

Cómo informar de manera segura: estrategias para mujeres periodistas y personas aliadas

MÓDULO I, PARTE II

EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL Y PLAN DE COMUNICACIÓN

EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP)

- Casco ligero
- Manta isotérmica
- Bastones luminosos de colores
- Ganchos
- Bolsas para baños portátiles
- Herramienta multiusos
- Linternas de diferentes tipo
- Mochila con múltiples bolsillos y ganchos para colgar accesorios
- Enchufe múltiple
- Calentadores para las manos y los pies
- Lentes de protección
- Bolsas
- Navaja suiza
- Suero fisiológico
- Encendedor
- Cubiertos plegables
- Tapones para los oídos
- Máscara antigás
- Máscara de avión

NO OLVIDAR:

- Memorias USB para hacer copias de seguridad rápidas (2)
- 1 cargador universal para enchufar en un vehículo
- 1 adaptador internacional de enchufes eléctricos

DOCUMENTACIÓN (originales y fotocopias)

- Pasaporte (validez de seis meses mínimo). Si tus destinos tienen incompatibilidades de visado, considera la posibilidad de tener un segundo pasaporte.
- Carnet de prensa
- Tarjeta con grupo sanguíneo y alergias graves
- Cartilla de vacunación internacional
- Póliza de seguro
- Permiso de conducir internacional
- Mapas de carreteras, planos de ciudades
- Lista de contactos de emergencia (redacción de tu medio, autoridades consulares, hospitales, asistencia, etc.)
- Dinero local e internacional en monedas y billetes pequeños, repartidos por varios bolsillos

INDUMENTARIA

- Calzado de montaña, cómodo e impermeable
- Pantalón ligero, de color neutro (no caqui)
- Camiseta o túnica/camisa amplia y envolvente para las mujeres
- Chaqueta de color neutro (no caqui)
- Impermeable
- Bufanda / pañuelo para protegerse (arena, gases lacrimógenos y otros)
- Pulsera indicando el grupo sanguíneo
- Nada de objetos de valor (reloj, pulsera, anillos)
- Silbato de señalización para casos de agresión o para indicar tu presencia.
- Protección para rodillas y codos.
- Chaleco antipinchazos o antibalas.

SE SUGIEREN DOS BOLSAS

(una estará siempre con nosotras y la otra se puede dejar en el hotel)

Encima del cuerpo:

- Documentos importantes y dinero
 - Teléfono y accesorios. El número de emergencia debe estar grabado en una tecla de acceso directo.
 - Brújula
 - Mapa topográfico o de carreteras
 - Cuaderno y lápices
 - Protección solar
 - Gel hidroalcohólico para desinfectar las manos
 - Pastillas para purificar el agua
 - Repelente de mosquitos
 - Toallitas de bebé y pañuelos
 - Bolsas de plástico
 - Identificación de prensa
-
- Cinta adhesiva para rotular PRESS o TV en cualquier parte
 - Equipo de protección: chaleco antibalas o antidisturbios y casco
 - Tapones para los oídos que permitan escuchar
 - Antiparras de natación (para protegerse contra gases lacrimógenos)
 - Mascarilla protectora para la nariz y la boca
 - Material de supervivencia: Navaja suiza, encendedor, Linterna frontal y pilas de repuesto o linterna de dinamo sin batería, Barritas de cereales o energéticas, Agua embotellada, Soga, Manta de supervivencia

El bolso que queda en el hotel:

- Bolsa de dormir adaptada a la temperatura (+ mosquitera en zonas de malaria)
- Zapatos de repuesto ligeros (zapatillas de deporte o running)
- Pantalón de repuesto
- Una camisa para ocasiones más formales

- 3 o 4 mudas de ropa interior
- Limpieza: jabón, cepillo de dientes, dentífrico, toalla de microfibra (de secado rápido)
- Compresas higiénicas femeninas o tampones
- Toallitas de bebé en paquetes pequeños
- Candado de combinación
- Un tubo de pegamento de contacto
- Un pequeño kit de costura
- Bolsas de plástico con cremallera
- Alarmas para las puertas de hoteles

