

MANUAL DE AUTOPROTECCIÓN

para periodistas y
personas defensoras
de derechos
humanos



Instituto para la Protección de Personas
Defensoras de Derechos Humanos y Periodistas



Instituto para la Protección de
Personas Defensoras de Derechos
Humanos y Periodistas



Contenido

Página

5 Antecedentes

8 Objetivo

11 Recomendaciones para
periodistas y personas
defensoras de derechos
humanos

11 a) Antes de la amenaza
y/o agresión

27 b) Durante y después de
la amenaza y/o
agresión

32 Fuentes de consulta



Antecedentes

El día 27 de mayo de 2022 se publicó en el Periódico Oficial “El Estado de Sinaloa” No. 064, la Ley para la Protección de Personas Defensoras de Derechos Humanos y Periodistas del Estado de Sinaloa.

Con el propósito de dar cumplimiento al objeto de la citada Ley, se estableció en su artículo 55, la creación del Instituto para la Protección de Personas Defensoras de Derechos Humanos y Periodistas como un organismo autónomo del Estado con personalidad jurídica y patrimonio propio, autonomía técnica, presupuestal y de gestión.

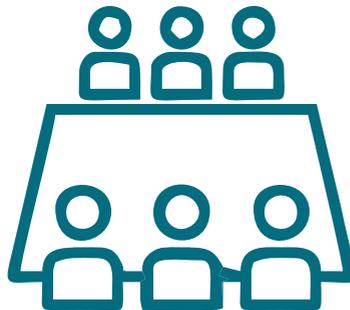
El día 26 de julio de 2022 se eligió a la Dra. Jhenny Judith Bernal Arellano como Directora General del Instituto, a través del acuerdo No. 82, expedido por el H. Congreso del Estado de Sinaloa, mismo que fue publicado en el Periódico Oficial “El Estado de Sinaloa” No. 093, de fecha 03 de agosto de 2022.

En la misma publicación realizada en el referido periódico oficial se incluyeron los acuerdos No. 83, 84, 85, 86, 87 y 88, a través de los cuales el H. Congreso del Estado de Sinaloa eligió a los seis ciudadanos miembros del Consejo Consultivo del Instituto para la Protección de Personas Defensoras de Derechos Humanos y Periodistas, representantes de los gremios de defensores de derechos humanos y periodistas de Sinaloa, recayendo esta responsabilidad en los CC. María Isabel Cruz Bernal, Juan Mario Martini Rivera, Griselda Triana López, Aldo Ruiz González, Rosina Ávila Palma y Alberto Morones Rivas.

La Ley para la Protección de Personas Defensoras de Derechos Humanos y Periodistas del Estado de Sinaloa en su artículo 59, fracción I, establece como atribución del Consejo Consultivo el aprobar, a propuesta del Director General, el Reglamento Interior del Instituto, así como los lineamientos, protocolos, reglas de operación, manuales, criterios y demás normatividad necesarios para normar la correcta operación del organismo; mientras que en su artículo 62, fracción V, establece como atribución del Director General la de proponer para la aprobación del Consejo Consultivo, los referidos instrumentos jurídicos y normativos.

Consejo Consultivo:

Es el órgano colegiado
de participación
ciudadana del Instituto.



Es así que el día 28 de octubre del 2022 se publicó en el Periódico Oficial “El Estado de Sinaloa” No. 130, el Reglamento Interior del Instituto para la Protección de Personas Defensoras de Derechos Humanos y Periodistas del Estado de Sinaloa, en cuyo artículo 35, fracción III, establece como función de la Coordinación General Jurídica el proponer a la Dirección General, entre otras cosas, los proyectos de manuales y demás normatividad necesaria.

Manual de Autoprotección para Periodistas y personas defensoras de derechos humanos



Una vez elaborado el presente manual por la Coordinación General Jurídica y propuesto a la Dirección General del Instituto, se sometió a la consideración del Consejo Consultivo del Instituto para la Protección de Personas Defensoras de Derechos Humanos y Periodistas, el cual fue aprobado por unanimidad durante su Vigésima Sesión Ordinaria de fecha 21 de marzo de 2024.



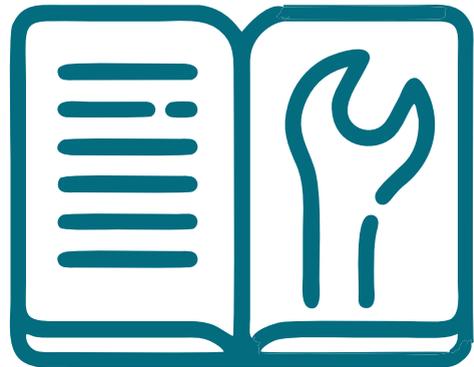
Objetivo

Contar con una herramienta que establezca pautas, estrategias, medidas preventivas y recomendaciones a seguir por parte de periodistas y personas defensoras de derechos humanos ante los riesgos que pueden enfrentar en nuestra entidad federativa derivado del ejercicio de la actividad periodística y/o de defensa de derechos humanos.

