

Dermitek organiza un curso que prepara a las mujeres para hacer frente a una agresión física o verbal

2008-10-22 21:35:40

- El curso Dueñas-Jabeak incluye técnicas psicológicas para evitar la generación de situaciones conflictivas y técnicas de defensa, “tanto de pie, como tumbadas, ya que entre el 60 y el 70% de las agresiones, acaban en el suelo”.
- “Cuando se da una situación de agresión potencial, ‘convertirse en un cordero’ envalentona al agresor”.
- La clínica Dermitek reconoce, de esta manera, la colaboración de las mujeres en la posición de liderazgo del centro en los tratamientos dermatológicos basados en láser.
- El wing tsun fue diseñado por dos monjas saholin como método de defensa femenino en el que la fuerza física no resulta esencial.
- Un decálogo de recomendaciones, elaborado tras diversas entrevistas con violadores en prisión, completan las herramientas de defensa que ofrece Dermitek.

Bilbao, octubre 2008.- Un curso frente agresiones físicas y verbales, enfocado hacia el aprendizaje de varias herramientas psicológicas para abortar la generación de situaciones conflictivas y técnicas físicas de defensa basadas en las artes marciales orientales wing tsun y esgrima, adiestra a las mujeres en la prevención de un ataque inminente y en el aprendizaje de una defensa efectiva ante una agresión. Desde la consideración de que la mujer es la más estrecha colaboradora de la clínica Dermitek para alcanzar la posición de liderazgo en los tratamientos dermatológicos basados en láser, el centro ha impulsado este curso, denominado Dueñas-Jabeak, celebrado hoy en Bilbao.

La monitora de wing tsun y esgrima, Soraya Campana, es la encargada de orientar a las mujeres en cómo reaccionar ante circunstancias que las pueden poner en peligro frente a terceros y a “hacerse dueñas de la situación y de su espacio de seguridad”. Así, señala que “cuando marcas tu espacio, reduces la posibilidad de agresión”.

Tal y como afirma José Luis Azpiazu, director de Dermitek, “no se trata sólo de un arte marcial, sino de hacer hincapié en que pueden y deben ser dueñas de su vida”. Tal y como comenta, “cuando se da una situación de agresión potencial, convertirse en un cordero envalentona al agresor, por lo que es muy importante el rol que asuma la mujer en ese momento y tener una alta autoestima”.

Entre el 60 y el 70% de las agresiones acaban en el suelo

Además de las herramientas psicológicas que se dan en el curso, también se imparten técnicas de defensa “para evitar daños personales y para poder pedir ayuda más cualificada”. En este sentido, “se dan técnicas para que la mujer se pueda defender tanto de pie como tumbada, ya que entre el 60 y el 70% de las agresiones acaban en el suelo”, comenta Soraya Campana.

El wing tsun es el sistema chino de combate más popular del mundo, un método de pelea que popularizó Bruce Lee y que fue diseñado por dos mujeres, dos monjas shaolin, como mecanismo de defensa para sus congéneres, más débiles que el hombre; el esgrima es un arte marcial filipino que emplea el propio cuerpo o diversos utensilios como improvisadas armas de defensa.

Recomendaciones fruto de entrevistas con violadores

Sala de prensa

Dermitek organiza un curso que prepara a las mujeres para hacer frente a una agresión física o verbal

La inquietud social de Dermitek por la mujer lleva a la clínica a involucrarse en numerosas actividades sociales relacionadas con el mundo femenino. Tan es así que Dermitek ha colaborado en la difusión de un decálogo de recomendaciones preventivas ante una posible agresión sexual. Según indica Nerea Landa, directora junto con José Luis Azpiazu de la clínica Dermitek, “el documento tiene la peculiaridad de haber sido diseñado tras la entrevista con un grupo de violadores en prisión para saber qué aspectos les llaman más la atención en una víctima potencial”.

A continuación se detallan las principales conclusiones del estudio:

- 1) La primera cosa que ellos observan en una víctima potencial es el peinado. Es más probable que ellos ataquen una mujer con un peinado tipo cola de caballo, trenzado o cualquier otro peinado que sea posible tironear más fácilmente. Es probable también que ataquen a mujeres con cabellos largos. Mujeres con cabellos cortos no son blancos comunes.
- 2) La segunda cosa que ellos observan es la ropa. Observan a las mujeres que usan ropa fácil de arrancar rápidamente. También se fijan en mujeres hablando por el móvil o haciendo otras cosas mientras camina: esto les indica que están desatentas y desarmadas y pueden ser fácilmente atacadas.
- 3) Las horas del día en que ellos más atacan y violan mujeres es al comienzo de la mañana, entre las 5:00 horas y las 8:30 horas, y después de las 22:30 horas.
- 4) Estos hombres procuran atacar de forma y en lugares que puedan cargar a la mujer rápidamente hacia otro punto, donde no tengan que preocuparse de ser atrapados. Si la mujer esboza cualquier reacción de lucha, ellos acostumbran a desistir en aproximadamente dos minutos: creen que no vale la pena, que es una pérdida de tiempo.
- 5) Manifestaron que no atacan a mujeres que llevan paraguas u objetos que puedan ser usados como arma a una cierta distancia (las llaves no los intimidan, porque para ser usadas como arma, la víctima tiene que utilizarlos desde muy cerca).
- 6) Si alguien estuviera siguiéndola en una calle, andén o garaje, o si estuviera con alguien sospechoso en un ascensor o en una escalera, se le debe mirar directamente a la cara y preguntarle alguna cosa, del tipo “¿Que hora tiene?”. Si el fuera un violador, tendrá miedo de ser posteriormente identificado y perderá el interés en tenerla como víctima. La idea es convencerlo de que no vale la pena elegirla.
- 7) Si alguien se presenta imprevistamente y la aferra, grite. La mayoría de los violadores dijo que soltaría a una mujer que gritase o que no tuviese miedo de pelear con él. Nuevamente: ellos procuran blancos fáciles. Si la mujer grita, podrá mantenerle a distancia y es probable que él huya.
- 8) Se debe estar siempre atenta a lo que pasa detrás de sí. En el caso en que se perciba algún comportamiento extraño, no ha de ser ignorado. Siga sus instintos. Es preferible descubrir que se equivocó y quedar medio desubicada en el momento, pero tengan la certeza de que quedaría mucho peor si el sujeto realmente atacase.
- 9) En cualquier situación de peligro, en el caso que tenga que gritar, grite siempre “¡Fuego! ¡Fuego!” y muchas más personas acudirán (curiosos). En el caso que su grito sea “¡Socorro!” la mayoría de las personas se abstiene, por miedo.
- 10) Tenga la gentileza de pasarlo a otras mujeres que conozca y también a los hombres; éstos pueden pasarlo a sus amigas, esposas, hijas, novias... Son cosas simples, mas pueden evitar traumas y hasta salvar una vida.

Sala de prensa

Dermitek organiza un curso que prepara a las mujeres para hacer frente a una agresión física o verbal

[Ver vídeo Programa Dueñas-SinPelo](#)