

# ACTUALIZACIÓN EN DEFENSA PERSONAL

2010

Escrito en forma conjunta por Instructores Certificados de la  
**Organización SPAD® – Sistema Progresivo de Auto-Defensa**

Recopilación y Prólogo por  
**Marcos P. Castro**



Todos los derechos reservados. Queda prohibida la reproducción total o parcial de esta obra, a través de cualquier medio mecánico, electrónico y/u otro, y su distribución mediante alquiler o préstamo público, sin previa autorización del titular del derecho intelectual.

Castro, Marcos Pablo

Actualización en Defensa Personal 2010. - 1a ed. - La Plata :  
Organización Spad, 2011.

96 p. ; 21x15 cm.

ISBN 978-987-23997-9-5

1. Defensa Personal . 2. Artes Marciales. I. Título  
CDD 613.66

Queda hecho el depósito que marca la ley 11.723  
Copyright © 2010 by Marcos P. Castro

ISBN 978-987-23997-9-5

Impreso en la Argentina  
Diciembre 2010

## **ADVERTENCIA**

Las técnicas, herramientas, tácticas y conceptos explicados en esta obra, son para ser utilizados sólo para propósitos legítimos, en situaciones reales de violencia.

No dependas de este libro para tu seguridad. Sobrevivir a la violencia dependerá de tu juicio durante el hecho, y de tu habilidad para prevenir, disuadir y protegerte físicamente.

El libro fue escrito con un propósito instructivo. Leyéndolo, estás asumiendo la responsabilidad por su uso.

Si malinterpretas algún concepto descrito en las siguientes páginas, podrías resultar seriamente dañado o incluso perder tu vida. Por lo tanto, ante cualquier duda sobre el contenido, consulta directamente con los autores, utilizando la información de contacto ubicada en la contratapa.



“A todos los miembros del prestigioso equipo de Instructores Certificados de la Organización SPAD ® – Sistema Progresivo de Autodefensa, sin los cuáles por supuesto no hubiera sido posible esta obra, ni el progreso y proyección internacional que ha tenido el SPAD ® en los últimos años.”



## ÍNDICE

<b>Prólogo</b> .....	9
Por Marcos Castro	
<b>Capítulo 1: Decisiones</b> .....	15
Por Gustavo García	
<b>Capítulo 2: Conocimiento y supervivencia en situaciones de violencia</b> .....	19
Por Jorge Gallo	
<b>Capítulo 3: Estado de Alerta o Psicosis</b> .....	23
Por Luciano Cendagorta	
<b>Capítulo 4: Desconectar para Conectar</b> .....	27
Por Juan Boubée	
<b>Capítulo 5: Investigar sobre lo desconocido para reducir la ansiedad y ganar seguridad</b> .....	31
Por Eliana Petzoldt	
<b>Capítulo 6: Reconociendo a un Psicópata</b> .....	35
Por Eduardo Luraschi	
<b>Capítulo 7: Perro Guardián, ¿Mascota-Arma o Arma-Mascota?</b> .....	41
Por Matías Siri	
<b>Capítulo 8: Seguridad en Intersecciones y Semáforos</b> .....	47
Por Paul Thomsen	
<b>Capítulo 9: Estrategias Verbales al educar al niño sobre su propia Seguridad</b> .....	51
Por María Gisella Gámez	

<b>Capítulo 10: Nuestros gestos frente al agresor.....</b>	<b>57</b>
Por Pablo Gobbi	
<b>Capítulo 11: Realidades del Combate</b>	
<b>Urbano Armado.....</b>	<b>63</b>
Por José León	
<b>Capítulo 12: El Aspecto Psicológico de un</b>	
<b>Enfrentamiento Armado Real.....</b>	<b>69</b>
Por Fabián Balanda	
<b>Capítulo 13: Del Combate Cuerpo a Cuerpo</b>	
<b>al SPAD ®.....</b>	<b>75</b>
Por Damián Rosatti	
<b>Capítulo 14: Conceptos Generales del Aprendizaje</b>	
<b>Motor y su Enseñanza.....</b>	<b>81</b>
Por Daniel Spiridione	
<b>Capítulo 15: Preservación de la Escena del Delito.....</b>	<b>87</b>
Por Fabrizio Rodríguez Villafán	
<b>Palabras de Cierre.....</b>	<b>93</b>
Por Marcos Castro	
<b>Apéndice: acerca del SPAD ®.....</b>	<b>98</b>



# PRÓLOGO

Por el Lic. Marcos P. Castro  
Director de la Organización SPAD ®

Una de las características principales de la **Organización SPAD ® – Sistema Progresivo de Autodefensa**, es la continua investigación de la realidad para mejorar el método, justamente, cumpliendo con su característica de “progresivo” como su mismo nombre lo indica.

Creemos firmemente que hay un mundo de conocimientos por explorar, mitos por derribar y cuestiones para mejorar en lo que respecta a la seguridad frente a la violencia, y que recién hemos tocado la *punta del iceberg*. Y la única manera de asegurarnos que estamos cumpliendo seriamente con esta tarea de enseñarle al mundo a sobrevivir a la violencia, es mantenernos investigando, progresando, mejorando constantemente.

Por tal razón, los Instructores Certificados de la Organización SPAD ® se embarcan año a año en este proyecto de construir un libro conjunto, donde cada uno desde su experiencia y a partir de sus investigaciones, selecciona y desarrolla un tema puntual.

Afortunadamente, hoy día nuestro staff es multidisciplinario. En estas páginas vas a estar leyendo capítulos independientes escritos por profesionales de las más diversas

disciplinas, como *medicina, abogacía, seguridad, criminalística, educación física, musculación, administración de empresas, tiro, educación, así como miembros de fuerzas armadas y de seguridad*, entre otras profesiones, así como instructores de las más diversas artes marciales y métodos de autodefensa, entre otros: *Taekwon-Do, Karate-Do, Aikido, Ninjitsu, Kick Boxing, Sipalki-Do, Full Contact, Hapkido, Close Combat, Luta Livre, Kapap, etc.*

Esto permite que podamos abordar el tema de la seguridad personal desde varios puntos de vista, con el fin de lograr que el método SPAD ® sea lo más realista, efectivo e integral posible, y que verdaderamente sirva para el propósito principal de su creación: **ayudar a la gente a sobrevivir a la violencia real.**

Como siempre decimos: nos interesa enseñar defensa personal desde un punto de vista integral, y no como habitualmente se la enseña ocupándose mayormente de técnicas de defensa física. Porque sabemos que para realmente sobrevivir a la violencia (no sólo a “peleas callejeras”), es necesario una gran cantidad de conocimientos que van desde:

1. cómo evitar hechos de violencia (prevención)
2. cómo superar el miedo y el temido bloqueo mental (batalla psicológica)
3. cómo disuadir y negociar con agresores (interacción)
4. cómo sobrevivir a una confrontación física con y sin armas involucradas (defensa física)
5. cómo sobrevivir a las consecuencias de haber vivido una situación de violencia (post situación)

Por lo tanto, el SPAD ® incluye todo esto, y ésta es la manera en que todos nuestros instructores encararan a la defensa personal, y el esquema que tienen en mente al momento de escribir cada capítulo de este libro.

En estas páginas estarán leyendo capítulos independientes sobre defensa personal operativa, prevención de situaciones de violencia e inseguridad, el aprendizaje motor, reconocimiento de un psicópata, entrenamiento psicológico, preservación de la escena del delito, formación de niños seguros, mitos y realidades sobre armas de fuego, perros para seguridad, claves de un buen lenguaje no verbal, reflexiones y concientización sobre el mundo de la violencia, y mucho más.

Siempre decimos que la violencia es algo que existió, existe, y desde mi punto de vista, va a existir hasta que perdure la raza humana, porque en cierto modo es algo innato. Siempre va a haber gente que quiera imponerse por la fuerza o que quiera lograr sus fines por el “mal camino”. Lo hacen los animales, lo hacemos nosotros también.

El problema es cuándo esa violencia pone en serio riesgo nuestra vida o integridad; y el gran inconveniente de sufrir una situación de violencia, es que sus consecuencias suelen ser determinantes para tu vida.

La violencia se trata de sólo unos segundos, generalmente inesperados, que cambiarán para siempre tu vida y la de tus seres queridos. No sólo por el trauma psicológico que persiste luego de varios meses, años e incluso toda la vida (dependiendo del hecho), y que no todos pueden soportar, sino también por los daños físicos que pueden ser irreparables.

Conozco muchos, demasiados casos en que diez segundos de violencia descontrolada han generado un cambio radical en la vida de una persona. Sí, diez segundos es todo lo que se necesita (e incluso menos). Sin embargo, paradójicamente la generalidad la gente no invertiría sólo unas horas de su tiempo en aprender cómo sobrevivir; tal vez por su afán de no ser pesimistas, otras por comodidad, y muchas más por ignorancia.

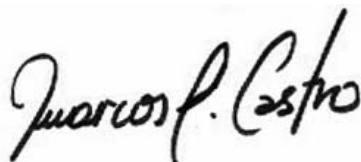
Recién cuándo uno mismo o un ser querido sufre un hecho de estas características, entonces uno se pone a pensar en la posibilidad de aprender... pero tal vez ya sea demasiado tarde.

No estamos hablando de estar paranoicos. La paranoia es una enfermedad que debe ser tratada por un especialista. Estamos hablando de aceptar que estas cosas pueden ocurrir, y valorar lo suficiente nuestra vida y la de nuestros seres queridos, como para dedicar algunas horas (sí, sólo una hora podrían ser suficientes) de toda nuestra vida, en aprender a protegerla.