Para ello, es importante que ambos gremios conozcan los riesgos a los que se enfrentan cuando ejercen su labor, sus causas, las normas jurídicas e instituciones que los protegen, así como las acciones que pueden realizar para protegerse y disminuir el riesgo de sufrir alguna afectación en sus derechos fundamentales, su integridad física y/o patrimonio, durante el ejercicio periodístico y la labor de defensa de derechos humanos.

El presente manual no pretende trasladar la responsabilidad del Instituto de Protección o del Estado a las personas defensoras de derechos humanos y periodistas, pues el Estado tiene el deber de respetar, proteger y garantizar el ejercicio de las actividades de defensa de los derechos humanos y del periodismo; sin embargo, este Manual de Autoprotección pretende aportar las bases mínimas que permitan reducir el grado de vulnerabilidad ante posibles situaciones de riesgo, pues la seguridad personal depende en buena medida de la disciplina, las precauciones y el cuidado con el que tanto defensores como periodistas se conduzcan frente a los riesgos inherentes a su trabajo.

Estamos conscientes que no hay manual que pueda constituirse por sí mismo en una fórmula o receta que garantice la integridad física de las personas, evite riesgos y consecuencias derivadas del ejercicio periodístico y/o de la defensa de los derechos humanos.

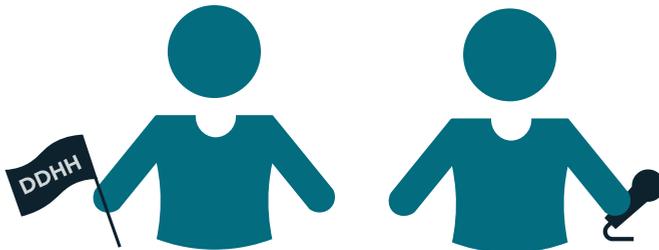


Tampoco este documento tiene la intención de hacer una compilación exhaustiva de la totalidad de supuestos existentes para una mayor protección, pero sí pretende convertirse en una herramienta de apoyo que, de una manera ágil, práctica y sencilla, permita sugerir algunas recomendaciones básicas sobre acciones a realizar y/o evitar para efectos de prevenir agresiones a periodistas y personas defensoras de derechos humanos.

Para efecto de abundar más en cada una de las recomendaciones que se exponen en el presente Manual, así como para buscar otras que no se encuentren contempladas en este instrumento e indagar a profundidad sobre el tema, incluimos al final de este documento un apartado con diversas fuentes de consulta; es decir, una bibliografía que contiene manuales con medidas de autoprotección.

Precisamos finalmente que cada situación y medida de autoprotección propuesta en este instrumento deberá analizarse y atenderse a la luz de la situación, contexto y circunstancias particulares de cada persona y cada caso concreto.

De esta manera, cada periodista y persona defensora de derechos humanos podrá identificar cuántas y cuáles medidas de prevención propuestas en el presente documento les resultan útiles y aplicables.





Recomendaciones para periodistas y personas defensoras de derechos humanos

a) Antes de la amenaza y/o agresión

- **Evaluación de contexto.** Es importante reflexionar y evaluar el contexto político, social y económico, así como las características topográficas del lugar, cultura e idiosincrasia.

Al respecto, es útil conocer y reconocer el entorno y las circunstancias en que se ejerce la labor; es decir, saber cómo es el lugar en el que se habita y trabaja, sus costumbres, su gente, etcétera.

- **Responsabilidad y ética.** Ejercer el activismo y el periodismo de una manera ética y responsable.
- **Precisión.** Ser preciso en lo que se reporta e informa, utilizando lenguaje respetuoso, citando fuentes verificables y respetando la intimidad de las personas.

- **Ser imparcial.** No asumir posturas ni tomar partido durante el ejercicio de la labor periodística, solo dando a conocer los hechos e informando con objetividad, ofreciendo la oportunidad de expresarse a todas las partes que concurren o integran la noticia.
- **Congruencia.** Debido a que muchas veces la tarea de redactar el encabezado la hacen personas diferentes al reportero, debe tenerse cuidado en que exista congruencia entre el título y el contenido de la nota informativa.



