☑ Certificación de la organización a la que representa o pertenece



- ☑ Documento que certifique estar incluida en el Registro Único de Víctimas

¿Qué otros documentos puedo aportar?



- ☑ Documentos de identificación del núcleo familiar.
- ☑ Denuncias hechas ante Fiscalía General de la Nación por hechos relacionados.

¿Qué puede ocurrir después de hacer la solicitud?



ADMISIÓN: Se comunicará un/una analista de riesgo, quien deberá iniciar el estudio de nivel de riesgo. Para ello dialogará sobre nuestro conocimiento de los hechos con el propósito de realizar la recopilación de la información.



RECHAZO: Puede remitirse a Policía Nacional, fiscalía general de la Nación, Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, Comisarías de Familia, otras.

¿Qué es el trámite de emergencia con riesgo inminente?



Es la valoración inicial del riesgo para víctimas de desplazamiento forzado y violencia sexual, reclamantes de tierras y mujeres lideresas de organizaciones de defensa de derechos humanos de las mujeres. A través de este se otorgan medidas de protección por tres meses, mientras continúa de manera paralela el trámite ordinario.



Fuente: Unidad Nacional de Protección. Ruta de Protección.

4 Grupo de Valoración Preliminar
Determinan nivel de riesgo



5 Comité de Evaluación de Riesgo y Recomendación de Medidas
Valida la determinación del nivel de riesgo – Genera recomendaciones



Proceso Colegiado

Recomendación de medidas de protección

6



Implementación de las medidas de protección **8**



7

Dirección UNP
Acto administrativo
✓ Comunicación
✓ Firmeza



Seguimiento a las medidas de protección **9**



Ruta de protección municipal a líderes(as) y defensores(as) de DDHH en situación de riesgo y/o amenaza

Las entidades del nivel municipal juegan un papel fundamental a la hora de garantizar la vida e integridad de las mujeres líderes y defensoras de Derechos Humanos, por ello resulta importante conocer la ruta a la que podemos acceder en nuestros propios municipios, siempre que nos encontremos en una situación que ponga en riesgo nuestros derechos.

¡Para empezar!

- Cualquier funcionario(a) que reciba la información inicial de la persona amenazada o el peticionario(a) debe avisar a la Secretaría de Gobierno Municipal.



- ✓ Personero(a) o Defensor(a) comunitario(a), corregidor, Defensoría del Pueblo
 - ✓ Enlace de Víctimas Municipal
 - ✓ Director(a) Territorial Unidad para Víctimas
 - ✓ Coordinador(a) Regional UNP
 - ✓ Otra autoridad local o persona
-
- Se debe realizar una Valoración Preliminar.
 - La Secretaría de gobierno documenta el caso para establecer acciones a implementar.
 - Se adoptan medidas de protección inicial.
 - Se establece coordinación con la Policía Municipal, revistas o patrullajes.

- Se debe diligenciar un formulario y solicitarle al peticionario(a) la copia de la denuncia o anexar el oficio remitido del caso a la Fiscalía y fotocopia de la cédula de ciudadanía.

Las medidas de protección deben ser adoptadas en un término máximo de 24 horas después de ocurrido el evento o la fecha. Así, la Secretaría de Gobierno deberá articular con otras dependencias de la Alcaldía si es el caso, teniendo en cuenta la población y/o el caso particular, por ejemplo: Docente, líder o lideresa de procesos de restitución de tierras o personas en Proceso de Reincorporación.

Las medidas integrales que se pueden tomar son:

Asesoría Jurídica:	Se brindará orientación jurídica profesional dependiendo del caso.
Ambitos Jurídicos:	Dependiendo de cada caso concreto de amenaza y/o riesgo que se deriven.
Asistencia Psicosocial:	Se dirige al amenazado(a) en situaciones de crisis. Se aplicarán las medidas contempladas en la ley de víctimas, decretos de ley y reglamentarios.

¿Cuáles son las medidas de protección?

La Unidad Nacional de Protección puede otorgarte las siguientes medidas:

- Esquema de protección: Están compuestos por recursos materiales y humanos, generalmente vehículos corrientes o blindados, conductores y escoltas.
- Recursos físicos de soporte a los esquemas de seguridad: Por ejemplo, motocicletas, escudos blindados, chalecos antibalas, medios de comunicación, entre otros.
- Medios de movilización: protegen a las personas durante los desplazamientos, pueden ser tiquetes aéreos, apoyo económico para transporte terrestre, fluvial o marítimo.



- Apoyo de reubicación temporal: apoyo económico hasta por 3 meses para facilitar a la persona y su núcleo familiar el asentamiento en un lugar diferente de la zona de riesgo.
- Apoyo de trasteo: traslado de muebles y enseres de las personas que deben reubicarse debido al riesgo.
- Medios de comunicación: Son equipos de comunicación para facilitar el contacto de la persona con las entidades estatales, para que pueda informar sobre su situación de seguridad y/o emitir alertas.
- Blindaje de inmuebles e instalación de sistemas técnicos de seguridad: Estas medidas son generalmente ordenadas en favor de organizaciones, aunque de manera excepcional pueden beneficiar a las residencias de propiedad de las personas protegidas por el Programa.

Es importante saber que hay medidas complementarias con enfoque diferencial

Estas buscan disminuir las condiciones de vulnerabilidad de las mujeres para bajar su nivel de riesgo. Son medidas asistenciales a cargo de las entidades gubernamentales de salud, educación y atención a menores, que apoyan la aplicación de las medidas de protección implementadas por la UNP.

¿Cuáles son?

La Resolución 805 de 2012 estipula las siguientes:

- Medidas dirigidas a asegurar la salud, la seguridad social y el bienestar de las mujeres defensoras y sus familiares. (Incluye la atención médica, psicológica y psicosocial a la mujer y su núcleo familiar).
- Medidas dirigidas a prestar apoyo a la mujer y su núcleo familiar para garantizar su acceso al sistema educativo, cuando se trate de un traslado a un nuevo lugar de residencia.
- Medidas dirigidas a asistir a las madres lactantes y gestantes, y a los menores a cargo de la mujer.
- Medidas dirigidas a asistir a mujeres víctimas del desplazamiento forzado: Estas medidas están a cargo de la Unidad administrativa especial de Atención y Reparación Integral a las Víctimas, que deberá adoptar medidas en el marco de su competencia y articular los servicios estatales para la protección de las mujeres.
- Medidas dirigidas a garantizar el desarrollo de actividades de participación política, social, pública o humanitaria en condiciones de seguridad.
- Medidas para garantizar el acceso a la justicia: Si las mujeres en situación de riesgo extraordinario o extremo han sido víctimas de graves violaciones a los derechos humanos o al derecho internacional humanitario o de violencia sexual, han denunciado los hechos, y han comunicado a la UNP su necesidad de trasladarse a un lugar diferente de aquel en que reside para atender diligencias judiciales, la Unidad debe adoptar las medidas necesarias para facilitar su traslado a dicha zona.

Programa integral de garantías para mujeres lideresas y defensoras de derechos humanos



Las labores de liderazgo y de defensa de derechos humanos exponen a las mujeres que las ejercen a una serie de riesgos y amenazas contra su integridad personal y otros derechos fundamentales, e incluso contra su vida. Uno de los mecanismos creados para protegerles, y para garantizar su seguridad y participación es el Plan Integral de Garantías para lideresas y defensoras de derechos humanos; en él se incorporan propuestas integrales de prevención, atención, protección y garantías de no repetición.

Para contextualizarnos

El marco de análisis básico para determinar quién debe ser considerada como defensora de derechos humanos se encuentra en la Declaración sobre el derecho y el deber de los individuos, los grupos y las instituciones de promover y proteger los derechos humanos y las libertades fundamentalmente reconocidas (en adelante “la Declaración de Naciones Unidas sobre Defensores”).

El artículo 1 de la Declaración de Naciones Unidas señala que “toda persona tiene derecho, individual o colectivamente, a promover y procurar la protección y realización de los derechos humanos y las libertades fundamentales en los planos nacional e internacional”. De allí que cualquier persona que promueva o procure la realización de los derechos humanos y las libertades fundamentales reconocidos a nivel nacional o internacional, es considerada como defensora de derechos de humanos (CIDH, 2011).

