

12 en 12
básicos **meses**

3 | Seguridad personal

Tu mejor defensa: la prevención

¿Alguna vez **te robaron** objetos que tenías en tu auto?

¿Sufriste **un asalto** a la salida del cajero automático?

Puede que sí y esperamos que no. Pero no es cuestión de tentar a la suerte, por eso en este **básico sobre Seguridad Personal** vamos a hablar sobre cómo prevenir situaciones riesgosas que nos pueden ocurrir mientras desarrollamos nuestra tarea laboral en la calle.



Es solo una cuestión de actitud

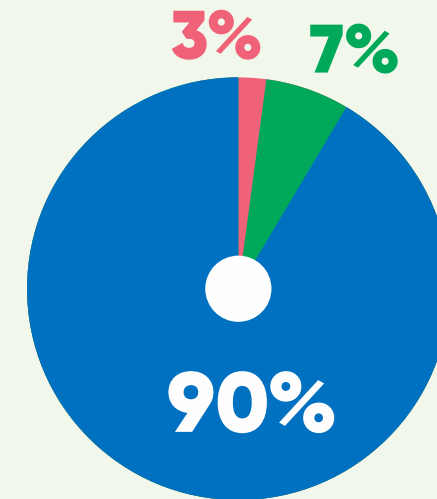
Sí, como en la canción de Fito Páez, en la vida todo es una cuestión de actitud, de estar presentes y enfocados en lo que hacemos y en los riesgos que pueden existir en cada situación.

La mejor actitud es la prevención.

Cuando prestamos atención a nuestro alrededor podemos encontrarnos con 4 posibles escenarios.

- 1 Que no detectemos ningún peligro.
¡Estás seguro!
- 2 Que estemos conscientes del entorno para nuestra seguridad. **¡Protección activada!**
- 3 Que detectemos peligro.
¡Pegá la vuelta, mejor evitarla!
- 4 Que vivamos una situación de peligro.
Manténé siempre la prioridad en tu integridad personal, lo material va y viene.

Los datos nos respaldan:
¿Cómo se resuelven las situaciones de riesgo?

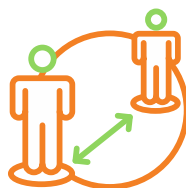


Atención a las señales.

¿Cómo identificar
a un posible agresor?



Mirar si está atento a su mundo o a mi mundo: **¿está prestando atención a mis movimientos y a lo que hago?** Si es así, debemos tener cuidado.



Mirar **a cuánta distancia se encuentra** esta persona de nosotros.



Mirar **dónde tiene sus manos** (si no están a la vista puede que esté escondiendo un arma).



Mirar si **cuando el agresor ve que lo estamos observando, simula alguna preparación** (se pone a ver el celular, cambia lo que hace cuando aparecemos).
El delincuente no quiere ser descubierto.

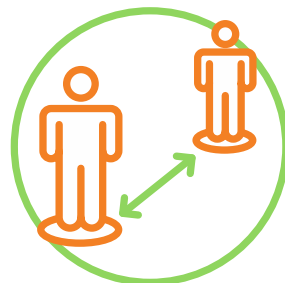
Activá la prevención durante todo el camino.



Ojos bien abiertos.

Cuando camines en la calle hacelo observando todo lo que sucede a tu alrededor.

Si identificás una situación sospechosa, evitala alejándote.



Nadie asalta a nadie en la distancia.

Si algún sospechoso trata de acortar el espacio entre él y vos: Cruzá de calle y observá el comportamiento del sospechoso.



Si esa persona también cruza,

o aumenta la velocidad subí tu alerta y busca un espacio seguro donde haya seguridad u otras personas y **llamá al 911.**



No tientes a la suerte.

Si tenés que dejar tu vehículo estacionado, evitá dejar **objetos de valor** a la vista dentro de este. Llevalos con vos o guardalos en la guantera.



Mejor de día.

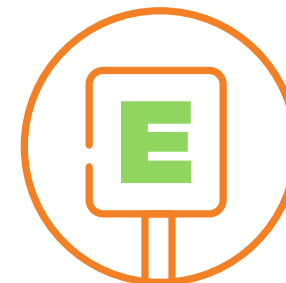
Si tenés que ir a **cajeros automáticos**, evitá hacerlo de noche. No reveles tus contraseñas ni aceptes ayuda de extraños.



Nada de jugar a los superhéroes.

Te queremos a salvo.

Si al volver a tu auto te encontrás con una situación sospechosa o a un delincuente con las manos en la masa, no te acerques. Llamá al 911 y esperá la ayuda.



Estacionamientos, una buena opción.