- **Respeto.** Fomentar la cultura de respeto hacia quienes ejercen la defensa de derechos humanos y la comunicación, evitando realizar críticas negativas entre ambos gremios.

- **Uso de fuentes y confidencialidad.** En el caso de periodistas, evite el uso de fuentes anónimas o cuya credibilidad no ha sido confirmada. Cuando se trate de fuentes confidenciales confiables nunca revele su identidad ni viole la confidencialidad comprometida o acordada con ellas.
- **Entrevistas de alto riesgo.** Evite realizar en solitario entrevistas que impliquen alto nivel de riesgo o con fuentes vinculadas a grupos delincuenciales. Cuando así lo

decidan el reportero o los directivos del medio de comunicación, el reportero deberá definir con sus jefes o compañeros una estrategia de seguridad. En los casos de coberturas de alto riesgo, existe la alternativa de utilizar medios virtuales, digitales o telefónicos.

- **Nexos, dádivas y encargos.** No acepte ofrecimientos, obsequios o algún tipo de beneficio de grupos criminales ni llevar o traer recados o encargos. Evite crear nexos, hacer tratos o pactos con ellos, así sea a cambio de información privilegiada, pues siempre será más importante proteger la vida del reportero que una nota principal.
- **Nutrirse de las experiencias.** Después de cada participación en actos o eventos relacionados con activismo social, así como en el ejercicio periodístico, es recomendable reflexionar sobre el impacto que pudieran tener sus acciones en lo inmediato y valorar posibles riesgos a los que estuvieron expuestos para evitarlos en lo futuro.
- **Rectificar errores.** En caso de reconocer algún error durante alguna actividad de defensa de derechos humanos, cobertura periodística o publicación, debe rectificar de inmediato y comunicarlo directamente a los posibles afectados.



- **Habilidades tecnológicas.**

Adquiera habilidades, conocimientos y herramientas básicos, para saber compartir ubicación desde el teléfono móvil y utilizar un GPS en vehículos o en sus pertenencias.



- **Personas de confianza.** Identifique personas a las que les tiene confianza para compartirles ubicación en tiempo real; agenda con horarios y nombre de personas a entrevistar o instituciones a visitar; y rutas de traslados.



Previamente, informe a la persona de confianza las circunstancias por las que es necesario hacerlas de su conocimiento y acordar lo que quiere o espera que se haga con la información, así como las acciones que tendrá que tomar en cada supuesto que pueda ocurrir.

- **Rutas y horarios.** No usar siempre las mismas rutas; es preferible transitar por vías alternas, en horarios diversos y preferentemente mientras haya luz solar.

- **Comunicaciones.** Precaución durante conversaciones telefónicas, correo y mensajería instantánea. Debe asumir que los teléfonos pueden estar intervenidos y que alguien más puede estar escuchando y/o grabando para tomar acciones posteriores. Esta recomendación aplica también en mensajería instantánea, correos electrónicos o cualquier aplicación de mensajería de texto a través del teléfono móvil, tableta, computadora o dispositivo similar.
- **Verificación de dos pasos.** Realizar la verificación de dos pasos que recomiendan algunas aplicaciones de mensajería.
- **Respaldos y archivos.** Mantenga respaldos de la información en discos duros o dispositivos externos a la computadora de trabajo. Además, proteja las comunicaciones, encriptando y resguardando material confidencial en lugares diferentes y/o con personas de confianza.
- **Navegación segura.** Tenga cuidado con los links a los que se accede en internet, solo dar clic a sitios seguros y confiables.



También es recomendable que cuente con programas de antivirus actualizados y evite ingresar a redes públicas abiertas.

- **Contraseñas.** Actualice periódicamente y genere contraseñas alfanuméricas, alternando mayúsculas y minúsculas, con caracteres poco comunes, con el propósito de dificultar su descifrado.
- **Sitios web.** Cerciórese de que los sitios web a los que ingrese contraseñas cuenten con protocolo https certificado.
- **Fotos personales.** Evite subir fotografías personales o familiares a redes sociales y utilice aplicaciones de mensajería encriptada para celulares y computadoras.
- **Redes sociales.** Evite proporcionar o compartir con terceros códigos de acceso y contraseñas para dificultar el hackeo de redes sociales.
- **Cuentas oficiales.** Siga las cuentas de las autoridades de seguridad pública y protección civil, y estar atento a comunicados oficiales para verificar información, recomendaciones e indicaciones.
- **Capacitación.** Tome cursos y/o capacitación en seguridad digital para proteger la identidad y evitar ataques de naturaleza cibernética.



Aproveche cursos de capacitación que provee el IPPPDDHyP para ampliar y actualizar conocimientos de autoprotección.