Muchas personas se quejan de que varios de los consejos de seguridad apuntan a no hacer ciertas cosas, no pasar por ciertos lugares o evitar determinadas circunstancias, y no aceptan que lamentablemente haya que privarse de ciertas cosas para vivir más seguros. Pero esto es parte de la vida: del mismo modo que cuándo hace frío hay que abrigarse para no enfermarse, cuándo camino por la calle tengo que evitar ciertos lugares o personas para no sufrir hechos violentos.

En última instancia, hay tantas cosas bonitas para hacer en nuestras vidas, cómo para quejarnos por prohibirnos algunas otras. Y hay tanto para perder si sufrimos un hecho de violencia, que no se compara con lo mucho que ganamos por evitar este tipo de situaciones.

Te dejo en manos del prestigioso equipo de Instructores Certificados del SPAD ®, para que disfrutes, aprendas y te involucres con cada uno de estos capítulos.



Director Organización SPAD ®  
Diciembre 2010

---

Marcos Castro es el fundador y Director de la Organización SPAD ®. Posee más de 20 años de experiencia en artes marciales y métodos de defensa personal, siendo asimismo cinturón negro 4º Dan de Taekwondo (ITF), cinturón negro 3º Dan de Kick Boxing y Full Contact, cinturón negro 1º Dan de Hapkido, y teniendo grado de Monitor de Luta Livre (lucha libre brasilera), Monitor de Close Combat Militar (SOG), y ha incursionado en otra decena de estilos diferentes. Ha sido certificado como *Personal Defense Readiness Fundamentals Coach* por Blauer Tactical Systems Inc. en USA, una de las más prestigiosas consultoras de seguridad del mundo. Su formación de base es Licenciado en Administración y tiene un Postgrado en Educación y Nuevas Tecnologías. Es escritor de cuatro libros sobre seguridad personal y una decena de videos de capacitación que se han comercializado en todo el mundo, y ha sido escritor invitado en distintos medios nacionales e internacionales relacionados con la materia, e invitado en programas radiales y televisivos de seguridad y artes marciales en reiteradas ocasiones.



# CAPÍTULO 1

## DECISIONES

**Por el Instructor Cert. Gustavo García**

Dentro de la gran variedad de temas que tratan los medios masivos de comunicación en la actualidad, uno de los más reiterados es la tan temida, preocupante y creciente inseguridad, en todas sus formas, ya sea en relación a hurtos, asaltos, agresiones físicas, secuestros, y hasta asesinatos (por mencionar algunas de las más comunes, pero otras resultan incluso insólitas ya sea por las circunstancias o el modo en que suceden).

De esta forma uno advierte rápidamente, y a veces hasta de manera alarmante, la cantidad de hechos delictivos y/o violentos que ocurren diariamente, motivo más que suficiente para que la gente se preocupe cada día más por aprender cómo sobrevivir a esta “inseguridad” que día a día nos atormenta y sorprende en sus más variadas formas.

Durante los cursos, charlas y clases que dicto, sean dentro del ámbito de la Organización SPAD ® o de las Artes Marciales, y también durante la vida diaria en amenas conversaciones con familiares y amigos, suelo poner una particular atención en que las personas tomen conciencia del papel protagónico que cumple la prevención cuando hablamos de nuestra seguridad.

Por lo general, durante las clases de Artes Marciales explico que el acondicionamiento físico que realizamos y la

práctica de las diferentes técnicas son parte de nuestra preparación o prevención de alguna situación en la que nos veamos involucrados.

También durante algunas conversaciones en las que surge el tema de la inseguridad y me preguntan por qué es tan importante la preparación, trato de explicarlo con algún ejemplo bien claro, por ejemplo: un país tiene su ejército, y aunque no requiera de él nunca, por prevención no lo disolvería; lo mismo pasa con las personas que entrenan artes marciales, así nunca las necesite, sabe que siempre va a tenerlas a su disposición en el momento que se vea involucrado en una situación desafortunada.

Pero, ¿cómo evitamos estas situaciones? ¿Cómo evitamos ser víctimas? Y aquí entra en juego una palabra que últimamente escuché mencionar bastante seguido y me hizo reflexionar bastante acerca del poder que tiene esta acción, no sólo en nuestra seguridad, sino en nuestra vida. Me estoy refiriendo a las “decisiones”. Toda situación depende más de lo que decidamos nosotros, que de las decisiones de terceros.

Sin necesidad de puntualizar en algún caso en particular, ya que todos desembocan en lo mismo, hipotéticamente describiré una situación sin ahondar en detalles: una mujer de mediana edad vuelve a su casa después de una cena. Mientras está ingresando su vehículo al garaje la interceptan dos individuos, le roban dinero, algunas joyas y escapan. A simple vista no parece más que otro asalto entre tantos, pero ¿qué decisiones de la mujer fueron las que la llevaron a ser víctima de la inseguridad? Prácticamente todas. Desde el hecho de haber salido de su casa, hasta la hora en que decidió regresar, no estar debidamente preparada para una situación así, y un sinnúmero de cuestiones que la llevaron a ese



momento, a esa situación, a ser un número mas dentro de las estadísticas. Casos como este se dan más a menudo de lo que parece, ya que se cree que más de un tercio de los hechos violentos y/o delictivos no son denunciados o no se tienen registro.

Este capítulo no pretende más que llamar a la reflexión en una cuestión particular y que podrá parecer reiterativa y monótona, pero siempre hay personas a las que les cuesta encontrar un móvil para comenzar a preocuparse por su seguridad, y lamentablemente esperan a que sea demasiado tarde para comenzar a preocuparse. Y esta cuestión no es más que el hecho de que nuestra seguridad y la de nuestros seres queridos o cercanos, puede estar en nuestras manos, y sólo de nuestras decisiones depende lo que nos pueda o no suceder.

---

Gustavo García es Instructor Certificado SPAD ® Nivel 1 (Inicial) desde Agosto 2009. Actualmente reside en la ciudad de Concepción del Uruguay, Provincia de Entre Ríos, Argentina. Gustavo es Suboficial del Ejército Argentino, cinturón negro de Karate-Do Kyokushinkai y de Kenpo Kosho Ryu, habiendo incursionado también en otras artes marciales como Kobudo Shobukai, Pan Gai Noom, Karate-Do Uechi Ryu, Judo, Aikido, Jiu Jitsu y Iai Jitsu, así como manejo de armas y explosivos, y primeros auxilios.



## CAPÍTULO 2

### CONOCIMIENTO Y SUPERVIVENCIA EN SITUACIONES DE VIOLENCIA

Por el Instructor Cert. Dr. Jorge Gallo

Cuando comencé a interesarme, a mediados de los años setenta, por los sistemas de defensa personal y artes marciales, tan solo tenía 12 años.

Buscaba algún secreto obstinadamente oculto por algún legendario maestro que me permitiera transformar al alfeñique de cuarenta kilos que entonces era, en un súper héroe invencible tipo *Hollywood*.

Claro, tenía 12 años y veía mucha TV.

Los años fueron pasando y la práctica se intensificó, y aunque ya no era una búsqueda tan conciente, la idea primaria subyacía: tiene que haber un estilo, técnica, modo, arte o lo que sea, que tenga todas las respuestas, que sea superior a todos los demás, y que me vuelva invencible.

Así pase por diferentes métodos: Karate, Kung Fu, Tae Kwon Do, Ju Jitsu, Aikido, Ninjitsu. Algunos los pratiqué durante años, otros mediante seminarios y cursos, pero ninguno, a excepción tal vez del último, supo darme alguna respuesta.

La mayoría requería años para una patada, años para una forma, años para comprobar luego que muchas de sus técnicas se habían tornado obsoletas con el paso de los años.

Ya no buscaba un técnica secreta o algo nuevo en el sentido de algo diferente, ahora buscaba – como me dijo una vez un Maestro - tan solo “un ¿por qué?”.

¿Por qué este movimiento es así? ¿Por qué esta postura y no otra? ¿Por qué complicar tanto una cuestión tan importante como la propia supervivencia?

Había algo que no funcionaba.

Las veces que me había tocado – desgraciadamente – usar lo aprendido en una situación real, no funcionaba como en las prácticas, no se podía estar atento a posiciones bonitas y movimientos de valet.

Me han atacado con palos, botellas, cuchillos, entre dos, tres, hasta seis personas a la vez. Nunca hubo tiempo ni espacio para desarrollar nada complicado, pero siempre salí ileso.

Entonces la pregunta fue... ¿Cómo? Si no realice los movimientos que estudié porque no hubo tiempo ni espacio; si lo que hice fue prácticamente instintivo y hubiera sido desaprobado por casi todos mis maestros.

Entonces supe la respuesta: Conocimiento.

Sabía dónde, cómo y con qué protegerme. Eso era lo básico y lo que en verdad funcionaba, y no los movimiento específicos en sí.

Sabía – gracias a una adolescencia problemática – cómo interactuar con mis agresores, los que generalmente pertenecían a clases sociales bajas o al club de los alcohólicos.

Sabía qué partes eran más vulnerables a un ataque.

Sabía qué lugares no eran convenientes para mi seguridad.

Sabía mantenerme alerta a lo que pasaba a mí alrededor

Sabía como evitar meterme en problemas.

Muy pocas de esas cosas o casi ninguna me las brindó mi entrenamiento.