Siempre que puedas **guardá tu vehículo** en un estacionamiento. A la hora de elegir el adecuado, tené en cuenta sus horarios y que tenga buena iluminación.



Sin etiquetas.

Evitá tener en tu vehículo cualquier elemento como calcos o papeles que puedan dar información a un extraño sobre tu familia, dirección, horarios y lugares habituales.

¡Siempre mejor prevenir!



¡Crash! ¡Boom! ¡Bang!

En caso de sufrir un choque, calma.

Antes que nada evaluá la situación.

Avanzá un poco con tu vehículo y mirá por el espejo retrovisor la escena. Si ésta te genera desconfianza, no pares y hacé señas a la persona para que nos siga y nos dirigimos hasta un lugar con movimiento, preferentemente donde haya policías.

Si la intención de la otra persona era cometer un asalto, no te seguirá.



¡Ojo-ojo!

Seguramente escuchaste alguna vez que niños, ancianos y mujeres son utilizados para frenar un vehículo y así poder atacarlo. También hay en casos en que el delincuente arroja piedras para obligarnos a frenar.

Lo ideal es no hacerlo y para ayudar a esas personas llamar al 911 desde un lugar seguro para que puedan asistirlos.



Volver a casa

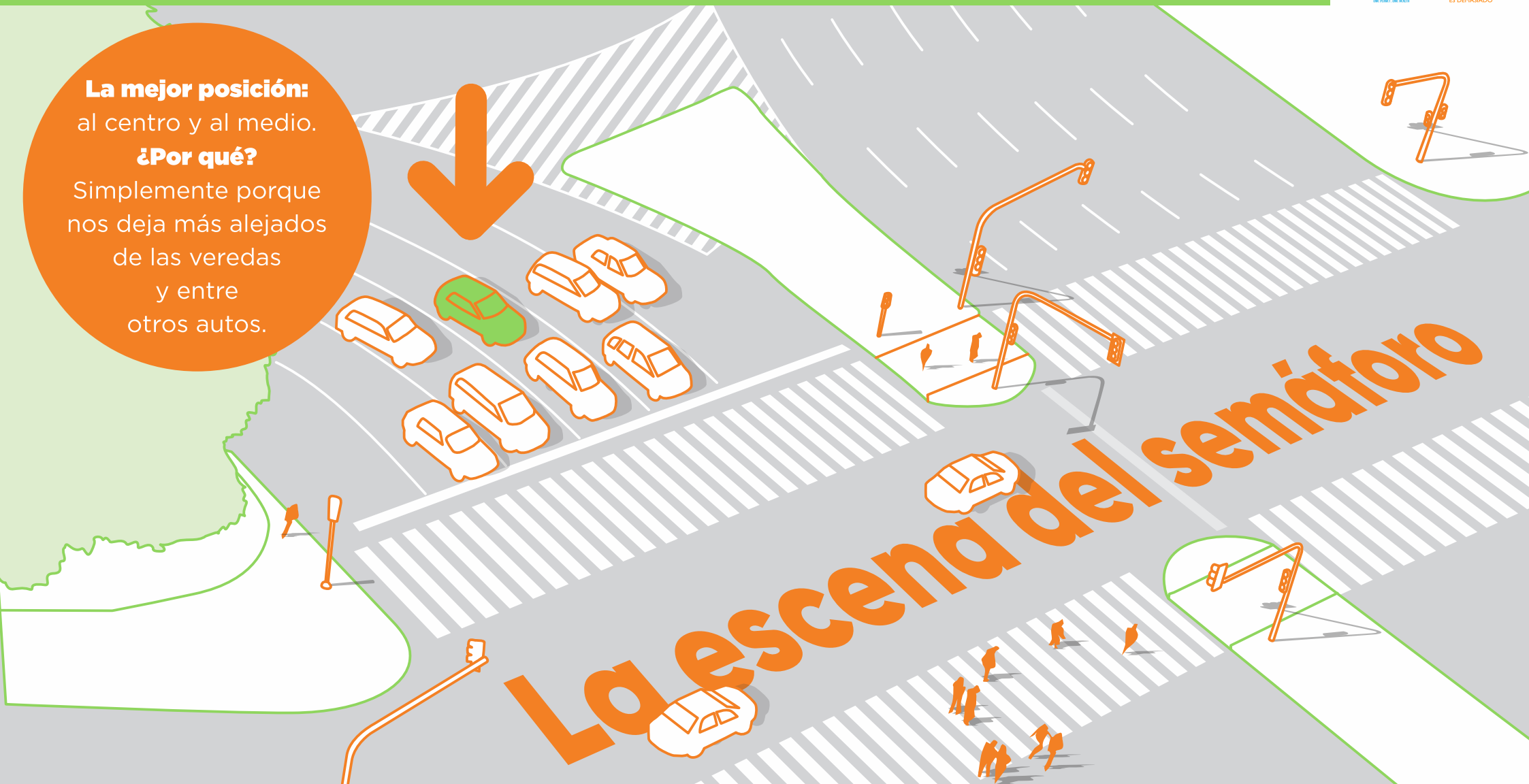
A esta altura ya debés tener incorporada esta máxima. Al llegar y tener que entrar a casa, evaluá la escena y ante cualquier situación peligrosa comunicate con el 911.