- **Seguridad digital.** Consulte guías de seguridad digital que propone el Instituto para la Protección de Personas Defensoras de Derechos Humanos de Sinaloa (IPPPDDHyP), en su página web: <https://institutodhypsinaloa.mx/>
- **Primeros auxilios.** Adquiera conocimientos y habilidades necesarias en primeros auxilios que le permitan actuar de manera rápida y efectiva en situaciones de emergencia y ser capaz de brindarlos de manera correcta y segura, así como tomar decisiones acertadas sobre qué hacer y cómo actuar en esos momentos críticos.

- **Mecanismos de protección.** Infórmese acerca de los mecanismos de protección, local y federal, para periodistas y personas defensoras de derechos humanos. Organice una agenda personal con sus datos de contacto y ubicaciones. Asimismo, identifique sus funciones y competencias.



- **Autoridades.** Tenga datos de contacto de autoridades públicas de seguridad y procuración de justicia a las que podría acudir ante una amenaza o agresión, sus ubicaciones y la competencia de cada una de ellas. Consulte la Guía de Servicios de Instituciones Públicas del IPPPDDHyP, en su sitio de internet: <https://institutodhypsinaloa.mx/>.

- **ONG's.** Tenga datos de contacto de organismos de la sociedad civil a las que podría solicitar apoyo ante situaciones de amenaza o agresión. Consulte el documento sobre la Red de Apoyo Integral de ONG'S del IPPPDDHyP, que comprende organismos de la sociedad civil nacionales e internacionales para la protección de personas defensoras de derechos humanos y periodistas, disponible en el sitio web: <https://institutodhypsinaloa.mx/>.
- **Emergencias.** Tenga a la mano el número 911 (único de llamadas de emergencias), en el que se concentran todos los números de emergencias médicas, de seguridad y de protección civil a nivel federal, estatal y municipal, el cual está disponible los 365 días del año las 24 horas del día.

- App SOS.** Instale en su teléfono móvil la aplicación "SOS Ciudadano 360", así como en cualquier otro dispositivo móvil que lo permita, que al ser activada graba audio y video y, a su vez, envía la ubicación en tiempo real al Centro de Comando, Control, Cómputo, Comunicaciones e Inteligencia (C4i).



- **Comunicación familiar.** Es muy útil que hable con los familiares con los que se cohabita sobre posibles riesgos y establezcan en conjunto algunas medidas básicas de prevención y comunicación eficaz, como pueden ser algunas de las que se mencionan en el presente manual.

- **Ingreso a vivienda.** Asegure el ingreso a la vivienda familiar, no abra la puerta ni permita el acceso a extraños en sus hogares; instale mirillas en puertas, alarmas, sensores de movimiento, luces o lámparas brillantes frente a las puertas y protecciones en las ventanas de su vivienda y, en lo aplicable, en lugares de trabajo. Pida que no permitan acceso a personas sin ser anunciadas e identificadas previamente en centros de trabajo.



- **Información sensible.** Mantenga bajo resguardo material importante e información delicada o sensible para que no sea visible por cualquier persona o de quien pudiese hacer mal uso de ella.

Lo mismo aplica para computadoras de escritorio, portátiles, tabletas, teléfonos y dispositivos móviles, los cuales se recomienda permanezcan apagados o con la pantalla bloqueada y ventanas minimizadas o cerradas cuando no se estén utilizando.

Del mismo modo, debe tener precaución con los lugares en los que se anotan o resguardan las contraseñas, códigos de acceso y firma electrónica.

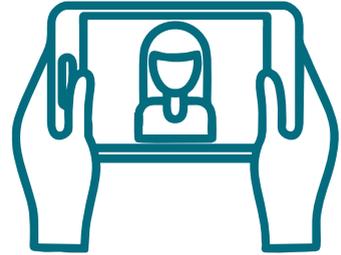
- **Correo Postal.** Tenga cuidado con el manejo de la correspondencia y apertura de paquetes que reciba.

- **Simulacros.** Organice planes de evacuación y promueva simulacros que permitan identificar y establecer con anticipación acciones preventivas a realizar ante determinadas situaciones o eventualidades tanto naturales como humanas.
- **Alerta de entorno.** Permanezca alerta a lo que ocurre alrededor (en la medida del riesgo en el que nos consideremos) y esté atento a los detalles, personas y objetos que nos rodean, así como a los eventos que suceden en nuestro entorno.
- **Registro de incidencias.** Haga una bitácora de incidentes en la cual anote cada eventualidad, suceso, acontecimientos o incidencia por simples que parezcan y que puedan catalogarse fuera de lo común u ordinario. Dicho registro arrojará información valiosa de incidentes, su frecuencia y patrones, entre otras cosas.