La Alta Comisionada de Naciones Unidas para los derechos humanos ha interpretado dicha disposición sugiriendo que la calidad de defensora (o defensor de derechos humanos) tiene fundamento en las acciones realizadas por la persona, y no se encuentra condicionada por circunstancias adicionales, como, por ejemplo, si la persona recibe un pago o no por el ejercicio de sus labores de promoción y

protección de derechos, o si sus labores se circunscriben a un tipo específico o generación de derechos (Civiles o políticos, económicos, sociales o culturales). (United Nations Office of the High Commissioner for Human Rights, 2004).

En el plano nacional, y de acuerdo con el Plan Integral de Garantías para Lideresas y Defensoras de Derechos Humanos.

“las mujeres defensoras son aquellas que en su amplia diversidad se dedican, de forma individual o colectiva, a la promoción y protección de todos los derechos humanos, los derechos de la mujer y la igualdad entre géneros, y que impulsan las libertades fundamentales, sociales o políticas, incluyendo la transformación de creencias, prácticas sociales e institucionales contrarias a los derechos de las mujeres, desempeñando un papel importante en los planos local, regional, nacional e internacional”!

El mismo instrumento caracteriza a las mujeres defensoras al señalar que ejercen labores de promoción y defensa de los derechos reconocidos por el Derecho Internacional de los Derechos Humanos, el Derecho Internacional Humanitario, y el ordenamiento jurídico nacional. Para cumplir este propósito acuden al Estado exigiendo el cumplimiento de sus obligaciones internacionales y nacionales, a la vez que actúan frente a este y la sociedad para fomentar la transformación de las condiciones desfavorables para las mujeres, lograr la equidad de género, y velar por la garantía y eficacia de los derechos y libertades de todas las personas.

A su vez, las lideresas son mujeres con un especial reconocimiento comunitario, social y/o político que promueven acciones organizativas y de incidencia ante el Estado y las diferentes formas de organización de la sociedad civil, visibilizando las realidades y necesidades de las mujeres para favorecer procesos de diseño e implementación de medidas protectoras y garantes de los derechos de las mujeres.

No existe una lista específica de actividades que sean consideradas como labores de defensa de los derechos humanos. Estas acciones pueden incluir la investigación y recopilación de información para denunciar violaciones a los derechos humanos, acciones de cabildeo ante autoridades nacionales e internacionales para que conozcan dichos informes o determinada situación, acciones para asegurar la responsabilidad de funcionarias y funcionarios estatales y erradicar la impunidad, acciones

¹ Programa Integral de Garantías para lideresas y defensoras de Derechos Humanos



para apoyar la gobernabilidad democrática y erradicar la corrupción, la contribución para la implementación a escala nacional de los parámetros internacionales establecidos por los tratados de derechos humanos, y la educación y capacitación en derechos humanos. Cualquiera que sea la acción, lo importante es que esta esté dirigida a promover la protección de cualquier componente de, al menos, un derecho humano y que ésta no involucre medios violentos (CIDH, 2011).

Algunas investigaciones sobre la participación diferencial de las mujeres en organizaciones de la sociedad civil y los tipos de agresiones específicas cometidas contra ellas, evidenciaron que las estructuras de discriminación basadas en las relaciones de género se reproducen incluso en los escenarios de liderazgo comunitario, y tal como sucede con el resto de las mujeres víctimas del conflicto armado, las lideresas sufren formas de violencia que son en general más crueles que las que sufren los hombres. La deshumanización, por parte de los actores armados contra las personas que ejercen liderazgo, se exagera contra las mujeres (USAID, CODHES, 2019).

Estos mismos estudios han indicado que para liderar procesos sociales, las mujeres tienen que cualificarse mucho más que los hombres, y a pesar de esto siguen teniendo barreras para la representatividad. En un sentido similar, los datos evidencian, que el “miedo” a través de las amenazas y el “castigo” a través de la violencia sexual, son los principales movilizados de las violencias contra las mujeres, y curiosamente, son invisibilizados con mayor frecuencia.

Las agresiones a lideresas pueden ser reconocidas como una forma de violencia de tipo estructural por las afectaciones sociopolíticas, económicas, de derechos y de género con las que han coexistido históricamente. Las violencias contra las mujeres actúan de manera diferenciada, por lo que ellas enfrentan barreras específicas para el ejercicio de sus liderazgos, que van desde ser discriminadas y aisladas en los espacios de participación, amenazadas, maltratadas, hasta agredidas sexualmente y luego asesinadas.

“Estas distintas formas de violencias ejercidas contra las mujeres que lideran procesos sociales y comunitarios, no permiten evidenciar que el homicidio sea el eje rector para medir la intensidad de la violencia hacia ellas, puesto que el objetivo de las acciones violentas ejercidas hacia las mujeres va encaminado hacia el castigo y no hacia su eliminación como sucede con los hombres.” (USAID, CODHES, 2019).

La poca visibilidad de casos de atentados contra lideresas no proviene solamente de la ausencia de reconocimiento de la sociedad en general de su papel o -incluso- de la falta de reconocimiento de las mismas mujeres de su rol de liderazgo dentro de las organizaciones sociales, sino también del alto nivel de subregistro de las agresiones, que no son denunciadas por miedo, cuando se trata de acudir a la vía judicial. Un ejemplo es la violencia sexual, una de las formas de vulnerar a las lideresas, y que en muchas ocasiones no es registrada por el temor a la denuncia, por el difícil acceso a la institucionalidad y por la estigmatización. (USAID, CODHES, 2019).

Otra de las agresiones que se dirigen en mayor medida en contra de las mujeres lideresas, son la amenaza y el homicidio de sus familiares como forma de castigo e intimidación por su ejercicio del liderazgo social y comunitario. Sobre esto CODHES ha identificado que más de la mitad de los casos de asesinatos a familiares, que corresponden al 10% de las agresiones, son en contra de lideresas y defensoras de derechos humanos. Como consecuencia, en algunos casos la agresión transmuta en situaciones de desplazamiento de la lideresa y su familia entera, o resulta en el evento de su separación.

Las mujeres lideresas y defensoras de derechos humanos son afectadas de manera diferencial y desproporcionada tal como fue reconocido por la Corte Constitucional en los Autos 092 de 2008, 098 de 2013 y el 009 de 2015, que, por su pertenencia a organizaciones sociales y comunitarias o labor de defensa y liderazgo, ven vulnerados sus derechos humanos en afectaciones a los ámbitos individual, familiar, colectivo y comunitario.

El citado Auto 092 de 2008 nombra diez (10) riesgos de vulnerabilidad específicos a los que se encuentran expuestas las mujeres en el marco del conflicto armado, que al concretarse constituyen violaciones a los derechos con implicaciones negativas en los entornos familiar, colectivo y comunitario.



Estos riesgos son:

- Riesgo de violencia, explotación o abuso sexuales en el conflicto armado.
- Riesgo de explotación o esclavización para labores domésticas y roles considerados femeninos en una sociedad patriarcal.
- Riesgo de reclutamiento forzado de hijas e hijos por grupos al margen de la ley.
- Riesgos derivados del contacto o relaciones familiares con integrantes de grupos al margen de la ley o fuerza pública.
- Riesgos derivados de su pertenencia a organizaciones sociales, comunitarias o políticas.
- Riesgo de persecución y asesinato por estrategias de control coercitivo.
- Riesgo por el asesinato o desaparición de su proveedor económico, o desintegración de su núcleo familiar.
- Riesgo de ser despojadas de sus tierras y sus patrimonios.
- Riesgos derivados de la condición de discriminación o vulnerabilidad acentuada de mujeres indígenas o afrocolombianas.
- Riesgo de pérdida o ausencia de su proveedor económico durante el proceso de desplazamiento.

¿Y todo esto de dónde viene?

Todo esto no ha sido siempre así, existen algunos antecedentes que son fundamentales para comprender la situación actual y el marco de protección dispuesto para lideresas y defensoras de DDHH.

Revisemos

2009

Debido al aumento de agresiones contra defensoras/es y líderes/as, diferentes organizaciones de la sociedad civil e instituciones del Estado iniciaron el Proceso Nacional de Garantías, con el fin de proteger a quienes promueven y defienden los derechos humanos.

2012

Resolución 805 de 2012 (gracias al proceso de incidencia de las organizaciones de mujeres): Incorpora el enfoque de género en la protección para mujeres en riesgo, crea el CERREM (Comité de Evaluación de Riesgo y Recomendación de Medidas) para mujeres y busca dirigir las medidas hacia la protección integral y con un enfoque colectivo.