Me las brindó la experiencia real que la vida me dio cuando – básicamente – yo mismo me metí en problemas porque, o no presté atención, o porque era mi deber intervenir, o porque yo mismo me la busqué.

Entonces la pregunta cambió: ¿es que nadie se dio cuenta?

Busque información y así verifiqué mis empíricos conocimientos.

No hace falta conocer cientos de puntos vitales.

No hace falta conocer movimientos “ocultos” ni técnicas cinematográficas.

Sí hace falta conocer lo esencial: cómo prevenir, cómo interactuar, cuándo atacar, cómo y dónde hacerlo.

Hoy existen métodos que brindan todas esas respuestas.

Y no hace falta dedicar años de práctica para perfeccionarnos. Unas pocas horas bastan.

El conocimiento en defensa personal es poder.

Si sé lo que tengo que hacer, no dudaré. Al no dudar no tendré miedo y podré controlar la situación.

En los tiempos que nos tocan vivir, es importante conocer lo indispensable para mantenernos a salvo.

Ya no hacen falta años de entrenamiento ni poseer aptitudes físicas dignas de un gimnasta.

Basta con conocer los cánones básicos, unas pocas reglas de prevención, algunas herramientas de interacción, y por último unos pocos puntos muy vulnerables y unas pocas formas de actuar sobre ellos.

Nada más.

Puede aprenderse en un día.

Hagan la prueba. ¿Qué pueden perder?

Nuestra seguridad bien lo vale.

---

Jorge Gallo es Instructor Certificado SPAD ® Nivel 1 (Inicial) desde Diciembre 2003. Actualmente reside en la ciudad de Mercedes, Provincia de Buenos Aires, Argentina. Jorge es profesor de Ninjitsu Katai Ryu, siendo cinturón negro 6to Dan de dicho arte, y posee asimismo el cargo de instructor en Karate-Do Shorin Ryu Shidokan y en Kung Fu estilo Shao Lin Chuan. En su vida profesional se desempeña como abogado.

## CAPÍTULO 3

### ESTADO DE ALERTA O PSICOSIS

**Por el Instructor Cert. Dr. Luciano Cendagorta**

Como podrán imaginar, pasa otro año y emprendemos la tarea de realizar el libro sobre *Actualización en Defensa Personal*, y así enriquecer nuestro aprendizaje entre todos y para todos.

Siempre existe el problema del tema a elegir, teniendo en cuenta que cada vez somos más instructores. Los temas son muy variados y tenemos pocas páginas para dar una idea e incentivar a la gente para que aprenda sobre su seguridad personal.

Me imagino que por el título del capítulo, ya se han hecho una idea somera sobre qué trata, pero se van a dar cuenta de que es más profundo de lo que parece.

Tuve muchos alumnos que cuando les hablaba del tema del estado de alerta al entorno, me decían que parecía que había que vivir como un psicótico vigilando permanentemente el entorno hasta volverse loco. ¡MUY LEJOS DE LA VERDAD!

Debemos saber que este estado de alerta cabe dentro del concepto de prevención, así que si lo entendemos vamos a poder aumentar exponencialmente nuestra capacidad de prevenir situaciones de violencia.

En primer lugar debemos definir un poco las palabras o lo que representan para poder estar al tanto de lo que hablamos. El

estado de alerta se refiere a una persona que está consciente de su entorno en cualquier momento.

El concepto de psicosis tomado de un diccionario médico, lo define como desorden mental severo, con o sin un daño orgánico, caracterizado por un trastorno de la personalidad, la pérdida del contacto con la realidad, y causando el empeoramiento del funcionamiento social normal.

Hay mucha gente que piensa que ambos conceptos son lo mismo o uno implica lo otro, pero es bien sabido que no se corresponden.

Cuando hablamos de estado de alerta, nos referimos a un estado en el cual la persona está consciente de su entorno y atento a lo que está pasando a su alrededor, por lo cual puede responder a cualquier peligro sin ser sorprendido.

Si nos ponemos a analizar la historia de la humanidad, nos vamos a dar cuenta que en las distintas épocas, esto mismo se analizaba de distintas maneras. Los hombres de las cavernas debían prestar mucha atención a su entorno, ya que no había otra persona u organismo oficial (policía) más que ellos mismos para mantener su seguridad y la de su familia. Esto responde principalmente al instinto de supervivencia que tenían en esa época, y en ese caso, no se trataba de una psicosis, porque el entorno era el que los forzaba a actuar de esa manera.

Cuando el ser humano pasó a ser un hombre civilizado y organizado, delegó esa responsabilidad a una entidad específica, ya sea guardias, vigilantes o policías, y de ese modo su estado de alerta disminuyó de una manera drástica porque confió la responsabilidad por su seguridad a otra persona y no a sí mismo.



Al analizar los artículos policiales actuales sobre robos o asaltos tanto en la vía pública como en el hogar, nos daremos cuenta que la gran mayoría de las víctimas no se dieron cuenta de lo que estaba pasando a su alrededor al momento de sufrir el ataque. Pero luego de haber sufrido el hecho, y analizando lo ocurrido, en la mayoría de los casos se dieron cuenta que “algo malo” estaba pasando antes que los atacaran, o notaron algo “raro” pero no le dieron importancia. Lo que no se dieron cuenta era que su “instinto” les estaba avisando del peligro.

Lo importante a tener en cuenta es que el instinto es como un radar al que hay que prestarle atención y entrenarlo para aprender a usarlo.

El subconsciente está atento a todo lo que pasa a nuestro alrededor, y somos nosotros los que inhibimos este espectacular sensor natural, y de esa manera no nos damos cuenta de lo que está pasando alrededor.

Ahora el problema es trazar la línea entre lo que es estar alerta y entrar en un estado de psicosis. ¿Cómo hacemos para darnos cuenta, o en realidad, como hacemos para diferenciarlos?

Pensemos cuáles son los momentos en los que hay que estar alerta. ¿A qué nos referimos con esto? Los delincuentes buscan a sus víctimas y las eligen básicamente por dos razones: por lo redituable y por lo fácil que sea como víctima.

Para eso necesita que el medio a su alrededor se encuentre en determinadas condiciones favorables para actuar. Por tal razón es que se requiere estar en estado de alerta en ciertas situaciones diarias, principalmente en los momentos en los que estamos más vulnerables (entrando a nuestra casa, si vamos a un cajero

automático, durante los trayectos al trabajo, etc.) ya que son esos momentos en los que necesitamos agudizar nuestros sentidos.

Si nuestro estado de alerta no disminuye en ningún momento del día, tanto en la calle como en el hogar, pasamos a un estado de psicosis permanente en el cual “nuestra cabeza no va a parar”, y se transformará en un trastorno psicológico.

Eso no significa que en el hogar o en el trabajo no tengamos riesgo de que nos ocurra cualquier situación de violencia, pero en esos lugares las probabilidades disminuyen muchísimo, y es en esos lugares donde tu estado de alerta disminuye y no se transforma en psicosis.

Ahora, ¿cómo entrenamos nuestro cerebro para esto? La verdad es que uno tiene éste sistema aletargado y sólo debemos saber escucharlo y así seguramente disminuirán las probabilidades de sufrir cualquier agresión.

La conclusión que hay que sacar de esto es que uno tiene que saber cuándo y dónde debe estar atento al entorno y cuándo puede relajarse. Así, nuestro cerebro se acostumbrará a escuchar nuestro instinto y sabrá analizar la situación.

Espero que esto les sirva como punto de partida hacia una mejor comprensión de la prevención de hechos de violencia.

---

Luciano Cendagorta es Instructor Certificado SPAD ® desde los inicios de la Organización allá por el año 2000. Actualmente posee la categoría de Instructor Certificado SPAD ® Nivel 2 (Intermedio), siendo asimismo el actual Coordinador de Instructores. Reside en la ciudad de La Plata, Provincia de Buenos Aires, Argentina. Es asimismo cinturón negro 1º Dan de Taekwon-Do (ITF), cinturón negro 1º Dan de Hapkido, y ha incursionado en Full Contact y Luta Livre, entre otras artes marciales. Es su vida profesional se desempeña como médico.

## CAPÍTULO 4

### DESCONECTAR PARA CONECTAR

Por el Instructor Cert. Juan Boubée

El título de este capítulo, corresponde a una nueva publicidad, de origen Tailandés, de una compañía de celulares. Realmente se las recomiendo, sólo tienen que entrar en YouTube y poner el título de este capítulo y ya está, a disfrutarla.

La publicidad lo que muestra fundamentalmente, es como vivimos conectados a un teléfono, ya sea para hablar, para leer mensajes y contestarlos, para leer mails y contestarlos, para mensajería instantánea, para juegos, etc. Todo esto se muestra con imágenes de distintas personas, las cuales no ven lo que pasa a su alrededor, simplemente por estar **“conectados”** a un dispositivo, en forma continua.

Finalmente esta publicidad propone *desconectar* el celular, para volver a *conectarnos* con nuestro entorno.

A mi me gustaría usar esta publicidad como punto de partida y que veamos cómo esto de estar conectados y desconectados, es algo habitual en nuestro día a día. Vivimos siempre conectados a algo. Si no es el celular, es nuestra cabeza que continuamente nos propone cosas y nosotros no logramos controlarla.