Es importante tomar fotos y/o video, así como tener siempre al alcance en qué escribir por si se requiere realizar alguna anotación rápidamente, como puede ser el número de una placa, el nombre de alguna persona, alguna dirección o número de teléfono, etc.

- **Herramientas.** Traiga consigo siempre un dispositivo capaz de tomar fotografía y video, ya sea el propio teléfono móvil o alguna cámara fotográfica y/o de video, que le permita grabar de manera discreta situaciones, personas, vehículos, etc.

- **¿Grabar o no?** Valore la pertinencia de grabar o no a quien nos está filmado o fotografiado. Es decir, evaluar si es prudente grabar a quien lo esté grabando y al mismo tiempo preguntarle el por qué y para quién lo hace.



- **Memorizar.** Cuando no sea posible tomar nota, grabar o tomar fotografías o video, entonces trate de memorizar lo que resulte necesario, como puede ser el rostro de personas extrañas que estén merodeando y señas particulares de éstas, así como placas de vehículos, color, marca, modelo o tipo de aquellos que circulen constantemente o que estén permanentemente estacionados cerca de manera sospechosa con tripulantes dentro, entre otras cosas.
- **Ventanas abiertas.** Cuando el clima y el tipo de vehículo lo permita, viaje con las ventanas lo suficientemente abiertas y con el volumen de las bocinas y/o equipo de sonido de forma moderada, para estar en posibilidad de escuchar cualquier ruido extraño.
- **Transporte público.** Evite usar transporte colectivo en la medida de lo posible. Cuando requiera del servicio de un taxi o transporte similar, solicítelo a un sitio seguro y confiable, en lugar de abordar cualquiera que encuentre en la calle. Tenga la misma precaución cuando se trate de cualquier otro tipo de viaje en el que se pague por dicho

servicio y gestiónelo solo a través de aplicaciones y/o plataformas confiables.

- **Conducción de vehículos.** No de “raites” ni “aventones” a personas extrañas y evite estacionarse cerca de patrullas o vehículos de las fuerzas policiales.

También evite, en lo posible, transitar y estacionarse en lugares solitarios, oscuros o con disturbios.

Asegúrese que nadie le siga. Lo mismo al ir a bordo de un vehículo que al transitar a pie.

- **Viajes.** Al viajar de noche, encender las luces interiores del vehículo cuando pase por algún retén (policial o no). En caso de que lo detengan, conserve la calma y preferentemente no haga algo que no sea solicitado y, en caso de ser necesario, anuncie previamente cualquier acción o movimiento corporal para evitar confusiones desafortunadas que inciten a la agresión.



Cuando viaje en calidad de periodista o de persona defensora de derechos humanos, porte consigo algún documento que lo identifique con su actividad, por si resulta necesario exhibirlo. También lleve alguna identificación oficial, licencia de conducir o cualquier otro documento que pueda serle de utilidad.

Traer lo necesario en cualquier salida o cobertura según el tiempo y el lugar de viaje, de manera que no se desvíen ni tenga salidas innecesarias que puedan exponerlo a algún peligro.

En caso de viajar al extranjero, llevar consigo el número telefónico y los datos generales del consulado mexicano en el país que se visita, para recibir asistencia consular en caso de requerirla.

- **Datos y documentos.** Además de los documentos de identificación, lleve consigo su cartilla o carnet de salud en el que se advierta tipo de sangre, alergias, enfermedades y medicamentos en uso y teléfono para emergencias.



Tratándose de un viaje en equipo, obtenga los números telefónicos de todos los que viajan e indague si padecen alguna alergia o enfermedad, si están tomando medicamentos, tipo de sangre, contraindicaciones médicas, contacto de algún familiar, etc.

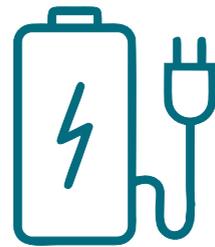
De contar con algún seguro médico lleve los datos de su aseguradora, así como el número y la vigencia de su póliza.

- **Cobertura en equipo.** Si se trata de una cobertura o búsqueda de campo en equipo, todos los que participan deben saber a dónde y a qué van; con quién o quiénes se van a ver; cuáles son los posibles riesgos; así como las posibles formas de actuar al respecto.

Del mismo modo deben acordar el lugar y la hora en que pueden encontrarse en caso de alguna eventualidad.