2013

En la Mesa Nacional de Garantías, el Gobierno se comprometió con un Programa Integral de Garantías para Mujeres Líderesas y Defensoras de Derechos Humanos. Además, garantizó que sería formulado con la participación de las mujeres. Fue aprobada la construcción del Programa Integral de Garantías para Mujeres Líderesas y Defensoras de Derechos Humanos, en cuyo desarrollo las organizaciones y plataformas participantes presentaron a consideración del Gobierno Nacional dos propuestas de Programa en diciembre de 2013 y en agosto de 2016.

2016

Se creó la Comisión Intersectorial de Garantías para las Mujeres Líderesas y Defensoras de Derechos Humanos (CIG) -Decreto 1314 de 2016- para coordinar y orientar la formulación, implementación y seguimiento del Programa Integral de Garantías para las Mujeres Líderesas y Defensoras de Derechos Humanos.

Integrantes de la Comisión: Ministerio del Interior, Ministerio de Justicia y del Derecho, Ministerio de Agricultura y Desarrollo Rural; Ministerio de Salud y Protección Social, Ministerio de Educación Nacional, Ministerio de Vivienda, Ciudad y Territorio, Departamento Administrativo para la Prosperidad Social - DPS y Departamento Administrativo de la Presidencia de la República - DAPRE.

Invitados permanentes, con voz, pero sin voto: Unidad para la atención y Reparación Integral a las Víctimas - UARIV, Unidad Nacional de Protección - UNP, Consejería Presidencial para la Equidad de la Mujer, Instituto Colombiano de Bienestar Familiar - ICBF, Consejería Presidencial para los Derechos Humanos y Defensoría del Pueblo (Defensor/a Delegado/a para los Derechos de las Mujeres y Asuntos de Género).

2018

Resolución 0845 de 2018: Adoptó el Programa Integral de Garantías para las Mujeres Líderesas y Defensoras de Derechos Humanos. Las mujeres (y sus organizaciones) se organizaron a nivel local. En Putumayo y Montes de María se construyeron las Mesas Territoriales de Garantías (que hacen parte del Programa Integral).

2019

Putumayo y Montes de María son las únicas mesas reconocidas como ejercicio de territorialización (pilotos), tanto por el Ministerio del Interior (rol de coordinación) como del Ministerio Público - Procuraduría y Defensoría - (rol de seguimiento).

Instancias de participación:

Las instancias de participación son entes encargados de velar por el seguimiento y cumplimiento del Programa Integral de Garantías, su papel es fundamental toda vez permiten atender a las necesidades reales de lideresas y defensoras de DDHH:

Comisión Intersectorial de Garantías para las Mujeres Lideresas y Defensoras de los Derechos Humanos - CIG Mujeres: instancia encargada de coordinar y orientar la formulación, implementación y seguimiento del Programa Integral de Garantías para las mujeres lideresas y defensoras de derechos humanos y su Plan de Acción en los niveles nacional, departamental, distrital y municipal.

Mesa Ejecutiva: Asiste a la Secretaría Técnica en el desarrollo de sus funciones de asistir a la CIG Mujeres, para la formulación, implementación y seguimiento del Programa Integral de Garantías y su Plan de Acción; así mismo, podrá presentar a la Comisión las propuestas de ajustes normativos que se consideren pertinentes. A estas sesiones se podrá convocar de manera ordinaria cada dos (2) meses, sin perjuicio de las sesiones extraordinarias, previa citación realizada por la Secretaría Técnica, además, a entidades y organismos internacionales de acuerdo con las necesidades de la sesión.

Mesas temáticas: Su función es asesorar, informar y proponer los temas que serán discutidos en la CIG Mujeres; harán parte las entidades invitadas por la Secretaría Técnica, según los temas a tratar. A estas sesiones se podrá convocar de manera ordinaria cada tres (3) meses, sin perjuicio de las sesiones extraordinarias, previa citación realizada por la Secretaría Técnica. Se podrá invitar a entidades, organismos internacionales, organizaciones de mujeres y de la sociedad civil de acuerdo con las necesidades de la sesión.

Comité de Evaluación de Riesgo y Recomendación de Medidas - CERREM- Mujeres: Resolución 805 de 2012 "Protocolo Específico con Enfoque de Género y de los Derechos de las Mujeres" - Espacio en el que se evalúa el riesgo y se recomiendan las medidas a favor de las mujeres lideresas y defensoras de derechos humanos desde un enfoque de género, y en el que participan instituciones, organizacio-

nes internacionales y representantes de las organizaciones de mujeres para garantizar el enfoque respectivo. En ese sentido, se adoptan medidas materiales (medios de comunicación celular, esquemas, chalecos) y medidas complementarias (atención en salud, generación de ingresos, educación) a cargo de las entidades con competencia en la materia en favor de las mujeres objeto del programa.

Enfoques del programa integral de garantías

Diferencial: Consiste en la identificación de las características y necesidades específicas de determinados grupos poblacionales. Su inclusión en el diseño de políticas públicas busca garantizar acciones de intervención positivas y ajustadas a las necesidades reales de las mujeres lideresas y defensoras de Derechos Humanos.

Género: Esta categoría reconoce las desigualdades y las relaciones de poder que se construyen sobre los conceptos de mujer y hombre. Su propósito es poner especial énfasis en la protección de mujeres, niñas, niños y adolescentes, y valorar los riesgos específicos que enfrentan las mujeres contra su vida, libertad, integridad y seguridad, de manera que las medidas que se tomen en su favor atiendan la prevención de la concreción del riesgo.

Derechos Humanos: Este enfoque se fundamenta en los instrumentos internacionales y en las normas nacionales de protección de derechos humanos. En nuestra Constitución Política, es posible identificarlo en los artículos 1, 5 y 13, que desarrollan el concepto de dignidad humana como principio, valor, y derecho fundamental. El Programa Integral de Garantías cita lo señalado por la Oficina del Alto Comisionado para los Derechos Humanos de Naciones Unidas, en tanto el enfoque de derechos “es un marco conceptual para el proceso de desarrollo humano que desde el punto de vista normativo está basado en las normas internacionales de derechos humanos y desde el punto de vista operacional está orientado a la promoción y la protección de los derechos humanos. Su propósito es analizar las desigualdades que se encuentran en el centro de los problemas de desarrollo y corregir las prácticas discriminatorias y el injusto reparto del poder que obstaculizan el progreso en materia de desarrollo.” (OACDH, 2006. Pág. 15)

Territorial: De acuerdo con el Acuerdo Final para la terminación del conflicto y la construcción de una paz estable y duradera. 24 de noviembre de 2016 (también citado en el PIG), el enfoque territorial implica el reconocimiento de las necesidades, características y particularidades económicas, ambientales, culturales y sociales de los territorios y las comunidades, garantizando la sostenibilidad socio-ambiental.



Diferencial - Étnico: Su objetivo es resaltar las necesidades diferenciales de atención y de protección que deben incorporarse para la formulación e implementación de las políticas públicas. En particular hace una lectura de las realidades específicas de las poblaciones e individuos de estos grupos con el fin de hacer visible sus particularidades, expresadas en su cosmovisión, cultura, origen, raza e identidad étnica, para así atenderlas y a la vez transformar las situaciones de inequidad, discriminación y vulneración de sus derechos. Incluye el reconocimiento de la identidad cultural y características particulares de las comunidades negras, afrocolombianas, raizales, palenqueras, pueblos indígenas y el pueblo Rom o gitano, entre otras.

Interseccional: Reconoce la existencia de diversas condiciones que se cruzan y convergen en la vida de las mujeres, poniéndolas en una situación desventajosa y de discriminación por razones de sexo, edad, etnia, orientación sexual, identidad de género, clase social, religión, pobreza, condición de víctima, condición de discapacidad, ubicación geográfica, entre otros; por tanto, una política con enfoque interseccional debe adoptar una aproximación integral que dé cuenta de estas múltiples condiciones.



Ejes del programa integral de garantías

Prevención: La discriminación y la violencia de género que se ejerce en contra de las mujeres lideresas y defensoras de DDHH producen una falta de reconocimiento de sus labores, y le restan importancia a su participación en los espacios públicos. Es por ello que un eje de prevención debe promover una cultura de no violencia contra las mujeres y de transformación cultural en favor de la sana convivencia y del respeto por los derechos.