Veamos o tomemos algunos ejemplos de lo que solemos hacer:

- Caminamos / Conducimos, hablando por celular.
- Hablamos por celular, habiendo incorporado *manos libres*, con lo cual hacemos todo tipo de ademanes como si discutiéramos frente a frente con otra persona (muy gracioso).
- Manejamos nuestro auto, y de repente vamos todo el camino hablando solos, diciendo lo que le vamos a decir a nuestro jefe cuando lleguemos a la oficina.
- Paramos en un semáforo y nos quedamos pensando en infinidad de cosas, hasta que escuchamos la bocina de alguien que está detrás nuestro avisándonos que el semáforo cambió de color.

Podría nombrar muchísimas situaciones y me gustaría que usted que está leyendo, recree mentalmente y piense con cuáles se identifica y agregue otras que puedan no estar acá.

La empresa para la cual trabajo, tiene sus oficinas sobre la Avenida 9 de Julio, y normalmente en algún momento del día, voy al café de la esquina a tomar algo. Obviamente es una avenida de gran tránsito, no sólo de autos sino también de personas. Mientras tomo mi café, hago el ejercicio de mirar, y les aseguro que es increíble como se nota cuando una persona esta **“conectada con la tierra”**, por darle un toque humorístico, y cuando está **“en el espacio”**. Realmente es muy notorio y fácil de detectar.

En seguridad un concepto que usamos comúnmente es el de **“no darle la posibilidad al delincuente”**, es decir que si nos van a robar, por lo menos hagámosela un poco difícil, que les cueste.

El punto es justamente, que cuando estamos desconectados del entorno, es cuando más vulnerables somos. Es cuando más fácil se lo hacemos. Es como llevar una luz encendida que dice: “estoy desatento”.

Encima tenemos que agregar algo, y es que los delincuentes son especialistas en detectar este tipo de situaciones. Así como nosotros trabajamos todo el día, ellos también lo hacen, pero entre sus cosas también estudian el comportamiento de las personas, para luego armar sus estrategias de cómo abordarlos.

Podría seguir escribiendo pero creo que la idea está planteada. Mejor empecemos a hablar de cómo lo solucionamos.

Primer paso, casi podemos decir que necesitamos un cambio de actitud. No puede ser que creamos que para todas las cosas, “jugamos la final del mundo”. Empecemos por priorizar y ver realmente qué es lo importante.

Si estamos yendo para la oficina, tratemos de ir mirando por cuáles lugares estamos pasando, qué tipo de negocios hay, es decir, empecemos a disfrutar del entorno.

Si salimos de la oficina para ir a una reunión, ya sea en taxi o caminando, no tratemos de aprovechar el tiempo (es el tipo slogan), simplemente disfrutemos de ese espacio como un mini descanso. Seguramente nuestro cuerpo lo agradecerá.

Si estamos manejando y paramos en un semáforo, dediquemos ese momento a ver quién cruza la calle, estemos atentos. No usemos ese momento para otra cosa.

Este cambio de actitud, será útil en muchos aspectos:

- **Profesional**, porque andar más despacio, me permite detectar nuevas oportunidades.

• **Calidad de vida**, porque andar más despacio me va a permitir disfrutar de las cosas que suceden a mi lado, dentro de mi entorno y que actualmente me pierdo de disfrutar.

• **Prevención**, porque andar más despacio me permite ver qué es lo que sucede o va a suceder, me permite **“no darles la posibilidad a los delincuentes”**.

Bueno, como verán el cambio de actitud vale la pena. ¿Será difícil?, seguramente si, pero sino lo intentamos, nunca vamos a cambiar.

Empecemos la semana con un cambio y tratemos de mantenerlo. Tomemos el ejemplo del taxi, y cuando viajemos en él, que esto sea un paseo en el cual vayamos apreciando lo que estamos viendo.

Cerrando ya este capítulo, lo voy hacer usando nuevamente la publicidad del celular, y diciéndoles que “desconectemos”, para “volvernos a conectar” con las cosas que son importantes.

Desconectemos y volvamos a conectarnos con lo que estamos haciendo en ese momento.

Desconectarnos y volvernos a conectar sólo depende de nosotros.

---

Juan Boubée es Instructor Certificado SPAD ® Nivel 1 (Inicial) desde Diciembre 2006. Actualmente reside en la localidad de Pilar, Provincia de Buenos Aires, Argentina. Juan es una persona muy capaz, y con una sólida formación profesional, que mezcla su profesión con la enseñanza de la defensa personal, siendo además cinturón negro 3º Dan de Taekwon-Do (ITF) y habiendo realizado cursos de Krav Maga, SOG Close Combat, entre otros, para seguir perfeccionándose.

## **CAPÍTULO 5**

### **INVESTIGAR SOBRE LO DESCONOCIDO PARA REDUCIR LA ANSIEDAD Y GANAR SEGURIDAD**

**Por la Instructora Cert. Lic. Eliana Petzoldt**

Mi intención en este capítulo es hablar un poco de armas de fuego, pero no para realizar una explicación acerca de lo que son las armas de fuego, ni enseñarles sobre cómo utilizarlas, ya que no soy experta en la materia, pero sí transmitirles un pensamiento que considero importante al respecto, que se relaciona con el título de este capítulo y que puedo ejemplificar con mi experiencia, para que pueda serle útil a muchos de los lectores.

En muchos cursos o conversaciones con diferentes personas, es común escuchar que a mucha gente, en su gran mayoría mujeres, no le gustan las armas, lo cual no está mal (en mi caso, no es algo que me encante), pero lo que no es bueno escuchar es que les tienen miedo, o que no quieren saber nada al respecto, y que si tienen una enfrente se paralizarían del miedo.

Esa es la opinión que me parece preocupante, ya que si tenemos la mala suerte de no poder prevenir una situación de inseguridad y tener que vivirla, seguramente existan armas de fuego involucradas.

Imagínense si quien le tiene miedo a las armas o se paraliza frente a ellas, es quien tiene la desgracia de vivir esa situación de

inseguridad, entonces a la situación desagradable de violencia, que puede, por si sola, ser suficiente para dejar bloqueada mentalmente a cualquier persona que no está preparada para enfrentarla, se suma la presencia de armas de fuego. ¿Cómo creen que va a desencadenarse esa situación?

Creo que es mucho mejor bajar la ansiedad de la persona que no tolera las armas de fuego, por ejemplo, realizando un curso de reconocimiento de aquellas, para perder, en la medida que las vaya conociendo, el miedo excesivo que la sociedad y el desconocimiento nos inculcan a la mayoría. De esa manera, la persona podrá prepararse en un ambiente adecuado, cuidado, con los profesionales necesarios, ganando conocimiento y confianza al disminuir la ansiedad y el miedo a lo desconocido.

Para fundamentar esto que escribo les voy a contar mi experiencia personal, que como les decía, fue la inspiración para poder transmitir esto que considero necesario lo sepa la mayoría.

Yo no tenía miedo a las armas, pero nunca había estado frente a ellas y no me imaginaba utilizándolas, no por algo especial, pero creo que por el preconceito recibido de experiencias ajenas, sin probarlo por mi misma.

Un día tome un curso de uso de armas de fuego, ya que como Instructora Certificada SPAD ®, y por mi seguridad personal, considere necesario hacerlo, y fui con muchas ganas de sacarme esa intriga que tenía sobre cómo sonaba un disparo cerca de mí, y hasta poder efectuarlos yo misma.

Al escuchar los primeros disparos no pude evitar querer irme corriendo, tratando de hacerme lo mas chiquita posible como para que ningún proyectil me alcance. No me voy a olvidar más esa sensación horrible.



¿Qué hubiese pasado entonces conmigo si yo escuchaba por primera vez disparos cerca de mí pero en una situación real de violencia en la que la víctima era yo, comparando con mi reacción en un contexto cuidado, seguro como es un polígono de tiro y con un Instructor capacitado y personas conocidas a mí alrededor?

Les cuento que a lo largo del curso, logré, tanto con el esfuerzo del Instructor y particularmente mío, darme cuenta que la reacción que estaba teniendo, era exagerada, y al racionalizar la reacción de sobresalto que tenía mi cuerpo con cada disparo, esta fue disminuyendo al punto de desaparecer luego de una hora. De modo que ese mismo día pude realizar mis primeros disparos. Creo que esto es algo que vale la pena remarcarlo: el cambio en mi reacción se logró en sólo una hora.

Ahora bien, ¿que me paso durante mi primer disparo?

Esto también vale la pena relatarlo, ya que por más que me había sucedido querer irme corriendo al oír disparos cerca de mí, para cuando tuve que efectuar yo misma los disparos, realmente tenía ganas de hacerlo, pero no imaginaba tampoco cuál podía llegar a ser mi reacción.

Pues bien, con mucha emoción tome el arma (con un Instructor a mi lado por supuesto, explicándome y preparado para cualquiera sea mi reacción). Accioné el gatillo y... del susto inmediatamente después del disparo afloje mi mano como para dejar caer el arma (en un acto inconciente). Por suerte mi reflejo fue no soltar del todo el arma, de modo que no cayó al piso.

Enseguida me ayudaron a que siga intentándolo hasta que ya no sentí más ese rechazo, ya que si yo renunciaba y me daba por vencida, mi frustración hubiese sido grande y a partir de ese

momento hubiese sido alguien con mucho miedo a las armas, y mi predisposición a superarlo hubiese sido menor.

A modo de conclusión, creo que es muy importante que quien cree que puede tener miedo o inseguridad antes las armas, o nunca vio ni utilizó alguna, se saque esa ansiedad, tomando un curso para perder ese miedo justamente, ganando conocimiento y confianza en el tema. De esa manera, si algún día estamos expuestos a una situación de violencia en la que existen armas de fuego, que la presencia de las mismas no nos genere aún mayor estrés y angustia en esa situación desagradable y estresante.