- **Herramientas y dispositivos.**

Contar siempre con suficiente carga en sus dispositivos y equipos de trabajo, particularmente aquellos que le permitan comunicarse en caso de emergencia, así como cargadores, adaptadores y/o baterías extra.



Tenga siempre a la mano un botiquín básico de primeros auxilios.

Durante una cobertura periodística o el ejercicio del activismo, use ropa que no pueda ser confundida con uniformes de autoridades policiales, militares o grupos criminales. De preferencia exhiba en lugar visible alguna leyenda de PRENSA o insignia/logotipo del organismo social.

Del mismo modo, ser cuidadosos con el uso de aditamentos y accesorios que puedan dar lugar a tales confusiones.

De ser camarógrafo y/o fotógrafo, utilice de manera preferente lentes con teleobjetivo para realizar tomas que pudieran resultar peligrosas desde cerca o que donde esté prohibido acercarse por alguna autoridad o por los mismos acontecimientos; sin embargo, debe utilizarlos con prudencia o no usarlos en lugares o situaciones donde pudieran confundirlos con armas.

- **Zonas prohibidas.** Actúe con prudencia y no se exponga innecesariamente a situaciones de peligro, absteniéndose de asumir conductas temerarias o supuestamente heroicas que puedan poner en riesgo la seguridad y el bienestar propio y de terceros. Recuerde que no hay información o acción que valga su vida.

No ingrese a zonas acordonadas o espacios restringidos y evite adentrarse en lugares con problemas de violencia y alteración del orden público antes de que lleguen elementos policiales y/o paramédicos o socorristas.

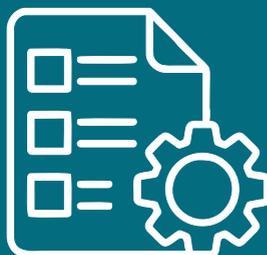
- **Rotación de personal.** En el caso de organizaciones periodísticas, es recomendable que el Jefe de Información o el mismo director rote periódicamente al personal en las coberturas seleccionando a los más experimentados en coberturas complicadas o de alto riesgo.
- **Valoración de impacto.** Es facultad de los directivos de medios de comunicación, valorar el impacto y posibles consecuencias de la noticia, entrevista o reportaje y a partir de esta reflexión puede tomar la decisión de no acreditarlos al reportero que las realizó, asumiendo la

redacción la responsabilidad de lo publicado.

- **Monitoreo de personal.** El responsable de un medio de comunicación y/o del grupo de reporteros y fotógrafos a su cargo, debe monitorear permanentemente la ubicación del personal que sale a realizar coberturas y estar en constante comunicación con ellos, particularmente si de manera previa se ha realizado la evaluación de riesgos.

Del mismo modo, tenga el contacto de cuando menos algún familiar de sus colaboradores, así como sus datos médicos importantes para casos de emergencias.

- **Protocolos.** Como directivo de un medio de comunicación o de organizaciones de la sociedad civil, elabore protocolos de actuación para detectar, disminuir y, en la medida de lo posible, erradicar la violencia de género. Otorgue seguridad social y/o seguro de gastos médicos a los periodistas y defensores de derechos humanos a su cargo.



- **Fondo de emergencias.** En la medida de lo posible tenga una reserva de ahorros para hacer frente a posibles contingencias. Prepare una mochila con objetos personales y documentos importantes por si requiere salir rápidamente de su domicilio.
- **Protección de identidad y ubicación.** En caso de activismo relacionado con la búsqueda de personas desaparecidas, no exponga la identidad ni la ubicación en tiempo real de las y los activistas, si ello pudiera generar un riesgo a su labor.

a) Durante y después de la amenaza y/o agresión

Todas las anteriores que resulten aplicables.

- **Modo de actuar.** Conserve la calma y manténgase tranquilo ante cualquier situación de amenaza o agresión y comuníquelas de inmediato a quien más confianza le tenga en su familia o centro de trabajo.

Sea prudente y evalúe escenarios.

- **Informe a superiores.** Si trabaja para un medio de comunicación, informar a los jefes de la amenaza y/o agresión recibida y atienda las sugerencias que le hagan al respecto.

- **Redes de apoyo.** Estar informado, incluso desde antes que ocurra la amenaza y/o agresión, de las redes de apoyo que existen o las que pueda crear con personas de su confianza, familiares, amigos, jefes y colegas.
- **¿Enfrentarse o huir?** Durante coberturas analice opciones de enfrentamiento o posibles rutas de escape, con el fin de valorar lo que resulte más conveniente. Para ello, es importante tener en consideración aptitudes y circunstancias como la propia condición física y lo que se es o no capaz de realizar.
- **Disparos, robos y asaltos.** Ante fuego cruzado, no corra, arrójese al piso lo más pronto posible al escuchar las detonaciones y trate de moverse rápidamente hacia alguna zona segura. Ante algún robo a mano armada, lo mejor es no oponer resistencia y priorizar la vida, la integridad y seguridad personal.
- **Dar aviso.** En cuanto le sea posible, avise a las autoridades correspondientes, según la situación y de acuerdo con el ámbito de sus respectivas competencias.

