Mujeres preparadas y listas para enfrentar ataques

MARTES, 17 DE ABRIL DE 2012 23:55



Mendoza cuenta con 37 centros para la instrucción en defensa personal, mientras la cantidad de inscriptas se duplicó en 2011.

Las alarmantes estadísticas sobre casos policiales relacionados con la violencia de género en la provincia, despertó en las mujeres mendocinas una inclinación a la autoprotección sin precedentes cercanos en la región. Son casi 40 los gimnasios de adoctrinamiento y educación en artes marciales que fundieron en una misma disciplina un vasto cúmulo de conocimientos dirigidos a mantener la calma ante un ataque y aplicar técnicas de defensa personal si es que fuese necesario.
De esta manera, el boom comercial de la autoprotección también se refleja en la cantidad de inscriptas. De acuerdo a un relevamiento realizado por Ciudadano en esos centros de instrucción el número de mujeres registradas superó su propia marca del 2010 (320), y hoy son más de 600 las interesadas.

Deber y poder
“Lo mas importante es que la mujer tenga conciencia no sólo de que debe defenderse, sino que puede", comentó el sensei Manuel Montero, quien desde hace16 años imparte cursos diseñados específicamente para la defensa de la mujer.
En Mendoza, aumenta a diario el número de mujeres que acuden a gimnasios para aprender defensa personal. Estos cursos, por lo general, se basan en técnicas de protección que, lejos de ser un conjunto de “trucos" fáciles y de resultados sorprendentes, convierten a la autodefensa en una disciplina compleja de incorporar pero fácil de asimilar. Según el maestro Ulises González, del centro de capacitación Hasomashi, “hay que aprenderla metódicamente, partiendo de bases sencillas y siguiendo una progresión lógica”.

Tips preventivos
Si bien las técnicas de autoprotección han ayudado a muchas mujeres a superar momentos de violencia inesperada, todos los expertos consultados concuerdan en lo mismo: es mejor evitar el enfrentamiento y sólo utilizar herramientas de defensa en casos límites. Para eso es necesario seguir una serie de consejos apuntados a preveer el ataque:
-No caminar por la calle con el celular en la mano, ni siquiera con los audífonos puestos o con la billetera expuesta en algún lugar visible.
-Cuidar el vestuario. No es recomendable usar ropa sugestiva, y menos en zonas peligrosas y oscuras.
-Observar a quienes nos rodean y qué es lo que están haciendo para poder determinar si están merodeando de manera extraña o si pretenden seguirte.
-Si se detecta a alguien sospechoso cerca, llamar inmediatamente a otros para que se sienta alarmado o intimidado. Caminar rápido y cambiar de vereda.

-Tratar de llevar algún objeto punzante, como un paraguas, llaves o algún palo. Esto ayudará a defendernos cuando nos encontremos en una situación de peligro.
-Inscribirse en algún curso de defensa personal para aprender técnicas y movimientos de respuesta a un ataque.
-Realizar ejercicios y comer saludable ayudarán a estar en forma para poder repeler cualquier ataque.

Qué busca un violador

Según un relevamiento de casos policiales en Mendoza, se pudo detectar que el 40% de los hechos de violencia de género está ligado a motivaciones del tipo sexual. Para esto, se desarrolló una guía de reconocimiento para detectar a un violador a la distancia.
Lo primero que observan estos individuos es el peinado y prefieren perseguir a mujeres con cola de caballo o trenza, ya que es más fácil atraparlas tomándolas del pelo. También buscan mujeres que usan ropa fácil de quitar. Incluso muchos llevan tijeras para cortar la ropa.
Además, los sujetos aprovechan momentos de distracción, como hablar por celular, buscar algo en el bolso, etcétera.
Los ataques más frecuentes son entre las 5 y 8.30, y el primer lugar para secuestrar mujeres es el estacionamiento del supermercado, el segundo, el del trabajo, y el tercero, los baños públicos. / Orlando Tirapu

BOOKMARK

Iniciar sesión

Esta entrada del blog
Todas las entradas del blog

Suscríbete a los comentarios de esta entrada del blog a través de...

Añadir a Mi Yahoo!

Añadir a Google

RSS Ico

Feed RSS

Suscríb t vía corr o l ctrónico

Dirección de correo elect Suscribirse
Seguir la discusión

Comentarios

Iniciando sesión...
Cerrar

Iniciar sesión en IntenseDebate

Or create an account

Nombre de usuario o correo electrónico:
Contraseña:

¿Olvidaste iniciar sesión?

OpenID
Cancelar **Iniciar sesión**

Cerrar WordPress.com

Nombre de usuario o correo electrónico:
Contraseña:

Lost your password?

Cancelar **Iniciar sesión**
Cerrar

Iniciar sesión c□n tu OpenID

O crear una cuenta usando OpenID

URL de OpenID: http://
Regresar
Cancelar **Iniciar sesión**
Tablero | Editar perfil | Cerrar sesión

Sesión iniciada como

No hay comentarios publicados aún. ¡Sé el primero!

Publicar un nuevo comentario

¡ingresa el texto justo aquí!
Comentar como invitado o iniciar sesión:

Iniciar sesión en IntenseDebate
Login to WordPress.com
Iniciar sesión en Twitter
facebook
Iniciar sesión en OpenID

Regresar

Share on Facebook



Connected as (Logout)

Correo electrónico (opcional)

No se muestra públicamente.

Enviar a Twitter este comentario



Connected as (Logout)

Correo electrónico (opcional)

No se muestra públicamente.

Nombre
Correo electrónico
Sitio web (opcional)

Se muestra junto a tus comentarios.

No se muestra públicamente.

Si tienes un sitio web, ingresa la liga aquí.

URL de OpenID http://

Comentar como invitado o iniciar sesión usando OpenID

Enviar comentario

Suscribirse a Ninguno

Comments by IntenseDebate