Cuando sepan o reconozcan que tienen miedo sobre algo, ya sean armas, o cualquier otra cosa o situación, siempre lo mejor es tratarlo, estudiar el tema, para de esa manera, darnos cuenta que muchas veces el miedo puede ser tan grande como el desconocimiento que tenemos sobre ello, y en la medida que lo vayamos conociendo seguramente la confianza se incrementará reduciéndose el miedo a lo desconocido.

Desde el punto de vista psicológico, siempre es mejor afrontar el miedo o inseguridad que sentimos, hasta conocerlo, investigarlo, y saber por qué reaccionamos como reaccionamos, para de este modo poder corregir nuestras creencias, y ser capaces de actuar de forma favorable en la situación.

---

Eliana Petzoldt es Instructora Certificada SPAD ® Nivel 1 (Inicial) desde Agosto 2009, siendo asimismo la Coordinadora del Programa SPAD ® Anti-violación para mujeres Actualmente reside en la ciudad de La Plata, Provincia de Buenos Aires, Argentina. Eliana es Licenciada en Administración, teniendo experiencia en Gracie Jiu Jitsu, Luta Livre (lucha libre brasilera) y manejo de armas de fuego.

## CAPÍTULO 6

### RECONOCIENDO A UN PSICÓPATA

**Por el Instructor Cert. Eduardo Luraschi**

Una de las formas de protegernos es conocer a la gente con la que interactuamos, especialmente en forma más o menos íntima, porque existen personalidades que pueden afectar nuestra vida de forma muy negativa y drástica, tal es el caso de los psicópatas que son los seres humanos más peligrosos que existen.

Si bien no todos los criminales son psicópatas ni todos los psicópatas son necesariamente criminales, gran parte de los crímenes más aberrantes suelen ser realizados por psicópatas y la mayoría de los criminales si no sufren esta patología, al menos tienen rasgos o personalidades psicopáticas.

Los psicópatas no siempre hacen daño físico pero sí emocional. Pueden llegar a infligir mucho sufrimiento a la gente que quizás no es consciente que su jefe, su mujer o su marido es un psicópata. Muchos están integrados en la sociedad y no “es fácil detectarlos”, y muchos son maltratadores de mujeres y de niños.

Los psicópatas no pueden empatizar ni sentir remordimientos, por eso interactúan con las demás personas como si fuesen cualquier otro objeto, las utilizan para conseguir sus fines, la satisfacción de sus propios intereses. No necesariamente

tienen que causar algún mal, pero si hacen algo en beneficio de alguien o de alguna causa aparentemente altruista es sólo por egoísmo, para su único y exclusivo beneficio.

La falta de remordimientos radica en la “cosificación” que hace el psicópata del otro, es decir que el quitarle al otro los atributos de persona para valorarlo como cosa, es uno de los pilares de la estructura psicopática.

Los psicópatas tienden a crear códigos propios de conducta, por lo cual sólo sienten culpa al infringir sus propios reglamentos y no los códigos comunes. Sin embargo, estas personas sí tienen nociones sobre los usos sociales, por lo que su comportamiento es adaptativo y pasa inadvertido para la gran mayoría.

Además, los psicópatas tienen como característica el poseer necesidades especiales y formas atípicas de satisfacerlas, que en general implican cierta “ritualización” y que a veces son peligrosas para los demás.

El doctor Robert Hare, investigador sobre psicología criminal, comenta la dificultad de definir lo que significa “ser un psicópata”. Él hace un símil: “es como preguntar cuánta gente padece hipertensión arterial”, claro que esto dependerá de dónde sitúes el umbral. En términos de investigación en Norteamérica se define a un psicópata como alguien que puntúa treinta sobre cuarenta en una escala de cuarenta puntos que él creó, llamada *Psychopathy Checklist Revised* (PCL-R). Una persona “normal” puntuaría en esta escala de cero a uno.

Para Hare los criterios que definen a la personalidad psicopática pueden evaluarse mediante una lista de veinte características denominadas *Psychopathy Checklist* (PCL). Estas descripciones tuvieron como base el trabajo del investigador

Hervey Cleckley para definir la psicopatía a través de una serie de síntomas interpersonales, afectivos y conductuales. Los síntomas que exhiben los psicópatas son, según Hare:

- Gran capacidad verbal y un encanto superficial
- Autoestima exagerada
- Constante necesidad de obtener estímulos y tendencia al aburrimiento
- Tendencia a mentir de forma patológica
- Comportamiento malicioso y manipulador
- Falta de culpa o de cualquier tipo de remordimiento
- Afectividad frívola, con una respuesta emocional superficial
- Falta de empatía, crueldad e insensibilidad
- Estilo de vida parasitario
- Falta de control sobre la conducta
- Vida sexual promiscua
- Historial de problemas de conducta desde la niñez
- Falta de metas realistas a largo plazo
- Actitud impulsiva
- Comportamiento irresponsable
- Incapacidad patológica para aceptar responsabilidad sobre sus propios actos
- Historial de muchos matrimonios de corta duración
- Tendencia hacia la delincuencia juvenil
- Revocación de la libertad condicional
- Versatilidad para la acción criminal

Las características enlistadas nos pueden servir para delatar personalidades psicopáticas y así evitar ser potenciales víctimas, porque muchas conductas suelen darse en forma notoria en el trato diario con otras personas, y aunque no seamos psiquiatras es posible llegar a detectar algunas de ellas.

Así podemos no conocer si alguien tiene una vida sexual promiscua o si ha tenido problemas en la niñez, pero hay otras acciones que pueden fácilmente llamarnos la atención, por ejemplo: el mentir no siempre es sencillo y a la larga las mentiras son descubiertas; incluso muchas veces el pasado oculto de una persona (que estuvo en prisión, supongamos) sale a la luz. En estos casos el psicópata invierte los papeles y te hace sentir culpable por tu acusación o tu descubrimiento.

Cuando una persona nos envuelve con su conversación (algunos son maestros de la retórica) podemos llegar a darnos cuenta de una característica típica de esta patología: que gran parte de lo que dicen no tiene contenido, es un hermoso discurso pero vacío, que sin embargo saben utilizar porque son inteligentes.

Cuando una persona trata de manipularnos, también debemos prestar atención. Quizá no es tan fácil darnos cuenta de esta actitud porque en general el psicópata sabe qué cosas decir para que uno se sienta bien y confíe en ellos, y qué decir para bajar nuestra autoestima y poder manejarnos. La seducción es la base que permite el acto psicopático y se produce mediante una transferencia bidireccional donde la propuesta del psicópata encuentra eco en las apetencias del otro, dado que una característica fundamental de esta personalidad patológica es la habilidad para captar las necesidades del otro.

Este mecanismo se articula cuando el psicópata convence al otro de que él le es infinitamente necesario para suplir necesidades irracionales que éste no puede detallar.

Por supuesto que no porque detectemos en una persona, alguna de estas características, vamos a deducir que es un psicópata (ya vimos que la puntuación en la lista propuesta por Hare debe ser de treinta sobre cuarenta), pero nos sirve para estar alertas y observar el conjunto habitual de su comportamiento.

El cerebro de los psicópatas es biológicamente diferente al de otras personas, según explica un estudio llevado a cabo por el Instituto de Psiquiatría del Kings College de Londres. Muestran menos actividad en áreas del cerebro relacionadas con la evaluación de las emociones vinculadas a las expresiones faciales, señala el estudio publicado en el *British Journal of Psychiatry*.

Entonces el origen de esta patología parece ser principalmente genético (a partir de los tres años ya aparecen ciertas manifestaciones), pero también se cree que el entorno tiene cierta influencia para el desarrollo de la enfermedad. Es muy difícil probarlo. Tal vez, hay personas predispuestas genéticamente a esta enfermedad pero que al haber crecido en un medio ambiente que los ha contenido nunca han llegado a profundizar su personalidad psicopática.

En la vida criminal de nuestro país –y por supuesto también en el resto del mundo- ha habido muchos casos de delincuentes con esta patología, por ejemplo: Robledo Puch, conocido como *el Ángel Rubio*, asesino convicto. Y un caso relativamente reciente que apareció en todos los medios por la atrocidad de sus delitos fue el de Armando Lucero "el chacal de Mendoza" quien abusó

durante veinte años de su hija, con la cual tuvo siete hijos mientras la misma permanecía encerrada en un sótano.

Se estima que una de cada cien personas son psicópatas entonces ¡es probable que alguna vez en la vida nos topemos con alguno! Si sospechamos que una persona tiene esta patología lo mejor es alejarnos ya que no tiene cura (ninguna terapia psicológica ni farmacológica ha demostrado ser eficiente) y son extremadamente peligrosas.

---

Eduardo Luraschi es Instructor Certificado SPAD ® desde Mayo 2008 y actualmente posee la categoría de Instructor Certificado SPAD ® Nivel 2 (Intermedio). Eduardo reside en la localidad de Vicente López, Provincia de Buenos Aires, Argentina. Es Instructor de Musculación, Entrenador de Alto Rendimiento, Instructor de Físico-culturismo, preparador físico de boxeadores, llegando a ser subcampeón Argentino de levantamiento de potencia (2003). En artes marciales, también es cinturón negro 1° Dan de Taekwon-Do (ITF).