Líneas de acción:

- ✔ Fortalecimiento de los procesos organizativos de las lideresas y defensoras de derechos humanos y su articulación con el movimiento social y de derechos humanos.

- ✔ Sobre formas de prevención del riesgo para el grupo familiar.

Adecuación y fortalecimiento institucional para la prevención de los riesgos contra defensoras.

- ✔ Promover la participación de las lideresas y defensoras de derechos humanos en espacios de representación y toma de decisiones.

- ✔ Reconocimiento público y difusión de la labor realizada por mujeres defensoras de derechos humanos.

- ✔ Impulso a la gestión del riesgo con enfoque de género y derechos de las mujeres, integrando una perspectiva étnica y diferencial entre las entidades responsables de la prevención y la protección.

Protección: La Resolución 805 de 2012 crea el Protocolo Específico de Protección con Enfoque de Género y de los Derechos de las Mujeres, que establece lineamientos para garantizar la incorporación del enfoque de género en los procesos de protección a mujeres en riesgo.

De acuerdo con el PIG, la Resolución señala la responsabilidad del Estado de otorgar una protección diferenciada a las mujeres que se encuentran en riesgo extraordinario o extremo; reconoce las vulnerabilidades de las mujeres víctimas del desplazamiento forzado; reconoce la importancia de la capacitación, formación y sensibilización de las funcionarias y funcionarios públicos en enfoque de género, no sólo para la Unidad Nacional de Protección (UNP), sino también para las entidades que hacen parte del Programa de Protección; establece medidas extensivas al núcleo familiar de las mujeres en riesgo; crea un espacio exclusivo para la discusión y adopción de medidas para casos de mujeres (CERREM de mujeres), e inicia por primera vez, la articulación interinstitucional para atender de forma integral las necesidades de las mujeres que se encuentran en riesgo.

Líneas de acción:

- ☑ Adecuación de las medidas materiales de protección.
- ☑ Mejoramiento de la capacidad de respuesta institucional a nivel nacional y territorial, con el fin de subsanar las barreras de acceso y las fallas en la implementación.
- ☑ Medidas integrales (Salud - Educación - Vivienda - Generación de ingresos, empleabilidad y emprendimiento - Medidas de protección para el grupo familiar - Respaldo para el ejercicio de la defensa de los Derechos Humanos Atención integral de niños/niñas y adolescentes).
- ☑ Medidas colectivas de protección.



Garantías de No Repetición: De acuerdo con la Unidad de Víctimas, las Garantías de No Repetición son consideradas tanto una de las formas de reparación a las víctimas como uno de los principios generales de responsabilidad internacional de los Estados. Estas garantías, a diferencia de las medidas de restitución, indemnización, rehabilitación y satisfacción, se dirigen a la sociedad con el propósito que no se repitan la vulneración de los derechos de las víctimas, así como eliminar y superarlas causas estructurales de la violación masiva a los derechos humanos y/o al derecho internacional humanitario. Las garantías de no repetición comprenden dos dimensiones: una preventiva y otra reparadora.

La dimensión preventiva surge de la obligación internacional que tienen los Estados de prevenir las violaciones a los derechos humanos e infracciones al derecho internacional humanitario, y cobra especial importancia en procesos transicionales donde el riesgo persiste y no basta con reparar los daños ya infligidos sino prevenir los futuros. Por ejemplo, el desminado y la prevención de reclutamiento.

La dimensión reparadora se refiere a acciones que correspondan a mitigar los daños infringidos a las víctimas en violación a sus derechos humanos e infracciones al derecho internacional humanitario, teniendo en cuenta acciones de carácter institucional, político, económico y social que beneficien a la sociedad en general. Por ejemplo, la socialización de la verdad judicial, pedagogía social en derechos humanos, eliminación de patrones culturales, entre otras.

Líneas de acción:

- ☑ Lucha contra la impunidad.
- ☑ Memoria histórica.
- ☑ Reconocimiento y dignificación de la labor desarrollada por las mujeres líderes y defensoras de derechos humanos.

Bibliografía

- * Comisión Interamericana de Derechos Humanos. Informe sobre la situación de las defensoras y defensores de los derechos humanos en las Américas (2011). Disponible en: <https://www.cidh.oas.org/countryrep/defensores/defensorescap1-4.htm>
- * Instancia Especial para contribuir a garantizar el enfoque de género en la Implementación del Acuerdo Final. (2017). Comunicado conjunto # 18. Bogotá. [Comunicado de prensa]. CITADO POR: Programa Integral de Garantías para Mujeres Líderesas y Defensoras de Derechos Humanos. (2016).
- * Programa Integral de Garantías para Mujeres Líderesas y Defensoras de Derechos Humanos. (2016).
- * Resolución 805 de 2012 crea el Protocolo Específico de Protección con Enfoque de Género y de los Derechos de las Mujeres
- * United Nations Office of the High Commissioner for Human Rights. (2004). Protecting the Right to Defend Human Rights and Fundamental Freedoms, Fact Sheet No. 29. Geneva: UN Publications. (USAID, CODHES, 2019).







Territorialicemos El PIG – Mujeres

Lineamientos para la territorialización
del Programa Integral de Garantías
para lideresas y defensoras
PIG Mujeres

Basado en el documento de Lineamientos
para la territorialización del PIG

Creación del PIG Mujeres

Garantizar todos los derechos de las mujeres lideresas y defensoras de Derechos Humanos (DDHH) hace parte de un reconocimiento pleno a esta labor. El Programa Integral de Garantías para Mujeres Lideresas y Defensoras de Derechos Humanos, en adelante PIG-Mujeres, que busca generar garantías integrales para el impulsado por diferentes organizaciones sociales, las Plataformas Nacionales de Derechos Humanos y adoptado por la Resolución 0845 de 2018 (expedida por el Ministerio del Interior), busca que las lideresas y defensoras estén protegidas y que, para el desarrollo de su labor, el objetivo central de esta política pública es la garantías para el desarrollo de la labor de liderazgo y defensa de los DDHH.

En el año 2009 ante el aumento de ataques en contra de defensoras y defensores, la incidencia de las organizaciones de mujeres a nivel nacional incrementó, promoviendo la creación del Proceso Nacional de Concertación, que luego de ajustes concertados con el Ministerio del Interior con el objetivo de darle viabilidad como una política pública, resultado de este proceso surge el PIG-Mujeres, respondiendo a la necesidad de crear herramientas específicas para proteger y evitar cualquier tipo de violencia en contra de ellas con ocasión de su liderazgo.

En 2011 se promulgó el Decreto 4912 de 2011, en el que se establecieron los protocolos y reglamentos con enfoque diferencial para atender esta problemática. El año siguiente, se emitió la resolución 805 de 2012, dedicada exclusivamente a mujeres lideresas y defensoras, en la que se estableció el Comité de Evaluación de Riesgo y Recomendación de Medidas (Cerrem) y también las medidas especiales para su protección integral como colectivo.

En el año 2013, durante el mismo proceso de concertación, el gobierno se comprometió a crear el Programa Integral de Garantías para Mujeres Lideresas y Defensoras de Derechos Humanos, que, en el año 2016, con la participación de algunas de los territorios, fue creada la CIG-Mujeres mediante el Decreto 1314 de 2016 que tendría como objetivo construir y coordinar el programa integral de garantías para mujeres lideresas y defensoras de DDHH.

Desde el inicio del PIG - Mujeres, la participación activa de las mujeres lideresas y defensoras en todos los espacios ha sido fundamental para incidir en la garantía integral para el ejercicio libre de sus liderazgos.

Si bien el PIG - mujeres, inicia como un proceso nacional, la urgente necesidad de llevar esta propuesta y el plan de acción a los territorios que habitan las defensoras y lideresas, hizo que se iniciara el proceso de territorialización del mismo. La territorialización es un proceso de articulación institucional territorial y nacional, para la promoción de acciones integrales de prevención, protección y garantías de no repetición, teniendo en cuenta las necesidades y particularidades territoriales, en aras de concretar las medidas necesarias para un ejercicio libre y seguro de su labor en el entorno local, donde desarrollan su labor las mujeres lideresas y defensoras de Derechos Humanos.

En los mecanismos de participación para la territorialización del Programa Integral, existen cuatro espacios relevantes en el proceso:



Estos espacios, constituyen los diferentes escenarios de articulación entre defensoras e institucionalidad y garantizan la implementación de canales asertivos de comunicación y respuesta. Es importante señalar que, en cada uno de los territorios estos pueden adaptarse, garantizando siempre la participación más amplia y diversa posible.