BOTIQUIN DE PRIMEROS AUXILIOS

- Medicamentos: analgésicos, antidiarreicos, antibiótico de amplio espectro, antiespasmódico, antialérgico, antipalúdico. Optar por medicamentos que se puedan administrar sin agua.
- Torniquete para detener una hemorragia en caso de emergencia que se pueda utilizar con una sola mano (o sea, sobre una mismo)
- Tampón de compresión para hemorragias, para utilizar en lugar del torniquete cuando sea posible, y para el tratamiento de heridas en la cabeza, el cuello y el tronco
- Antiséptico para desinfectar heridas
- Suturas adhesivas para cortes
- Gasas estériles
- Esparadrapo microporoso
- Apósitos (tiritas) para cortar a medida
- Tijeras de emergencia
- Vendaje de compresión
- Vendas elásticas
- Gel para quemaduras
- Bolsas de frío instantáneo (para aliviar contusiones, esguinces, etc.)
- Mascarilla de protección de las vías respiratorias
- Guantes de vinilo (de protección)
- Solución salina para lavar los ojos o la nariz
- Imperdibles
- Pinzas para garrapatas
- Bolsa de basura

ALGUNAS RECOMENDACIONES EXTRA

- Nuestro equipaje debe ser lo más liviano posible.
- No olvidar nuestros medicamentos recetados, además de los que llevamos ante eventuales urgencias.
- Dinero. Llevar siempre efectivo, moneda chica y todas las monedas de los diferentes países a los que vayamos.
- Siempre llevemos póliza de seguro, al menos una básica.
- Dentro del espectro de máscaras, en este momento debe considerarse específicamente la máscara para COVID.
- Llevar pantalones con cinturón grueso y eventualmente traje de baño entero bajo la ropa -por eventuales intentos de violación-.

- Chalecos antibalas: llevar tamaño propio, no usar de otras personas. No sólo porque quizá no ajusta bien sino porque la protección puede estar gastada.

PLAN DE COMUNICACIÓN

¿Cómo manejarnos durante la misión/cobertura en relación a la comunicación (¿Qué elementos llevar? ¿Con quién y cuándo comunicarnos? Etc)

¿Cómo cuidarnos de ciberataques (seguridad de nuestras herramientas tecnológicas?)

COMUNICACIÓN DIARIA

- Dejar establecida una vía de comunicación con alguien en la redacción: jefa/e de seguridad, editor/a, etc.
- Acordar una frecuencia de comunicación con esa persona. Mínimo debe haber una comunicación cada vez que se cambia de lugar; a la vez puede haber una frecuencia regular cada 2 ó 3 días; y en caso de atravesar un camino peligroso esta frecuencia puede ser mucho más chica: cada 10' por ejemplo.
- ¿Método de contacto con estas personas? Mail, mensaje de texto o llamada. Se sugiere mensaje de texto corto.
- Se sugiere acordar códigos cortos para nombrar ciudades o situaciones.
- Tener incorporados a nuestro teléfono todos los números que necesitamos y llevarlos además impresos en nuestro bolso personal.

ELEMENTOS DE COMUNICACIÓN

- Teléfono móvil, o teléfono “quemador” o teléfono satelital en zonas de baja cobertura.
- Radios: suele ser útil llevarlas sobretodo en áreas remotas para la comunicación entre los diferentes equipos que trabajan en la cobertura (funcionan cuando se bloquean las redes móviles).
- Red satelital (BGAN en inglés): puede ser útil llevarla para transmitir datos.

SEGURIDAD DE LOS DISPOSITIVOS COMUNICACIONALES

Viajar con la identidad más “virgen” posible:

- Limpieza general antes de salir: Borrar fotos; comentarios políticos o religiosos que podrían perjudicarnos según la zona a la que vamos.
- Tener una estricta configuración de privacidad. Evaluar sustituir nombres personales por seudónimos.
- Guardar una copia del disco duro en nuestra casa y formatear el disco que llevamos de viaje.
- Mantener una rutina de borrado constante de datos durante la misión.

HERRAMIENTAS DE SEGURIDAD INFORMÁTICA

- Tener actualizaciones de software al día, incluido antivirus.
- Cifrar el disco duro, lo cual es muy importante para proteger los datos.

- Blindar las contraseñas.
- Instala una VPN (virtual private network o red privada virtual) para cifrar las conexiones a Internet.