## **CAPÍTULO 7**

### **PERRO GUARDIÁN, ¿MASCOTA-ARMA O ARMA-MASCOTA?**

**Por el Instructor Cert. Matías Siri**

En nuestra institución, cuando de armas de fuego se trata, hacemos mucho hincapié en que si una persona está pensando en comprar un arma, debería también pensar en realizar un curso de tiro y manejo básico de armas de fuego. En el caso de los perros, pensamos todo lo contrario, nuestro perro debe ser una mascota, y no un arma, de hecho debemos amar a nuestro perro, ya que es un ser viviente y no un arma.

Por ende, si amamos a los animales y somos conscientes de que será nuestra mascota y no un arma, entonces debemos aprovechar esta oportunidad y saber que nuestra mascota será capaz de detectar peligro mucho antes que nosotros, podrá escuchar sonidos extraños, y lo que no es poco, es un elemento muy persuasivo para los delincuentes, ya que un perro que ladra, es un perro que avisa. De hecho, un delincuente es persuadido no por la agresividad de un perro, sino por la capacidad de alerta que tienen estos animales.

Los perros tienen un oído muchísimo más sensible que el de las personas, tienen una capacidad de memoria y una percepción mucho más amplia, y por ende, nuestra mascota es

capaz de reconocer y diferenciar todos los ruidos que pertenecen o no a nuestro hogar, y por supuesto, mas que nadie sabrá cuando algo raro está sucediendo o estará por suceder.

Nuestro perro es nuestra mascota, son animales, actúan por instinto. Vinieron al mundo ladrando, y ladrando deberían partir, es por eso que recomiendo enormemente, dejar que nuestra mascota siga siendo un perro. Si quiere ladrar que ladre, si lo hace es por algo, no es para molestar; muchas veces lo hace sólo para comunicarse con sus pares, por alegría o por el simple hecho de seguir siendo un animal, por ende, y perdón por la insistencia, si está pensando en comprar un perro, hágalo, pero a conciencia, sabiendo que es una mascota, un animal doméstico. Y por sobretodo aprovechemos esta oportunidad. Nuestro perro nos cuidará como nadie, dará su vida por nosotros, y es por eso que debemos preservar la vida de él, eligiendo un hogar adecuado para él, alimentándolo, cuidándolo y amándolo como a cualquier miembro de nuestra “familia”. Un perro solo necesita agua, comida y calor humano.

### **¿Qué hacer cuando escuchamos ruidos extraños?**

Tal como se explicó, el perro conoce “de memoria” todos los ruidos y sonidos de nuestro hogar, por ende, los perros son capaces de anticipar visitas, tienen un poder de atención sumamente superior al nuestro y si nosotros escuchamos algo raro y nuestra mascota no se altera, deberíamos dar por hecho de que todo está en calma.

Por el contrario, deberíamos prestar atención cada vez que nuestra mascota está “alterada”. Nosotros como dueños y amigos

del perro debemos conocer sus estados de ánimo, su personalidad, y por ende, entender qué es lo que nos está transmitiendo nuestra mascota.

### **Mitos y realidades de un perro guardián**

Primero que nada, debemos saber que un perro guardián no es perro que ataca y/o muerde a todo lo que queramos, sino aquél que ladra cada vez que escucha/detecta a alguien trepando por los techos o acercándose demasiado a tu hogar, o aquél que ladra a sospechosos que se acerquen demasiado a nosotros, o a aquellos que tienen actitud sospechosa. O sea que, un buen perro guardián es aquél que ladra cuando detecta un peligro hacia nosotros.

### **¿Cómo elegir a un perro guardián?**

Sin hablar de raza ni color, hay perros más guardianes que otros, pero en realidad las más guardianes son las perras, ya que en su naturaleza lo primero es “cuidar el nido”. En cuanto al perro macho, por más que sea un “perro territorial”, al encontrarse otro macho en la casa (y hablamos de un hombre), el perro tratará de marcar territorio como macho alfa. Por ende, si lo que buscamos es un perro guardián, mi recomendación es un perro hembra, por su instinto natural.

### **¿Cuál es el truco para entrenar a un perro guardián?**

El único truco es dejar que nuestro perro sea perro, si quiere ladrar que ladre, es la única verdad, pero a veces, nuestra morada no permite un perro ladrando a toda hora y todo lugar, por lo que es aconsejable entrenar a nuestro perro de una forma adecuada. La mejor y más rápida, es acompañar al perro cada vez

que ladre, bien pegado, de su lado, y si tal como se explicó, el ladrido de nuestra mascota detectó un peligro, debemos premiarlo, con mimos, caricias, fiesta, golosinas para perro, pero sobretodo fiesta. Nuestra mascota está “constantemente esperando nuestra aprobación” y un buen festejo es lo que más incentivará a nuestra mascota. Cada vez que nuestro perro ladre y detecte peligro, debemos festejar con él como si fuese lo mejor del mundo.

Ahora, cuando el perro ladra por ladrar, dejamos de acompañarlo, y nada más. No hace falta castigo, el castigo ya lo estamos aplicando al no premiar.

### **Dogo Argentino/Rottweiler ¿Perro asesino?**

No, definitivamente no, un perro es como se lo enseña y educa. Si nuestro perrito salchicha, veterinariamente llamado Dachshun, es mal alimentado, no se lo cría con amor, y es entrenado sólo para morder, nuestro salchichita será un perro asesino, pero con dificultades, ya que al ser tan chiquito no tiene la fuerza ni los recursos para matar a una persona, pero será asesino de todo lo que tenga a su alcance. Es por eso que si nuestro Dogo Argentino y/o Rottweiler es bien alimentado y fue criado con amor, será el mejor perro que hayamos conocido. Recuerden, no hay perros peligrosos, sino dueños cavernarios.

### **Un delincuente en mi hogar, ¿qué hago con mi mascota?**

No olvidar que nuestra mascota es parte de nuestra familia, y por ende, debemos preservar su vida. Entonces, si ya estamos

en la peor situación, debemos “guardar al perro”. No olvidar, una vez el delincuente adentro, lo primero que debemos transmitirle al malviviente sería decir/dialogar: “Por favor, déjame guardar al perro”. Debemos ser consientes, y saber que a partir de este momento, nuestra familia corre peligro, y exponer a nuestro perro al delincuente es dejar que nuestra mascota corra peligro, y como miembro de nuestra familia debemos preservar su vida.

### **¿Qué es un perro de “seguridad”?**

Se le llama perro de seguridad o perro de ataque a aquellos que son entrenados y educados pura y exclusivamente para el ataque. Son perros empleados por las fuerzas armadas y de seguridad y servicios privados de protección de individuos. No es recomendable, bajo ningún punto de vista, adquirir uno de estos perros para el hábitat doméstico, ya que por lo general, estos perros identifican a todo ser humano como a un “enemigo”. Insisto, un perro es una mascota, no es un arma.

### **Resumen**

Nuestro perro es nuestra mascota, es parte de nuestra familia, debemos alimentarlo, cuidarlo y amarlo como a uno más. Escuché por ahí que el verdadero amor es de los perros, darán su vida por nosotros, sin dudarle un segundo y merecen el mayor de nuestro respeto. Y si estamos interesados en adquirir un arma, lo recomendable es comprar un arma de fuego junto con un curso de tiro y manejo básico.

Un perro además de ser una buena compañía, es un elemento muy persuasivo ante delincuentes, debe estar bien alimentado y recibir calor humano.

---

Matías Siri es Instructor Certificado SPAD ® Nivel 1 (Inicial) desde Julio 2008. Actualmente reside en la ciudad de Buenos Aires, Argentina. Matías combina su profesión tecnológica, con la enseñanza de la defensa personal y el dictado de clases de Sipalki-Do, siendo actualmente cinturón negro 1º Dan de este arte, y habiendo incursionado también en otros como Karate-Do, Chaiu Do Kwan y Muay Thai.

## **CAPÍTULO 8**

### **SEGURIDAD EN INTERSECCIONES Y SEMÁFOROS**

**Por el Instructor Cert. Paul Thomsen**

Diariamente somos vulnerables a sufrir uno de los tantos delitos cometidos en las esquinas e intersecciones viales de las principales ciudades en Sudamérica. Es por ello que dedicaremos este capítulo a analizar este tipo de “costumbre” o hábito delictivo. Principalmente podríamos dividir los incidentes en dos categorías:

- a. Arrebatos, secuestros y rapiñas
- b. Peleas callejeras, insultos y agresiones menores.

Iniciando nuestro análisis con la primera categoría, podríamos decir que es en las intersecciones, semáforos, cruces ferroviarios o cualquier otro tipo de escenario donde nosotros debemos reducir y hasta detener por completo la marcha de nuestro vehículo, en donde somos más proclives a ser parte de la creciente estadística de víctimas de delitos en la vía pública.

Para aprender a activar un mecanismo de autodefensa, es imperativo el entender a nuestros agresores, y por sobre todo, el comprender el “por qué” escogió dicho lugar para arremeter contra nuestros bienes o peor aún, contra nuestra persona.

Mientras conducimos nuestros vehículos o estamos como acompañantes de otros, debemos entender que existen situaciones de mayor o menor riesgo, siendo las más riesgosas los instantes en los que el vehículo circula a baja velocidad o está detenido.

Es aquí donde los delincuentes tienden a atacar, ya que cuentan con múltiples ventajas tácticas, tales como:

- Elección del lugar y momento*
- Imposibilidad de la víctima para escapar fácilmente*
- Facilidad de huir tras el ataque*
- Factor sorpresa entre otros.*

Para disuadir su intención de rapiña, debemos evitar ser vistos como presa fácil o redituable, logrando así que él o los delincuentes elijan a otra víctima potencial.

