

## **Pautas para el abordaje de situaciones de violencia basada en género (VBG) en condiciones de confinamiento**

La situación sanitaria nacional conlleva a tomar como medida de prevención de contagio de COVID-19 el aislamiento social, factor protector en dicho caso pero riesgoso en otros, pues aumenta el riesgo de violencia en general y de forma particular en la población vulnerable a las situaciones de violencia basada en género (VBG).

En Uruguay fue aprobada una ley integral, en diciembre de 2007, la Ley n.º 19580 de Violencia hacia las Mujeres Basada en Género. Para niños y hombres que se encuentren en situaciones de violencia, continúa rigiendo la Ley n.º 17514 de Violencia Doméstica.

### **Recomendaciones específicas para víctimas de violencia basada en género que conviven con el agresor**

1. Pese al aislamiento social presencial mantén vínculos virtuales cotidianos con personas de tu entorno o personales con vecinos.
2. Ten próximos y disponibles medios de comunicación útiles en caso de necesitarlos (celular, teléfono fijo, computadora, *laptops*, otros).
3. No compartas las claves de seguridad de acceso a tus medios de comunicación con otra persona: tu clave es personal y no es transferible.
4. Registra tu clave con una contraseña no personal, abstente de colocar fecha de aniversarios, u otros datos específicos y reconocibles fácilmente.
5. Registra de manera accesible en tu celular teléfonos de emergencia. Ello comprende: contactos próximos a quien puedas recurrir, emergencia móvil y 911. Este último también posee una App gratuita Emergencia 9-1-1, con posibilidad de uso de botón de pánico que al activarse pondrá en marcha medidas de acción y protección adecuadas a tu caso.
6. En tu celular también podrás descargar aplicaciones que puedan ofrecerte de ayuda: geolocalización, entre otros.

7. Trata de tender lazos con vecinos de confianza y comparte con ellos una clave de alarma ante situaciones de violencia. Puede ser una palabra clave que solo conozcan ambos.
8. Si tienes lesiones físicas debes recurrir al centro de salud y solicitar copia de la historia clínica. El registro es importante.
9. Si te encuentras en proceso terapéutico trata de continuar tus sesiones mediante medios electrónicos.
10. Si contactas con psicólogos que trabajen en forma voluntaria, busca hacerlo con aquellos que se encuentren nucleados mediante alguna organización o institución que brinde respaldo.
11. Cuando surjan situaciones de violencia y enfrentamiento, trata de minimizar la confrontación. De no ser posible busca no encontrarte sola.
12. Ten previsto con terceros la posibilidad de estadías en su casa. De no contar con ello busca orientación y ayuda en líneas gratuitas.
13. Reserva en un lugar seguro de tu casa una carpeta con documentos personales y de tus hijos, en caso de tener (CI, carnet de asistencia del niño/a, pasaportes, dinero, tarjetas de crédito, copia de llaves de casa y vehículo)
14. Ten preparado y a tu alcance un bolso con muda de ropa para ti, tus hijos y personas a cargo.
15. Si tomas medicación prevé contar con ella de forma fácil y segura.
16. Si cuentas con la posibilidad de trasladarte de vivienda, no compartas con tu agresor información sobre nuevo lugar de residencia.

### Recomendaciones específicas para víctimas de violencia basada en género que no conviven con el agresor

- 1- Si el agresor pide contactarte, no accedas por ningún medio.
- 2- De no haber acatamiento de las medidas dispuestas por parte del agresor, siempre deja constancia en la seccional de forma personal o por medio de tu abogado.
- 3- Recuerda que dada la emergencia sanitaria el Poder Judicial cuenta con FERIA sanitaria, pero atiende casos de urgencia.

### Tu seguridad es prioridad.

Todas las mujeres tienen derecho a vivir una vida libre de violencia

### Contactos

Te recomendamos tener los contactos agendados en un lugar de fácil acceso:

- 911 / App Emergencia 9-1-1.
- 0800 4141 desde teléfono fijo o \*4141 desde celulares. En este servicio te escucharán y asesorarán de lunes a viernes de 8 a 24 h y los sábados y domingos de 8 a 20 h.
- 105, 159, 147: número de emergencia contratado
- 0800 767: Línea Vida prevención del suicidio ASSE.
- Mantén a el número de tu prestador de salud para solicitar asistencia y orientación ante lesiones.

### Pese al aislamiento mantente en contacto.

En CPU estamos a tu disposición: [cpu@psicologos.org.uy](mailto:cpu@psicologos.org.uy)