**¡Para fortalecer nuestro trabajo,
profundicemos en los dos primeros!**

1. Espacios autónomos de las defensoras y lideresas

Estos espacios son liderados por las lideresas y defensoras en el nivel territorial, con el objetivo de priorizar temas y puntos a ser discutidos con la institucionalidad del nivel local y nacional, en el Marco del Plan de Acción Nacional del PIG-Mujeres para la vigencia 2019-2022. Este espacio puede tener el acompañamiento del Ministerio Público.

Con el fin de lograr un proceso incluyente y con capacidad para decidir, se considera importante la realización de mínimo tres espacios autónomos (dos o tres días), los cuáles serán definidos de manera autónoma por las mujeres según las particularidades territoriales. La definición del número de espacios, dependerá de los recursos logísticos, económicos y de facilidades de movilidad de las lideresas y defensoras, de modo que sea posible garantizar su participación.

Con el fin de fortalecer los procesos de apropiación sobre el PIG-Mujeres, se sugiere que en estos espacios se aborden las siguientes temáticas:

1. Pedagogía sobre el PIG Mujeres
2. Reconocimiento de liderazgos.
3. Definición de los sectores (liderazgo, subregión, etc.).
4. Definición de criterios de representatividad
5. Definición de los perfiles
6. Proceso de elección del Comité.
7. Funciones del Comité.
8. Ruta de trabajo inicial.
9. Mecanismos de diálogo entre el Comité y las lideresas y defensoras.
10. Identificación de riesgos en el territorio.



Del conjunto de temas propuestos, se sugiere la priorización de tres que se consideran claves a profundizar en los espacios previamente mencionados: 1. Reconocimiento de liderazgos, 2. Representatividad y participación (Perfiles-Grupos poblacionales) y 3. Proceso de elección del comité de impulso.

> Espacio Autónomo 1: Reconocimiento de liderazgos



El reconocimiento de los liderazgos entre las defensoras y lideresas es un momento fundamental, que busca el encuentro de múltiples liderazgos y el fortalecimiento de las voces colectivas de las mujeres que ejercen la defensa de los derechos humanos. Este espacio permite garantizar la participación de las plataformas ya que su rol es fundamental para conciliar y articular cada uno de los espacios autónomos según como se definan, y para apoyar en las estrategias de diálogo, negociación y resolución de conflictos. En estos espacios es importante que se puedan mantener algunos momentos que resultan importantes para mantener la conexión entre las mujeres lideresas y defensoras:

Momento 1. Armonización: este espacio busca generar confianza entre las mujeres, a través de ejercicios simbólicos propios de cada territorio, en los que se reconozcan los diferentes liderazgos que han desarrollado y se fortalezca la representatividad colectiva.

Momento 2. Reconocimiento del proceso de construcción y apropiación del PIG Mujeres: busca potenciar los conocimientos de las lideresas frente al Programa con el propósito de fomentar la apropiación de este por parte de las mujeres.

Momento 3. Introducción al funcionamiento del Comité de Impulso: su propósito es socializar los mecanismos de participación y las instancias que conforman el Comité de Impulso (Comité de impulso, Mesa de Seguimiento a casos de violación a los Derechos Humanos de las mujeres lideresas y defensoras, y la Instancia de Seguimiento al Plan de Acción).

Momento 4. Análisis de contexto y de agendas de trabajo: busca desarrollar un análisis del contexto de la situación de las lideresas y defensoras con énfasis en el territorio en el que desarrollan su ac-

tuar, y a su vez, conocer las agendas de trabajo para identificar objetivos comunes en los que sea posible generar alianzas estratégicas para la acción.

Momento 5. Metodologías de diálogo y definición de acuerdos: estas buscan concertar las estrategias de diálogo a partir de las cuales trabajarán las mujeres, así como, los acuerdos que facilitarán el plan de trabajo, la participación y la resolución de conflictos en cada uno de los espacios autónomos que se estipulen.

Momento 6. Agenda de Trabajo y mecanismos para la toma de decisiones: su propósito es determinar y acordar la agenda de trabajo que se llevará a cabo en cada uno de los espacios autónomos, formulando objetivos, responsables, tiempos y acciones por implementar. Es clave definir los mecanismos para la toma de decisiones en cada uno de ellos.

> **Espacio Autónomo 2: Representatividad y participación** **(Perfiles-Grupos poblacionales)**



La representatividad en los espacios autónomos es clave para la diversificación de las voces y la amplitud del dialogo colectivo y democrático. En ese sentido, resulta vital para el proceso, tener un espacio específico para el reconocimiento de esas propuestas y apuestas colectivas. Así se sugieren los siguientes momentos:

Momento 1. Definición de perfiles de las representantes al Comité de Impulso: busca establecer los perfiles de las mujeres que integrarán el Comité a partir de las necesidades específicas del territorio y de las capacidades requeridas para asumir esta responsabilidad.

Momento 2. Mesas de Diálogo por Grupos Poblacionales: para su desarrollo se propone implementar metodologías propias para hacer una división por grupos poblacionales: afros, indígenas, LGBTI, víctimas, componente etario, entre otros, según cómo las mujeres decidan, buscando coincidencias en términos étnicos, de derechos que defienden y representación desde un enfoque interseccional con el fin de fortalecer la confianza y el reconocimiento de liderazgos.

Momento 3. Definición de representantes por Grupos Poblacionales: busca realizar la elección de sus precandidatas a través de los mecanismos que internamente consideren.

> Espacio Autónomo 3: Proceso de elección del Comité de Impulso



La elección del comité de impulso, resulta importante para movilizar la articulación entre las defensoras y lideresas y la institucionalidad en territorio. Para ello, se sugieren los siguientes momentos, sin que sean necesariamente exhaustivos:

Momento 1. Definición del mecanismo de postulación y elección de las representantes: busca determinar de manera colectiva la forma en que las precandidatas de cada grupo poblacional se postularán ante todas las demás participantes. Así mismo, se definirá el mecanismo por medio del cual se realizará la elección de las representantes al Comité.

Momento 2. Postulación de representantes: su objetivo es presentar sus representantes ante todas las mujeres que participan del espacio autónomo, exponiendo las razones por las cuales se consideran idóneas para hacer parte del Comité de Impulso.

Momento 3. Proceso de elección: en este se hace una revisión de los perfiles de las mujeres postuladas, de acuerdo a los que se requieren y así lograr avanzar en las actividades que se deben realizar desde el Comité de Impulso.



2. El Comité de impulso

El comité de impulso es el espacio movilizador de los intereses estratégicos de las mujeres defensoras y lideresas de cara a la articulación con la institucionalidad para la territorialización del Programa Integral. Es el espacio de representación de las defensoras y lideresas del territorio en el que su voz resulta fundamental para la toma de decisión y respuesta efectiva del estado en el territorio no solo con el propósito de dar a conocer desde su perspectiva la situación y realidades de las defensoras y lideresas, sino también para la construcción de acciones inmediatas, sistemáticas y estructurales que mitiguen y erradiquen las situaciones y riesgos a los que están expuestas las defensoras y lideresas en el país. Este comité será elegido en el marco de los espacios autónomos.

> Principios en la conformación del Comité de Impulso:

Los 5 principios fundamentales a tener en cuenta al momento de elegir las representantes para el comité de impulso, con el fin de promover su funcionamiento eficaz, son:



1. Enfoque territorial: este enfoque busca responder a las dinámicas y procesos organizativos de cada territorio y reconocer las diferencias en el impacto del conflicto y de la defensa de los derechos humanos.



2. Construcción colectiva: es una acción importante para acompañar la elaboración de las metodologías de los diferentes espacios participativos, vinculando los aportes de las mujeres en los territorios y de las Plataformas Nacionales de Mujeres Lideresas y Defensoras de Derechos Humanos.



3. Confianza: es fundamental realizar actividades que promuevan lazos de confianza entre lideresas y defensoras, con el propósito de consolidar espacios seguros que les permitan fortalecer sus vínculos y la motivación frente a los diferentes momentos del PIG Mujeres y su territorialización.



4. Representatividad: busca garantizar la mayor diversidad de mujeres de los diferentes territorios en el Comité de impulso. Para ello es recomendable realizar un mapeo de organizaciones territoriales, buscando identificar las diversidades de las mujeres y sus liderazgos en el territorio (subregiones, zonas, etc.)