Simple acciones pueden favorecernos, tales como:

**Anticipar las luces y el tránsito:** consiste en disminuir la marcha en caso de acercarnos a una esquina con alto tránsito o con semáforo en rojo, de forma tal de que al llegar al cruce podamos retomar la marcha, evitando así el estar detenidos, y por ende, vulnerables a un ataque.

**Esconder pertenencias:** objetos de valor tales como celulares, billeteras, carteras, objetos electrónicos o de cualquier tipo que puedan captar la atención de los delincuentes.

**Leer señales de advertencia:** en ocasiones podemos ser “marcados” en un semáforo con un chicle o una señal de un semáforo al otro, indicando dónde se encuentran nuestros objetos de valor (algunas señales se efectúan mediante el uso de escobillas limpiavidrios al ser levantadas en el aire).



**Mantener los cristales y puertas cerradas:** de esta forma evitamos o disminuimos el contacto directo con quiénes quieran indagarnos sobre nuestros bienes o capacidad de respuesta ante un conflicto.

**Estar atentos:** aunque suene lógico, muchas veces podemos estar con la “guardia” baja por motivos tales como el trabajo, problemas domésticos, etc., y es por ello que debemos recordar que es ahí cuando el delincuente aprovecha nuestra distracción.

**Mantener distancia con el vehículo de enfrente:** la misma nos ofrece una brecha de seguridad que disuade a la mayoría de delincuentes, haciéndoles entender que estamos atentos y que tenemos un plan de acción.

**Elegir el lugar:** de ser posible, escoger un lugar para detenernos que tenga facilidad de escape, ya sea una subida de autos o un cordón bajo, que nos permita tomar una acción evasiva de ser necesario.

**Trabar la puerta con otro vehículo:** podemos optar por cubrir una de las caras del auto contra otro vehículo, al estacionar pegados al mismo. Esto nos otorga al menos la certeza que de ocurrir un ataque, el mismo se producirá del lado del acompañante, permitiéndonos concentrarnos sólo en un lado en lugar de estar atentos a todo el entorno.

**Conocer el entorno:** lógicamente debemos graduar y adaptar dichas atenciones y acciones al lugar en el que nos encontramos, evitando así malgastar tiempo en zonas de baja tasa delictiva permitiéndonos mayor concentración en áreas donde sí amerite estar concentrados.

Para cerrar la idea, y centrándonos sobre el punto “B”, podemos afirmar que tras un incidente menor (roces entre coches, discrepancias, errores conductivos, etc.) que pueda alterar a un tercero, es en las esquinas donde se concentran los ataques de este tipo.

Esto se debe a que los vehículos deben detener la marcha, y en donde un violento puede aprovechar para bloquear con su vehículo la posibilidad de escape de la víctima.

En caso de ser blanco de insultos, sobre todo cuando el atacante se encuentra detenido a nuestro lado, debemos evitar la confrontación directa, otorgándole la razón (aunque en el fondo no lo sintamos real) por medio de gestos u disculpas, logrando así que el individuo sienta que “nos venció”, y que su postura fue la que salió vencedora.

---

Paul Thomsen es Instructor Certificado SPAD ® Nivel 1 (Inicial) desde Septiembre 2006. Actualmente reside en la ciudad de Montevideo, Uruguay. Paul es director de una empresa que comercializa equipos de seguridad y defensa, posee experiencia en diversas artes marciales y es instructor de manejo defensivo y física conductiva.

## **CAPÍTULO 9**

### **ESTRATEGIAS VERBALES AL EDUCAR AL NIÑO SOBRE SU PROPIA SEGURIDAD**

**Por la Instructora Cert. María Gisella Gámez**

Los mitos, los supuestos y los modelos mentales erróneos están en la raíz misma de los errores u omisiones, en los bloqueos y la negación, en tanto impedimentos para la efectiva protección y, en definitiva, para el bienestar personal y las relaciones entre las personas. Y éstos se transmiten culturalmente; a veces no se trata de creencias o distorsiones cognitivas individuales sino que tienen un trasfondo cultural y familiar que se nos transmite desde pequeños.

De manera sintética, los niños aprenden de dos maneras fundamentales: la primera es por imitación, es decir “con el ejemplo”, y la segunda es por la palabra.

De estas dos maneras de aprender, a tener muy en cuenta a la hora de revisar los conceptos y estrategias vitales para nuestra protección, nos referiremos brevemente a las fórmulas verbales automáticas, por ejemplo: “*mi mamá siempre me decía... y por eso yo le enseño a mi hijo...*”, como disparador para encontrar, entrenar e incorporar estrategias verbales para la propia seguridad.

El aprendizaje del adulto en este sentido, comienza a partir de una revisión de lo que creemos saber en relación a la violencia y a nuestras capacidades y limitaciones para protegernos. En el caso de los niños, quienes aprenden SPAD ® con sus padres, se debe revisar y reencaminar la comunicación de los padres y los chicos, porque “encriptados” en las frases muchas veces mecánicas que repiten los padres a sus hijos, están ocultos sus miedos y debilidades, sus creencias, sus mitos heredados y sus modelos mentales.

Los chicos son muy dúctiles para aprender pero debemos tener presente que ellos comprenden literalmente lo que los adultos les comunicamos. Ellos aprenden de modo directo, y detectan instantáneamente las contradicciones entre lo que decimos y lo que hacemos. Como ejemplo de las creencias y hábitos que los padres solemos inculcar a nuestros hijos "por su bien", mencionaré dos a modo de ejemplo:

- 1- “*No hables con desconocidos.*”
- 2- “*Abrígate que hace frío / no dejes comida en el plato.*”

**¿Cuál es el mensaje *inconveniente* que se esconde en estos buenos consejos que todos hemos dado o recibido alguna vez?**

1- Cuando digo “*No hables con desconocidos*”, estoy transmitiendo una generalización que no se ajusta a la realidad, porque cuando lleguen *a casa los tíos de Rosario*, que él jamás vio en su vida, y son perfectos desconocidos, el niño se verá instado no sólo a hablarles sino también a darles besos, y efectuar

aún otros rituales de cortesía. Por otro lado, la prohibición de hablar con otras personas llamadas “desconocidos” está sellada por nuestro miedo que se contagia inevitablemente, y le induce a creer que todos los desconocidos deben ser, por lo menos, malas personas.

Para aclarar este punto, podemos explicar que si se extravían en la calle, deberán acudir justamente a algún desconocido para conseguir ayuda, en cuyo caso recomendaremos que elijan ellos mismos alguien que les inspire confianza, y NO acepten ayuda de cualquiera que se las ofrezca.

Si preguntamos a un niño si él mismo es un desconocido, dirá que no. Si proseguimos haciéndole reflexionar y le preguntamos ¿hay personas que no te conocen?, dirá que sí, entonces comprenderá que todos somos desconocidos para otras personas y que lo que debe hacer para estar y actuar seguro, es mantenerse alejado y no acercarse a las personas desconocidas, no separarse del adulto que lo cuida, preguntarle o pedirle permiso, etc. según la situación, cuando se trata de personas desconocidas.

Ni siquiera es necesario entrar en detalle de por qué puede ser peligroso y mucho menos asustarlo explicándole qué le puede pasar. En efecto, cuando le enseñamos a mirar antes de cruzar la calle, ¿es acaso necesario explicarle o hacerle ver qué le pasa al cuerpo cuando recibe el impacto de un automóvil?

2. En el caso de “*Abrígate*” o “*termina tu comida*” el mensaje oculto es que él mismo no puede confiar en lo que siente su cuerpo, no puede estar seguro sobre si hace frío o no, si tiene hambre o está satisfecho, y debe remitirse al adulto para que él se lo diga. Esta clase de órdenes son contrarias a la formación de los

niños dado que como sostiene F. Kofman, *“invalidan la emoción del niño y además lo hacen dudar de su percepción interna. Esa duda es la base de toda pérdida de poder personal, porque implica el riesgo de subordinar el criterio propio a las personas externas”*<sup>1</sup>

Debemos educarlos en la asertividad: el niño sabe, siente y/o intuye si algo no le gusta, lo asusta, lo lastima o lo hace sentir incómodo y debemos alentarlos a que lo exprese asertivamente, y obviamente, respetar su cuerpo, sensaciones y sentimientos.

Como afirma I. van der Zande *“Podemos preparar a los niños a protegerse a sí mismos del abuso sexual enseñándoles a poner límites a comportamientos no deseados, incluyendo contacto físico y emocional. Los niños necesitan nuestro apoyo para poner límites a otras personas, especialmente las personas que ellos aman y admiran, comenzando por sus propios padres, además de familiares, maestros, amigos y otros niños.”*<sup>2</sup> Es una buena práctica preguntar a los niños pequeños u ofrecerles ayuda, en vez de ordenar: ¿Tienes frío? ¿Quieres un buzo? ¿Ya estás satisfecho?

La prevención y la protección frente a la violencia, consiste en aprender qué hacer y qué decir en determinadas situaciones de peligro. Como adultos podemos ayudar a los niños preguntándoles: *“¿que harías si... que dirías si...?”* Podemos acompañarlos a encontrar respuestas que constituyan verdaderas estrategias verbales eficaces para la protección y la seguridad, e indagar las fórmulas automáticas que dan lugar a las

---

<sup>1</sup> “Metamanagement Tomo 3 Reconocimiento de las emociones “Fredy Kofman 2003

<sup>2</sup> “La guía de Kidpower™ para padres y maestros. Cómo enseñar habilidades de autoprotección y confianza a niños y jóvenes”. Irene van der Zande 2008

correspondientes respuestas automáticas tales como *"porque mi mamá no me deja"* o *"porque no puedo"*.

