

# 10 Consejos de Seguridad para Cubrir ELECCIONES



## Conciencia Situacional

Conoce los conflictos políticos, raciales, religiosos o de otra índole que existan dentro de la región. Trata de evitar la rutina y cambia las rutas diarias. Avisa a tus colegas o editores si crees que estás bajo vigilancia. Examina el lugar de las mesas electorales por adelantado y conoce las salidas de los edificios, cómo salir de áreas de disturbios y la ubicación de hospitales y estaciones de policía. Si vas a cubrir una manifestación grande o convocatoria política, inspecciona la ruta o el lugar de antemano. Ten conocimiento básico de primeros auxilios y lleva suministros al igual que agua y comida.

## Asegura las aplicaciones y los medios sociales

Usa cuentas diferentes para la vida personal y la pública. Tu cuenta personal debe incluir solamente a familiares y amigos y debe estar configurada con la mayor privacidad. Ten cuidado al compartir tus ubicaciones recientes en los medios sociales. Considera bajar estas aplicaciones para mayor seguridad en tu entorno: CameraV para esconder fotos, Signal y WhatsApp para comunicaciones seguras y Psiphon para posibles interrupciones de Internet y para usar wifi público de manera segura y protegida.



## Personal



Antes de partir a una tarea o cobertura potencialmente estresante, asegura que todos tus asuntos personales y planes en casa estén resueltos. Esto te ayudará a reducir la ansiedad y el estrés mientras estás en el campo y podrás enfocarte más claramente en tu propia seguridad y atención psicológica al informar.

## Tarjeta de prensa y vestimenta

Usa las leyes locales y tu propio juicio en cuanto a si tener visible o no la tarjeta de prensa. Si tu tarjeta no está visible, tenla en un lugar de fácil acceso, tal como el bolsillo de la camisa. No pongas la tarjeta de prensa en la billetera. Usa ropa y calzado cómodos y neutrales que no se asocien a ningún partido político. Si no tienes acceso a una máscara de gas, lleva gafas de natación y pañuelos para taparte la cara y los ojos en caso de gases lacrimógenos.



## Equipo e información



Envejece las cámaras y otros enceres electrónicos con cinta adhesiva café para que parezcan viejos, rotos o reparados para evitar robos en situaciones de disturbios públicos. Haz copias de respaldo y limpia todo el hardware para almacenar información antes de las elecciones. Identifica varios puntos de acceso a Internet y lleva baterías y almacenamiento adicionales al igual que un teléfono barato de emergencia con los números de emergencia.

## Control de estrés

Cubrir las elecciones es con frecuencia una tarea intensa y estresante. Practica técnicas diarias de control de estrés y ansiedad, como la meditación, que te ayuden a reducir estos efectos. Asegúrate de dormir y comer bien mientras estás reportando. Forma redes con otros periodistas con los que puedas hablar y compartir el trabajo que estás haciendo.



## Interacciones



Procura que no se te vea muy amigable con las fuerzas de seguridad. Mantente neutral y evita confrontaciones y discusiones con manifestantes y policías. Trata de ver los conflictos desde un costado. No te muevas directamente de un lado al otro del conflicto ni trates de cruzar el acordonamiento policíaco. Si te encuentras en medio de un disturbio, séparate sin correr ya que los que corren se ven como blancos.

## Comunicaciones de emergencia

Para los teléfonos inteligentes, cada periodista debe instalar aplicaciones de botones de emergencia/SOS y poner los contactos de emergencia en marcado rápido. Apréndete de memoria un número de emergencia por si pierdes el teléfono.



## Participa en reuniones de información y relájate



Después de cubrir las elecciones en el campo, programa reuniones de información con los editores, grupos de solidaridad y con un consejero. Es importante atender tu salud mental durante y después de los reportajes. Las reuniones de información te darán la oportunidad de resolver cualquier cosa perturbadora que hayas presenciado y cualquier sentimiento de ansiedad, estrés o ira que tengas. Haz cosas que te gusten, mantén los contactos sociales, camina, corre, toma una siesta, cocina, etc. Estos son mecanismos positivos de enfrentamiento y a la larga no le hacen daño a nadie.

## Solidaridad

Nunca andes solo. Siempre dile a un colega, al editor y a la familia a dónde vas y cuándo esperas regresar. Establece un sistema de chequeo de seguridad dentro de tu medio de difusión o con otros periodistas independientes que cubran las elecciones para aumentar las posibilidades de respuesta de emergencia.