5. Construcción de acuerdos: es importante, de cara a mantener los aprendizajes de las apuestas feministas comunitarias, la construcción de los diferentes espacios participativos que se establezcan para la conformación del Comité de Impulso, garantizando la participación de todas las mujeres, sobre la base del consenso y el consentimiento activo de cada una de las participantes del proceso.



6. Temporalidad: los espacios autónomos deben contar con un tiempo considerable para la realización de actividades, esto es fundamental para generar confianza y lograr la representatividad de todas las diversidades de las mujeres en el Comité de Impulso.

> ¿Quiénes componen el Comité de Impulso?

Cada proceso territorial, de manera autónoma y de acuerdo con las dinámicas propias de su región, será el que defina la composición del comité de impulso. Sin embargo, existen unos mínimos que pueden orientar esa composición:

La defensa de los derechos de todas las mujeres debe ser el punto de partida, no obstante, se sugiere priorizar los derechos de las niñas y mujeres víctimas de violencia sexual, de las defensoras del medio ambiente, de la protesta social y por supuesto los de todas las mujeres que pertenecen a grupos étnicos. Con el fin de garantizar la completa representatividad en las integrantes que conformen el Comité de Impulso se promueve la participación de mujeres en todas sus diversidades, así:



> Número de integrantes

El número de mujeres que conformen el Comité de Impulso dependerá principalmente del contexto territorial y de los grupos poblacionales que deban ser representados en cada zona. Para facilitar los procesos de toma de decisiones es preferible que el Comité esté conformado por un número impar de máximo 15 personas. Sin embargo, cada proceso organizativo, de manera autónoma puede definir esto, teniendo siempre en cuenta que exista una representatividad diversa y lo más amplia posible.

> Competencias, conocimientos y características de las integrantes

Los criterios descritos a continuación son recomendaciones sobre algunas características deseables más no obligatorias, por tanto, no son excluyentes para la participación. Estos aspectos, facilitarían el trabajo del comité y facilitarían su efectividad e interlocución.

Competencias:

1. **Incidencia política:** relacionamiento institucional a nivel nacional, departamental y/o municipal.
2. **Escritas:** elaboración de documentos como derechos de petición, tutelas, denuncias y/o comunicaciones en general.
3. **Orales:** intervenciones públicas e interlocución con otros actores.
4. **Tecnológicas:** uso de correo, herramientas de búsqueda (Google, Yahoo, etc) y redes sociales.
5. **Capacidad de gestión:** diseño e implementación de acciones en el marco de la territorialización del PIG Mujeres.
6. **Comunicativas:** construcción de consensos, transmisión de información, socialización de avances a nivel territorial e interlocución constante con diferentes grupos y/o entidades a nivel territorial y nacional.

Conocimientos:

1. Contexto local y departamental
2. Marco normativo
3. Competencias de las entidades responsables en la implementación de acciones a favor de la garantía de sus derechos.
4. Conocimiento de los componentes del PIG Mujeres.
5. Conocimientos del enfoque de género, étnico y territorial.
6. Bilingüismo (para el caso de representación de mujeres indígenas y mujeres con discapacidad)

Características personales:

1. Disponibilidad de tiempo.
2. Postura crítica y proactiva.
3. Reconocimiento en su rol de liderazgo.

Nota importante: La participación en este espacio del Comité no es remunerada, sin embargo, es importante garantizar los medios necesarios para que se pueda hacer efectiva la participación de las mujeres. Con el fin de garantizar siempre una amplia participación, se recomienda la elección de una representante principal y una suplente, teniendo en cuenta diversidad en los perfiles.

> Acompañamiento Técnico para las integrantes del Comité de Impulso

La territorialización del PIG, requiere un esfuerzo coordinado entre sociedad civil y Estado para promover una respuesta adecuada a la situación de las lideresas y defensoras. En este sentido, la responsabilidad de la Institucionalidad territorial, en tanto responsable de la obligación de protección, debe promover y garantizar espacios de diálogo permanente y escucha activa con las defensoras y lideresas de los territorios.

Dicho acompañamiento, además, debe incluir el apoyo técnico, logístico y presupuestal para garantizar la participación de las integrantes de las organizaciones de mujeres del territorio y de las Plataformas Nacionales de Derechos Humanos, en el desarrollo de las diferentes acciones contempladas para la conformación del Comité de Impulso y posteriormente para la concertación del Programa territorializado. A continuación se presentan las instituciones del gobierno y las organizaciones de la sociedad civil que acompañan y garantizan el proceso de implementación del programa.



- **A nivel Institucional** - Ministerio Público: Procuraduría General de la Nación y Defensoría del Pueblo como garantes y veedores del proceso.
- **A nivel de las organizaciones de la sociedad civil** - Plataformas Nacionales de Derechos Humanos: realiza acompañamiento transversal de los espacios de encuentro de lideresas y defensoras. Son promotoras del liderazgo colectivo y buscan el fortalecimiento del movimiento en clave de generar confianza frente al proceso y articulación con la institucionalidad.

Además, refuerza y acompaña al movimiento social mujeres como garantes del proceso. Las Plataformas Nacionales son: Cumbre Nacional de Mujeres y Paz, Gpaz, Red Nacional de Defensoras y el Grupo de género del Programa Nacional de Garantías.

- **A nivel de organizaciones de Cooperación.** - Cooperación Internacional: realiza acompañamiento metodológico para el desarrollo de los espacios autónomos según las necesidades en cada territorio. (Ministerio del Interior, 2021).

3. Experiencias piloto y de territorialización del PIG–Mujeres

Montes de María:

La Mesa de Garantías para lideresas y defensoras de Derechos Humanos de Montes de María ha sido un referente importante en materia de adopción territorial del PIG Mujeres. De su experiencia, la activación de espacios previos a la formalización institucional de las Mesas de Garantías a nivel territorial ha permitido a las mujeres el desarrollo de procesos de organización y de fortalecimiento del tejido social y comunitario, de acuerdo con sus propias necesidades.

Así mismo, las reuniones sistemáticas efectuadas para hacer seguimiento a las comisiones que conforman el Comité de Impulso han permitido avanzar en una ruta de respuesta institucional que, de la mano con las defensoras, ha favorecido la adopción de medidas de prevención y protección cuando es necesario. El acompañamiento permanente del Ministerio Público y del Ministerio del Interior en su rol de Secretaría Técnica del PIG, ha facilitado canales de comunicación entre la institucionalidad nacional y regional, de manera que las acciones en el nivel local guardan coherencia con el proceso nacional.

Putumayo:

En el Putumayo, la conformación de la Mesa de Garantías surgió como una respuesta a la grave situación de seguridad de las mujeres lideresas y defensoras de derechos humanos. Las amenazas, los desplazamientos, las desapariciones, los feminicidios, y otros tantos tipos de vulneraciones a la integridad personal y vida de las mujeres, motivaron la acción conjunta de la institucionalidad pública y diversas organizaciones de mujeres, para proveer una respuesta articulada a las necesidades de las defensoras y sus familias.

Este espacio de interlocución entre las mujeres y las entidades nacionales y locales ha promovido el reconocimiento de las labores de defensa de derechos humanos, la fuerza organizativa de las mujeres, y su participación en espacios de discusión y toma de decisiones. Adicionalmente, con la implementación del Programa Integral de Garantías en el departamento, se ha facilitado la construcción de un Plan de Acción fundado en las particularidades del contexto territorial, la formulación de propuestas alternativas sobre estrategias de protección para las defensoras, y la definición de rutas específicas para la preservación y garantía de sus derechos.









Entre
todas nos
cuidamos

¿Qué encontrarás?

La Liga Internacional de Mujeres por la Paz y la Libertad - LIMPAL Colombia- pone en manos de las defensoras de derechos humanos este material, que recoge las reflexiones caminadas por mujeres en los territorios, en el marco del acompañamiento y fortalecimiento realizado a los procesos organizativos en distintos territorios del país. Con esta cartilla “Píldoras de autocuidado para defensoras #1: Herbolaria para el cuidado” se busca reivindicar las prácticas ancestrales de autocuidado y poner en el centro de la discusión política el cuidado de sí mismas, para tener liderazgos sanadores de las lideresas y defensoras y generar activismos sostenibles.