De igual manera, informe inmediatamente de lo ocurrido a alguna persona de su confianza en lo que acude a las instalaciones de las autoridades públicas ante las que denunciará lo ocurrido en caso de considerar que se ha cometido alguna agresión o amenaza en su contra.



- **Mecanismos de protección.** Acuda lo más pronto que le sea posible al mecanismo de protección local de periodistas y personas defensoras de derechos humanos para solicitar medidas de protección.

En el caso de Sinaloa, comuníquese con el Instituto para la Protección de Personas Defensoras de Derechos Humanos y Periodistas, a los teléfonos 6677097521 y 6677097500, y/o apersonarse en sus oficinas ubicadas en calle Carlos Lineo, número 1997, locales 206-210, Plaza Botánico, colonia Chapultepec, Culiacán, Sinaloa.

- **Denuncia penal.** Ante la posible comisión de un delito, presente la denuncia correspondiente ante el Ministerio Público y, en su caso, solicite medidas de protección para usted y su familia, según sea el caso.



- **Queja por violaciones a derechos humanos.** Ante la posible comisión de violaciones a derechos humanos, acuda a la Comisión Estatal de los Derechos Humanos a presentar la queja correspondiente y, en su caso, solicitar medidas precautorias o cautelares.

- **Registro de agresión.** Si la agresión o amenaza es verbal, intente grabarla o documentarla y escriba el relato de lo sucedido lo antes posible, toda vez que con el paso del tiempo tienden a olvidarse detalles.

Si la amenaza o agresión fue telefónica, procure identificar y anotar a la brevedad posible la duración de la llamada, hora, día, número proveniente, el posible género o edad del interlocutor.

Si la amenaza o agresión fue a través de algún escrito, correo u objeto, trate de manipularlo lo menos posible y resguárdelo para mostrar y/o entregar a las autoridades correspondientes.

- **Hackeo en redes sociales.** En caso de que haya sido víctima de hackeo en sus redes sociales, tome captura de pantalla, localice la ID del sitio, reporte a la plataforma correspondiente y bloquee al usuario.



Reporte inmediatamente al administrador en caso de que la agresión o hackeo provenga de algún contacto que forme parte de un grupo de WhatsApp en común.

- **Información completa.** Al presentar denuncia o solicitud de protección no oculte información que pueda ser importante para una correcta evaluación de riesgo.
- **Atención a indicaciones y/o sugerencias.** Atienda las instrucciones y/o recomendaciones de las autoridades de seguridad pública, procuración de justicia y/o del mecanismo local de protección a personas defensoras de derechos humanos y periodistas.

- **Utilización de recursos.** Haga buen uso de los elementos, herramientas o apoyos que se le hubiesen entregado con motivo de la protección otorgada.
- **Colaboración.** Colabore con las autoridades correspondientes para el esclarecimiento de los hechos denunciados.
- **Desplazamiento.** Informe inmediatamente a las autoridades competentes sobre cualquier desplazamiento que requiera coordinación institucional.
- **Valoración de riesgo.** Colabore con las autoridades competentes en la realización de los estudios y/o evaluaciones de riesgo.
- **Revaloración de riesgo.** Realice una revisión periódica del riesgo y de las medidas de protección concedidas en conjunto con las autoridades públicas que las otorgaron para definir la necesidad de mantenerlas o no, o de modificarlas.
- **Casos de riesgo extremo.** En caso de riesgo extremo, valore la posibilidad de mudarse de domicilio, de ciudad o país.

Analice la pertinencia y necesidad de continuar con la investigación periodística o el ejercicio del activismo en casos extremos de amenaza y/o agresión, o si es preferible una pausa procurando analizar los próximos pasos mientras se tranquiliza la situación.