La mejor posición:

al centro y al medio.

¿Por qué?

Simply porque nos deja más alejados de las veredas y entre otros autos.

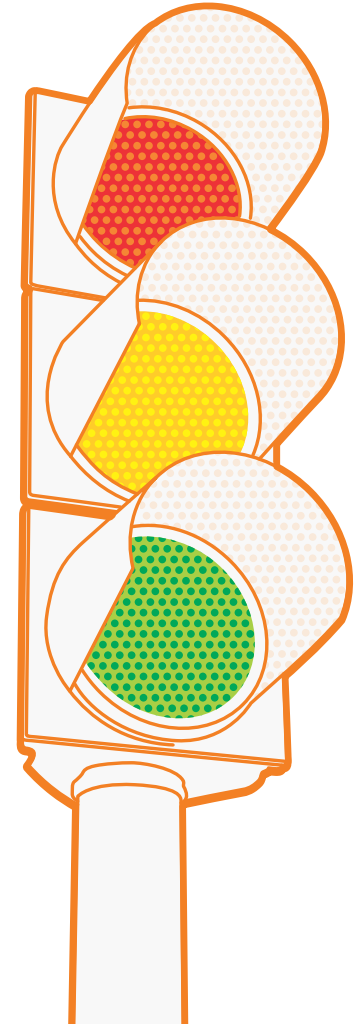


La escena del semáforo.

En ésta encontramos una particularidad que no es menor: nuestro vehículo está detenido. Y esto suele ser la situación ideal para que el delincuente actúe. ¡Antenti!

Cuando estamos en movimiento el riesgo es menor. Cuando nos detenemos la prevención y atención debe ser mayor.

- Primero que nada, **siempre prestar atención.**
- **No dejes a la vista objetos de valor.** Llaves, billetera y celular en la guantera.
- Ventillas arriba y **puertas con seguro.**
- Una buena técnica para reducir la espera en el semáforo, es **reducir la velocidad para llegar al cruce en verde.**
- ¡Distancia! **Conservá unos metros de espacio** entre vos y el vehículo de adelante, eso nos da chances para poder hacer maniobras. Como referencia la distancia segura es que podamos ver las ruedas traseras del vehículo que tenemos delante.



¿Y si sucede?

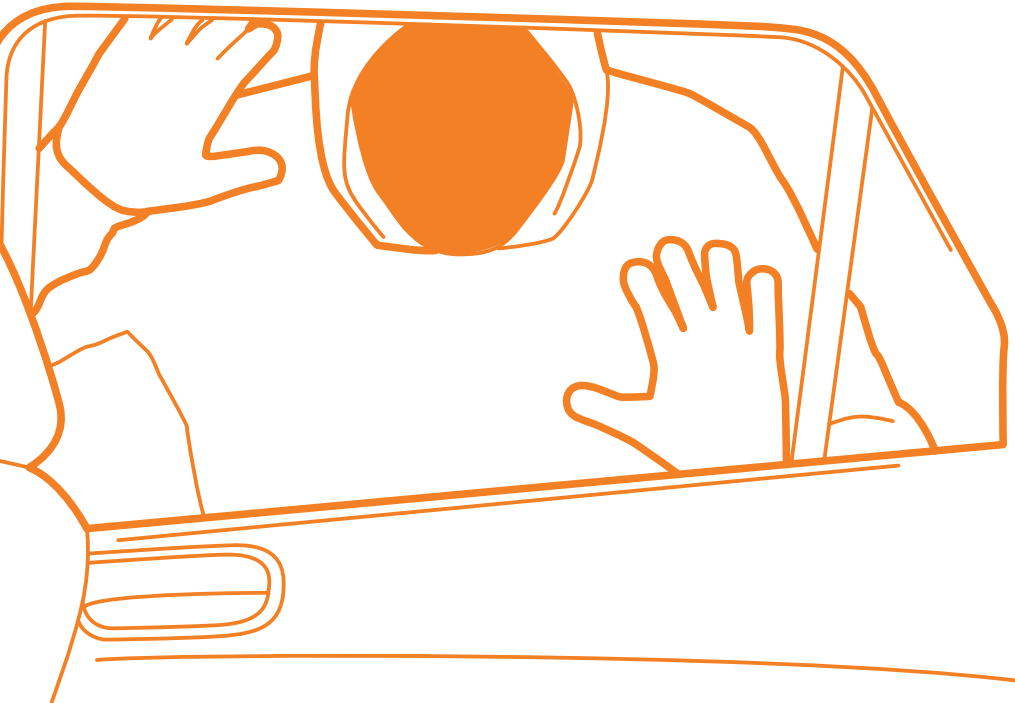
Contemplar todas las situaciones (incluso las menos felices) es una buena forma de entrenar nuestra reacción y estar siempre preparados, aún en caso de sufrir un robo.