Esperamos que este material las acompañe en este camino de defensa por la vida y los derechos de las niñas, las jóvenes, las adultas y sus territorios.

¡Empecemos!

Autocuidado para la Vida

El autocuidado “es un antídoto para la violencia porque difícilmente se destruye lo que uno mismo ha cuidado” - Gilligan, C.

El autocuidado se refiere a las **formas de cuidar de nosotras mismas**. En ese tono, alude a las acciones motivadas por un sentimiento de amor propio cuyo sentido es abrazar y proteger, si es necesario, la integridad y libertades de los sujetos construidos como mujeres y niñas. Distintos sectores del feminismo conectan el autocuidado con sentidos de reivindicación y descolonización de los cuerpos, al tiempo que construyen el cuidado de sí como una revolución pacífica y liberadora de las opresivas interacciones que despojan, controlan, violan y matan. **El autocuidado feminista libera en tanto refleja y emerge de la propia vida**, de la propia lucha de las mujeres y niñas.

La apuesta feminista por el autocuidado invita a cuestionar las propias maneras y circunstancias en las que **hemos aprendido a tolerar el malestar, la indignación y la desconfianza**. Esto es un primer paso para desaprender el abandono, el silenciamiento y el desprecio de sí. Autocuidarse es toda acción que disuelve premisas acerca de normalizar dolor, miedo, tristeza o enojo. En contraste, **visibiliza el placer, el goce rebelde, la alegría sin cadenas**.

Hablar de autocuidado feminista implica reconocer las decisiones autónomas y libres que cada mujer y niña toma para cuidar de sí y gozar consigo misma, hecho que invita a la reflexión sobre los universos de sentido que existen en el borde de los mandatos hegemónicos.

Así, esta práctica autónoma y propia de cuidar y cuidarnos es expresión y reafirmación vital que desborda los prejuicios y estereotipos para urdir revoluciones amorosas en las conversaciones que sostenemos con nosotras mismas, las cuales se traducen en memorias y valores compartidos en la cotidianidad del intercambio empático con las y los demás. Gracias a las posibilidades del encuentro, el autocuidado se configura como un acto político que permite **convivir en paz con nuestros propios cuerpos** y reconocer las sintonías y ritmos que emergen dentro de cada espacio de solidaridad y atenta escucha.

El autocuidado de las defensoras de derechos humanos, un acto político

“Cuerpos sanados, son cuerpos que se emancipan” - Lorena Cabnal

Entender los aspectos psicosociales y las afectaciones a las defensoras y lideresas es, en sí mismo, un **acto político de resistencia ante la guerra**, una forma de transformar los patrones patriarcales que ubican lo asociado a los sentimientos, a la humanización de las luchas en el lugar de la debilidad.

Atribuirle sentido, cuestionar las prácticas de abuso que afectan las mentes y, con ello, las actuaciones de las defensoras y sus capacidades de afrontamiento, son una manera expresa de frenar las violencias y exigir respuestas humanas que se distingan de las que buscan construir máquinas que trabajan por causas justas, pero a quienes se les niega el reconocimiento de su propio dolor y de sus propios impactos.

En el caso de las activistas, defensoras y lideresas, las prácticas de autocuidado no solamente benefician la postura individual desde su rol, sino que **nutren el ejercicio colectivo**. De esta manera, se favorece la sostenibilidad de los liderazgos y los **espacios de reflexión a partir del cuidado mutuo**, como una forma de apoyar y brindar soporte ante las situaciones de riesgo y amenazas que enfrentan cotidianamente.

La dinámica desde la que defensoras y lideresas actúan como ciudadanas, refleja en ellas la configuración de diversidades y la marca de desigualdades que hacen que **el autocuidado esté permeado por esas prácticas políticas**, en muchas ocasiones ancestrales, que prefiguran sus capacidades de respuesta ante los impactos provocados por el contexto de guerra y violencia en el cual desarrollan su ejercicio de defensa de los derechos humanos.

Partir de las prácticas de autocuidado no solo implica revisar y **reforzar la identidad del sujeto mujer, defensora de derechos humanos**, sino que implica la valoración del contexto en el que se construye este sujeto. Múltiples son las prácticas que desde la sabiduría y experiencia rescatada de las mujeres,



se han adoptado en el autocuidado feminista. En el caso de las defensoras de derechos humanos, esta mirada feminista cobra sentido en tanto **involucra la salud mental como pieza fundamental** para el ejercicio de su rol en condiciones dignas, basadas no solo en el reconocimiento de la importancia que tienen en la sociedad y en los procesos colectivos, sino en su propia **potencia sanadora individual y colectiva**.

El autocuidado como centro permite reconocer también la necesidad de espacios para distraerse, desahogarse, renovarse y fortalecerse. Además, esto permite identificar que, en muchas ocasiones, por el **nivel de cansancio y desgaste de las defensoras**, no han podido percibir diversos incidentes de seguridad o se han expuesto más de lo necesario en momentos de riesgo. En general, los ritmos de trabajo de las defensoras facilitan situaciones de elevado estrés y otros estados de ánimo que afectan las **dinámicas de afectividad y relación dentro de las organizaciones** y generan conflictos con las personas del entorno.

Por lo anterior, la gestión de prácticas de autocuidado, como manejo emocional, aprendizaje de habilidades, cultivo del sistema de creencias, expresión de sentimientos e ideas y delimitación cuidadosa de funciones en lo público (como defensora y actora social) y en el ámbito privado, permiten hacer conciencia de la necesidad del autocuidado, como una práctica transgresora desde las mujeres, favoreciendo reflexiones situadas desde el lugar propio, construido en colectivo, generado a partir de los lazos de empatía y en las relaciones cotidianas responsables y respetuosas entre las defensoras, lideresas y activistas.

En esta cartilla hemos rescatado algunas de las prácticas de autocuidado, a partir de la utilización de plantas medicinales, que ayudan a la tramitación de emociones que se somatizan en los cuerpos de las defensoras a propósito de las sobrecargas generadas por sus múltiples roles.

Herbolario para el cuidado sostenible y feminista

El conocimiento de las plantas no es un saber académico, tiene que ver con **prácticas heredadas, aprendidas de las abuelas** y, por lo general, de mujeres mayores de edad. Estos saberes son **propios de cada territorio**, que les ha permitido sobrevivir y a medida que se utilizan van dejando huella. En el mercado actual se encuentran productos en los que se dice expresamente que su base es natural, una receta que nace del **saber de las comunidades**.

Un ejemplo de ello son los champús, acondicionadores, cremas para el cuerpo, relajantes y jabones para el baño, entre otros, lo que significa que **las plantas tienen poderes sanadores** para la parte física, mental y emocional e influyen en el equilibrio del ser humano. Hay que tener en cuenta que en cada territorio hay saberes diferentes por lo que, en muchas ocasiones, para que las plantas realicen su trabajo **se debe tener fe y pedir permiso**, hablar con ella para que su don sea sanador, es una manera de agradecer a la madre tierra por tener la posibilidad de tener estas plantas.

A continuación, un herbolario para sus cuerpos, sus mentes y sus sentimientos que **siguen luchando por una mejor Colombia**, por un mundo posible libre de violencias para las mujeres:



- Las Hemorragias

Se puede utilizar las lamas o la estopa que tiene el coco en su corteza. Se ponen en agua con tres cogollos de ruda, se endulza con miel de abejas y se toma en infusión. Puede tomarse nueve días seguidos, luego se deja un tiempo moderado y se puede volver a tomar.

- Los Tumores

Se puede utilizar la caléndula con tallo o solo las flores, depende como la puedas adquirir pero la flor es más funcional y la uña de gato. Se realizan infusiones de ambas plantas o una sola, la que se consiga en el territorio. Tomar de siete a nueve días. Las mujeres somos sabias y sabemos cuántos días debemos tomarla ya que el mismo cuerpo habla y debemos escuchar.



- Hinchazón de Ojos

Se toma la hoja de llanten en una botella de vidrio con agua, se pone al sol y al sereno por dos días. El agua que destila esta mata se puede poner en los ojos para ayudar a quitar la carnosidad en la vista o para sanar algún golpe en los ojos.

- Los Riñones

Se puede tomar agua de pipa o agua de coco por nueve días. También se debe consumir la fruta caimito, la cual tiene un agua lechosa. La grandeza de este fruto es su carne suave, jugosa y dulce.