Fuentes de consulta

OLIVEIRA, IVI. Prevenir el Riesgo Manual sobre Mecanismos de Protección para Personas Defensoras de Derechos Humanos, publicado por Comisión Mexicana de Defensa y Promoción de los Derechos Humanos, A.C. (2015)

QUINTANA MARÍA MARTÍN Y EGUREN FERNÁNDEZ ENRIQUE, Protección de defensores de derechos humanos: buenas prácticas y lecciones a partir de la experiencia. Publicado por *Protection International*. (2011)

POLANSKA MALGORZATA, Protocolo para el ejercicio de la libertad de expresión en México, publicado por *Freedom House* y Colectivo de Análisis de la Seguridad con Democracia. (2015)

SIERRA JORGE LUIS. Reduce tu riesgo. Protocolos de seguridad para periodistas. Publicado por *Border Hub*. (2022)

EGUREN ENRIQUE Y CARAJ MARIE, Nuevo Manual de Protección para los Defensores de Derechos Humanos. Publicado por *Protection International*. (2009)

GONZÁLEZ NÚÑEZ DENISE, (Coord.) Manual de Acciones Frente a la Desaparición y la Desaparición Forzada. Orientaciones para las Familias Mexicanas de Personas Desaparecidas. Publicado por Comité CEREZO México, Hasta encontrarlos, SERAPAZ, Centro Diocesano para los Derechos Humanos FRAY JUAN DE LARIOS A.C., Familiares en Búsqueda María Herrera A.C., *Protection International*, Comisión Mexicana de Defensa y Promoción de los Derechos Humanos, IBERO, CEDEHM, Centro Prodh, Fundar, Red de Enlaces Nacionales. (2015)

Manual de Autoprotección para Periodistas y personas defensoras de derechos humanos

LÓPEZ PADILLA TOSTADO ADRINA ISABEL, SANTOYO DE JESÚS CRISTINA, VILCHIS CORDERO GRETHA JIMENA, CHÁVEZ LEÓN KATIA y AGUIRRE HERRERA LAURA, *Guía para Autocuidado y Cuidado Colectivo para Personas Defensoras de Derechos Humanos, Periodistas, Madres y Familiares de Personas Desaparecidas y/o Víctimas de Feminicidio*, Iniciativa Spotlight. Publicado por Naciones Unidas, Derechos Humanos, Oficina del Alto Comisionado México. (2019)

Reporteros sin Fronteras, *Manual de Seguridad para Periodistas. Guía Práctica para Reporteros en Zonas de Riesgo*, Publicado por *United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization*; Reporteros Sin Fronteras por la Libertad de Información. (2017)

ROMERO GARCÍA SANDRA, (Coord. de Proyectos), *Manual de Autoprotección para Periodistas*. Publicado por Fundación para la Libertad de Prensa, Unión Europea, Diakonia. (2013)

MOSQUERA OVIEDO ERIKA ANDREA (Investigación) y MORALES ARCINIEGAS ANDRÉS, RODRÍGUEZ BEDOYA DIANA, DURÁN FERNÁNDEZ MAURICIO y ALONSO RAMÍREZ FERNANDO (Edición), *Manual de Autoprotección para periodistas*, Publicado por Fundación para la Libertad de Prensa, Medios para la Paz y Embajada de Noruega. (2010)

SMYTH FRANK. *Manual de Seguridad para Periodistas. Cubriendo las Noticias en un Mundo Peligroso y Cambiante*, publicado por Comité para la Protección de los Periodista. (2012)

SIERRA JORGE LUIS, *Manual de Seguridad Digital y Móvil para Periodistas y Blogueros*, Publicado por *Knight International Journalism Fellow Freedom House, International Center for Journalists* y el Centro de Formación en Periodismo Digital de la Universidad de Guadalajara. (2013)

El presente Manual de Autoprotección para periodistas y personas defensoras de derechos humanos está disponible en la página de internet oficial del Instituto para la Protección de Personas Defensoras de Derechos Humanos y Periodistas: <https://institutodhypsinaloa.mx/>

El referido sitio web del Instituto contará con la versión vigente del manual, por lo que, en caso de sufrir adiciones o modificaciones, se actualizará en dicha página de internet.

Elaborado en Culiacán Rosales, Sinaloa, a los 21 días del mes de marzo de 2024.

Última actualización realizada el 21 de marzo de 2025.

ATENTAMENTE



**Dra. Jhenny Judith Bernal Arellano,
Directora General y Presidenta del Consejo
Consultivo del Instituto para la Protección de
Personas Defensoras de Derechos Humanos y
Periodistas.**



Instituto para la Protección de
Personas Defensoras de Derechos
Humanos y Periodistas

CONTÁCTANOS



•Teléfonos de oficina
667 709 7521 y
667 709 7500



•Número de emergencia
911



•Carlos Lineo #1997
Locales 206-210
Col. Chapultepec,
Culiacán, Sinaloa.

**¡La prevención es
importante, acercate
al IPPPDDHyP!**



**Instituto para la Protección de Personas
Defensoras de Derechos Humanos y Periodistas**