¿Qué debemos hacer y qué no? Te lo contamos a continuación.

| SITUACIÓN | CONSEJO |
|--|---|
| El delincuente viene en nuestra dirección. | Damos la vuelta y cambiamos de dirección. |
| El delincuente apresura su paso en nuestra dirección. | Buscar un lugar seguro, con mucha gente, como por ejemplo un bar o un lugar con seguridad. |
| Si no hay locales para protegerse. | Corremos y observamos el comportamiento del sospechoso. Corremos antes que se cierre el espacio entre el delincuente y nosotros. Si nos aborda NO DEBEMOS CORRER. |
| Si el delincuente corre en nuestra dirección. | Está claro que él pretende cometer un delito, siendo así gritamos o llamamos al 911. |

Generalmente, el delincuente no irá a correr detrás nuestro por mucho tiempo, ya que él no quiere llamar la atención.
Prefiere elegir otra víctima menos preparada/atenta/PREVENIDA.

Si estás en tu auto.



- **Ante todo calma.** Dejá que el delincuente “controle la situación”. Así disminuimos la chance de actos impulsivos y violentos del atacante.
- **Obedecé siempre las órdenes** del asaltante.
- **Anticipá tus movimientos.** Mantené las manos en el volante o donde el asaltante pueda verlas. Si vas a hacer algún movimiento, informalo en vos alta al asaltante y hacé movimientos suaves. No olvides que el asaltante también está nervioso.
- **Bajá del vehículo y alejate de éste.** Dejá la entrada libre para el delincuente. Nunca te interpongas entre la puerta y el delincuente, en el peor de los casos este podría empujarte nuevamente hacia adentro del vehículo.

Cara a cara, en guardia mental.

¿Cómo actuar
si nos encontramos
frente a frente
con un delincuente?

- **Mantené la calma** y tomá una postura no confrontativa.
- **Intentá mantener un par de metros de distancia** para poder prever movimientos del atacante.
- **Cuerpo de perfil,** para proteger las partes vulnerables del cuerpo.
- **Manos cerca de la cara,** para proteger la cabeza de un posible ataque sorpresivo.



¡No te resistas!

Si el delincuente no se conforma con lo que le ofrecemos y aumenta su grado de violencia estamos en mayor peligro.

Para evitar esta situación, debemos:

- Hablar con tono sumiso, nunca desafiante.
- Aclararle al delincuente que vamos a entregarle lo que tengamos.
- No te resistas a entregar objetos de valor.
- No reaccionar ante una posible agresión.
- Facilitarle la huida y proponerle una resolución a la situación.

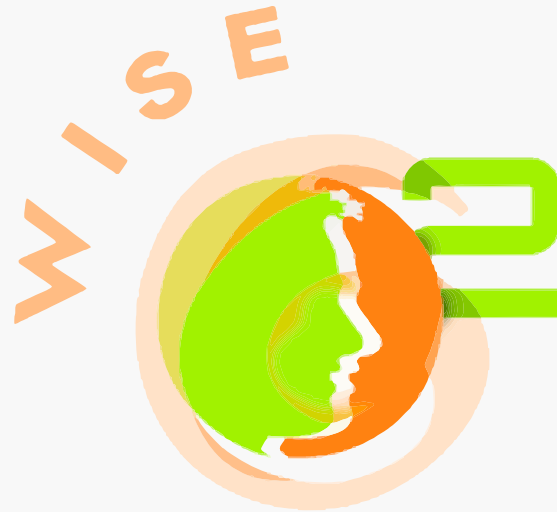
Debemos tener siempre presente que nuestro objetivo principal es sobrevivir al asalto.

Lo más importante que tenemos es nuestra vida.





DANONE
ONE PLANET. ONE HEALTH



SOLO UNO
ES DEMASIADO