- Dolores de Cabeza

Se da por el estrés del día a día o por estar mal alimentadas, lo que produce debilidad. Para esto se puede utilizar la planta espíritu santo, se toman las hojas y se maceran para posteriormente ponerlas en la frente. El mismo procedimiento con las rodajas de limón: se colocan en la frente y se amarran a la frente con un paño blanco. Para saber si hicieron efecto las rodajas, ellas van tomando un color oscuro y se van secando.

Para tratar este dolor se utilizan también las rodajas de papa con azúcar. Aquí también las rodajas van tomando una coloratura diferente y así se sabe que está absorbiendo el dolor. Estos alimentos medicinales afortunadamente son accesibles a las manos de las mujeres en cada una de las casas, lo importante es conocer sus usos ya que estos dolores se presentan en horas de la madrugada o en la noche para limpiar.

Cuando el dolor es más fuerte y se conoce como migraña, se debe usar el vinagre de mata. Se frota el mismo en la cabeza y se coloca alrededor de la frente un pañuelo y duerme toda la noche con el allí.

- Trabajo de Parto

Se recomienda la manzanilla, que hace la tarea del pitocin que colocan en la medicina académica (nos referimos a la ciencia) a través de una inyección. Se toma en aromática en los días previos a la fecha del nacimiento, también se utiliza la hoja de brevo y la hoja de la virgen para realizar vahos, es decir, respirar el aroma de la planta ya hervida.

Para evitar los trombos después del parto, limpiar el organismo y la matriz, se usa la hoja de nacedero. Se realiza un agua de panela y se pone la hoja dentro de la olla y se deja reposar. Las mujeres que sufren de hemorragia no la pueden tomar porque su labor es expulsar la sangre no buena que queda después del parto.

- Presión Arterial Alta

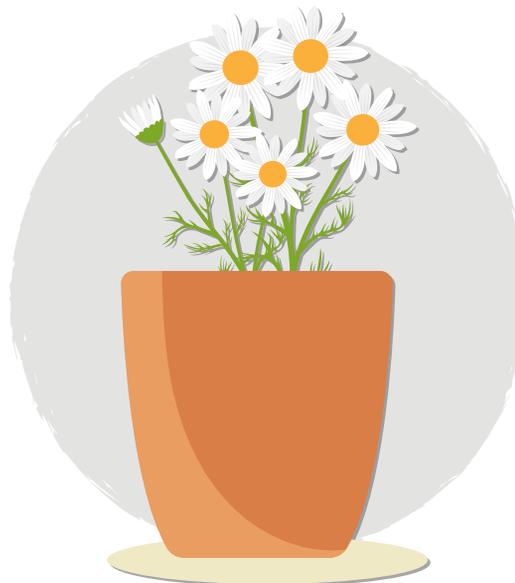
Se utiliza solo el tallo o la raíz del limoncillo o limonaria, se macera y se coloca en agua reposándola por un día y se toma al día siguiente.

- Cicatrización de Heridas

Se consume la arracacha entera o en sopas. También se puede consumir el jugo de naranja puro, sin agua, una vez al día.

- La Anemia

La pringamosa puede ser usada o remplazada por la espinaca o el zapallo para comer como alimento. También para el agotamiento que surge con la anemia, en muchas ocasiones o por el desgaste físico por labores de oficina o en casa, se usa la zanahoria, remolacha y zumo de naranja o limón.



- La Gastritis

Hay dos formas de combatirla o de tratarla, una es tomar medio vaso de limón y ojalá aguantar el dolor cuando llegue al estómago, porque la gastritis es una herida o una raspadura que tiene la piel internamente. Se puede ir menguando el dolor tomando sorbos pequeños de agua pura. Los remedios caseros son recomendados tomar durante tres, siete o nueve días.

También se puede consumir el repollo licuado con mínima cantidad de agua y se cuele, se adicionan gotas de limón, se toma en ayunas y antes de acostarse a dormir, durante nueve días. Otra receta para la gastritis es coger una papa y rayarla o triturarla, comerla dúrante al día; preferiblemente la primera toma antes del almuerzo. Este tratamiento durante siete o nueve días.

- La Diabetes

Se puede controlar con una planta que se llama la insulina o sangre de cristo también conocida como la hoja santa. La infusión queda de color rojo. Sin embargo, debemos saber qué nivel de diabetes es porque no todas se tratan de la misma manera y puede ser perjudicial. La verbena es una planta que viene por hojas, se deben tomar de cinco a nueve hojas, realizar la infusión, tomar por nueve días y dejar un tiempo prolongado y volver a consumir.

- Parásitos

La yerbabuena es una planta caliente que acompañada con ajo y el paico se activan como purgantes. Deben ser tres cogollos de cada uno y licuar. Las restricciones: no tomar leche, no comer gasas, cereales, granos, evitar las comidas duras de digerir y, en su lugar, se deben consumir frutas.

Para desparasitar se utiliza la ahuyama, se toma la semilla de este alimento se pone al sol a secar. Cuando ya esté así, se pela y queda una semilla blanca la cual se



tritura en un mortero hasta que queda un polvo. Este se toma con medio vaso de agua y con constancia durante tres días en ayunas. La hoja del helecho macho sirve para adormecer a los parásitos y luego se toma el purgante para eliminarlos por completo. Si se toma la purga sin adormecerlos, es posible que los paracitos se alojen en las vellosidades del colon y luego causen otros malestares.

- Dolores Musculares

Se debe buscar una planta llamada cola de caballo. Se pone a hervir y se toma por nueve días para que el dolor mengüe.

- Cáncer

El confrey y pipilongo se utilizan para el tratamiento del cáncer que está en etapa uno. La pesadez se baja tomando una infusión de una de las capas de la cebolla.

- La Gripa

Se usa el sauco, el eucalipto, el limón y el jengibre en infusión.

- Hipoglicemia

Se cocinan juntos tres hojas de llanten, medio pepino cohombro, media guatila y medio limón, se licuan y se toma por tres meses en ayunas. Se descansa durante 15 días y se retoma otra vez los tres meses hasta lograr los resultados.



- Tos

Se colocan tres hojas de higo, una astilla de canela, siete hojas de yerbabuena y dos ajos. Estos ingredientes se hierven. Cuando el agua toma un color verde, se puede bajar del fogón, se deja reposar y se endulza con miel. La pueden tomar niños pequeños, adolescentes y adultos.

Así mismo se pueden utilizar diversas plantas para numerosos dolores o inconvenientes que se presentan en nuestros cuerpos como mujeres:

- ☑ La sangre de drago y el cristal de la sábila se usan para la gastritis.
- ☑ El perejil para la cistitis y la retención de líquidos, control de colesterol y triglicéridos.
- ☑ Flores de bugambilia, ruda, altamisa y cóleo para los cólicos menstruales.
- ☑ Para la limpieza de los riñones se usa la mata de clavo.
- ☑ Como diurético se cocinan doce fresas en un litro de agua y después tomar el líquido.

Con todas estas recetas nos podemos ayudar y auto cuidar pero hay que tener en cuenta que los metabolismos y los organismos son diferentes, por tanto, no se puede remplazar en mucha medida la medicina tradicional.

Son fuertes y trabajadoras,
las mujeres de Playón,
se levantan a las 4, en plena madrugada,
se van pal monte, se va a trabajá,
es fuerte y trabajadora, es fuerte y trabajadora,
las mujeres de Playón
¿María pa dónde va? ¿María pa dónde va?
voy a recoger corozo, voy a recoger corozo
y luego venir de allá
a buscá agua en el pozo,
son fuertes y trabajadoras, son fuertes y trabajadoras,
las mujeres de Playón,
luego de venir de allá, luego venir de allá,
a buscá agua en el pozo,
hombre pa lavar la ropa de mi hijo y de mi esposo,
hombre pa lavar la ropa de mi hijo y de mi esposo,
son fuertes y trabajadoras, las mujeres del Playón,
mi cuerpo está muy cansao, mi cuerpo está muy cansao,
de todo lo que ha trabajao,
trabajo no remunerado (...)

Fragmento de canción "Son fuertes y trabajadoras"
Grupo de Mujeres San José del Playón, María La Baja, Bolívar

Con el apoyo de:



Ministry of Foreign Affairs of the
Netherlands



LIGA INTERNACIONAL DE MUJERES POR
LA PAZ Y LA LIBERTAD
LIMPAL COLOMBIA



Mujeres
que Inciden
en la Paz