Al igual que en la defensa física, las estrategias verbales más efectivas son aquellas que dan en el blanco con claridad y contundencia. Con este fin, se recomendará y se entrenará el usar una voz firme y con buen volumen, frases cortas, claras y concisas.

---

María Gisella Gámez es Instructora Certificada SPAD ® Nivel 1 (Inicial) desde Mayo 2010, siendo asimismo la Coordinadora del Programa SPAD ® Kids para niños hasta 12 años. Actualmente reside en la ciudad de Córdoba, Provincia de Córdoba, Argentina. Gisella ha incursionado en varios métodos, artes marciales y deportes de combate como el Sistema ASST (*Adrenal Stress Scenario Training*) con Meredith Gold y Mike Belzer, Jiu Jitsu, Judo, MMA, Full Contact, Manejo de Armas de Fuego, Balística, y en su vida profesional se desempeña como traductora pública de inglés e italiano.





## CAPÍTULO 10

### NUESTROS GESTOS FRENTE AL AGRESOR

Por el Instructor Cert. Pablo Gobbi

Movimientos bruscos, devolución de empujones, gestos y ademanes desafiantes, resistencia a soltar nuestras pertenencias y una apariencia riesgosa para el agresor son algunas de las acciones que pueden costarme, como mínimo una golpiza, y habitualmente, la vida.

Ya hemos hablado en otras notas sobre evitar la C.E.N.A.: comodidad, ego , negación y la propensión a arriesgarse, con lo cual solo la nombraré sin entrar en la explicación sobre este concepto clave del SPAD ®, así que invito a quienes deseen profundizar en eso, que tomen algún seminario o curso regular, como así también adquirieran material del SPAD ®, ya sean publicaciones o videos, como así también se suscriban en nuestra Página Web para recibir los *newsletters* con las actualizaciones y seminarios permanentes.

Les contaré una anécdota que nos permitirá comprender la importancia del lenguaje de los gestos. En ocasión de un viaje de placer al extranjero con mis 2 hijas de 18 y 14 años, estábamos de madrugada en unos de los salones del Hotel tomando algo, cuando nos encontramos en medio de una batalla campal entre un grupo de jóvenes Rusos, contra otro grupo igual pero menos numeroso de jóvenes Alemanes.

Luego de lastimarse salvajemente y dejar los salones totalmente salpicados en sangre por los golpes con copas y botellas, y en un estado totalmente alcoholizados (y mis hijas y yo sin poder escapar del lugar ya que por un error de prevención quedamos lejos de la puerta de escape), me decidí por comenzar a interactuar con estos jóvenes Rusos que luego de la brutal paliza propinada a los alemanes, se disponían a seguir con el resto de los turistas que se encontraban en lugar.

De más está decir que mi Ruso no es muy bueno, con lo que sólo podía hacerme entender por gestos y sonidos. El secreto para que me perdonaran la golpiza fue convencerlos mediante gestos que yo no quería problemas, que no representaba una amenaza para ellos, que no era rival para su entretenimiento y que sólo deseaba concluir el trago con mis hijas para irme a descansar y disfrutar luego de la playa y del lugar.

Si bien siempre lo supe, ese día tuve una prueba real de la importancia de los gestos en la interacción. Por eso recomiendo siempre entrenar estos gestos con el compañero de entrenamiento, por ejemplo: en vez de llevarnos la mano a la cintura bruscamente, lo que podría parecer que sacaremos un arma, avisar al agresor que queremos darle algo que está en nuestro bolsillo y que podría tomarlo él o avisarle que lo sacaremos nosotros y de dónde lo haremos, para que este no se asuste y nos lastime. Este ejemplo es uno de los tantos que podemos entrenar y hay tantas posibilidades de simulacro como ideas se nos ocurran.

Existen ciertas recomendaciones sobre el lenguaje corporal que pueden ser de gran utilidad en el proceso de interacción con otras personas, ya sea en una situación de violencia, como en nuestra forma de relacionarnos en el cotidiano:

a- En el primer contacto es conveniente tener una actitud corporal de apertura. Dado que esta es la primera señal, es importante estar consciente de cómo se encuentra el cuerpo. Una forma de apertura inmediata es apuntar el pecho hacia el de la persona a quien se está conociendo o se tiene interés en abordar (llamada actitud de *corazón a corazón*).

En segundo lugar viene el contacto visual. Es importante ser el primero en ofrecerlo con una mirada directa a los ojos (contacto real), el primero en sonreír. Así se gana la atención de la persona.

El saludo verbal es el siguiente paso; debe ser según la formalidad en que se encuentre (*hola, buenas tardes*) y también dependerá de los modismos locales.

Para finalizar el primer acercamiento es necesario presentarse; a continuación viene la sincronización con el lenguaje corporal del interlocutor, que es el último paso para propiciar una conexión inmediata.

b. Evite parpadear constantemente, puesto que denota vacilación e inseguridad.

c. En todo momento trate de que su mirada sea directa y establezca contacto visual con sus interlocutores; eso revela sinceridad y decisión.

d. No se muerda los labios ni se los humedezca con la lengua pues son señales de timidez, inseguridad, titubeo e indecisión.

e. Mantenga la boca siempre cerrada y ambos labios unidos mientras escucha a su interlocutor. Esto muestra calma y seguridad en sí mismo. La boca abierta y la mandíbula caída sugieren nerviosismo, prisa, asombro y sorpresa.

f. Mantenga siempre una posición apropiada y evite los movimientos constantes y abruptos; éstos denotan intranquilidad, nerviosismo, temor y falta de control.

g. Manténgase atento pero impenetrable mientras otros le hablan. Evite hacer movimientos con su cuerpo ante una frase que le provoque sorpresa o con la que no esté de acuerdo. Haga saber su límite en el momento oportuno, no antes.

h. Controle el movimiento de sus manos y manténgalas visibles.

### **Diversos gestos y su posible interpretación en nuestro día a día:**

#### *Mujeres*

Jugar con el pelo (Coqueteo)

Jugar con un collar o cadena (Coqueteo)

Jugar con el arete o tocarse el lóbulo (Coqueteo)

Balancear la cadera y tórax (Coqueteo)

Poner la mano en la cadera (Coqueteo)

Cruzar las piernas (Defensa)

Colocar el tobillo en la rodilla contraria (Independencia)

*Hombres*

Acomodarse la corbata (Coqueteo)

Subirse los calcetines (Coqueteo)

Tocarse el lóbulo (Coqueteo)

Acomodarse el cinturón (Desplante de virilidad)

*Ambos*

Jugar con el botón (camisa o blusa) (Coqueteo)

Sostener la mirada (Interés o curiosidad insistente)

Mostrar las palmas de manos (Solicitud de confianza)

Taparse la boca al hablar (Inseguridad en lo que se está diciendo o se está mintiendo)

Manos en la cintura (Reto o desafío)

Ojos hacia arriba y a la derecha (Imaginación)

Ojos hacia abajo y a la izquierda (Hurgar recuerdos)

Evasión de la mirada al hablar (No querer mostrar sentimientos o estar mintiendo)

Apretón fuerte de manos (Querer mostrar dominio)

Apretón débil de manos (Inseguridad o miedo)

Rigidez en el cuerpo (Rigidez en la personalidad o dificultad para mostrar emociones)

Hombros echados hacia adelante (Peso emocional)

Ladear la cabeza al escuchar (Atención)

Brazos en barrera (Calma o reserva)

Delante del cuerpo (Calma o reserva)

En la espalda (Miedo o inseguridad)

Balanceo frente a un grupo (Ansiedad o inseguridad)

Cejas alzadas (Arrogancia o incredulidad)

Gestos amplios con los brazos (Seguridad en sí mismo o generosidad)

Desplazamiento de la cabeza hacia adelante (Agresión)

Es todo por ahora. Un gran saludo y espero que puedan entrenar todos estos gestos y muchos más, y que les sirvan en todos los ámbitos de su vida. Hasta la próxima.

---

Pablo Gobbi es Instructor Certificado SPAD ® desde Diciembre 2008 y actualmente posee la categoría de Instructor Certificado SPAD ® Nivel 2 (Intermedio), siendo asimismo el Coordinador del Programa SPAD ® Teens para adolescentes de 13 a 17 años. Actualmente reside en la localidad de Vicente López, Provincia de Buenos Aires, Argentina. Pablo es empresario, fue triatleta de alto rendimiento (*Finisher Ironman*) e incursionó en Luta Livre, Vale Tudo, Muay Thai, Krav Maga, Yudo y Kung Fu Shaolin Norteño.

# CAPÍTULO 11

## REALIDADES DEL COMBATE ARMADO URBANO

Por el Instructor Cert. José León

Este artículo está orientado a brindar a todos nuestros lectores, una perspectiva real sobre las realidades del combate armado urbano, y a partir de este punto, brindar algunas sugerencias que les permitan evaluar correctamente el nivel de eficacia de su entrenamiento defensivo con armas de fuego.

Para lograr comprender adecuadamente este tema, debemos estudiar a fondo cuáles características y condiciones se presentan comúnmente durante el desarrollo de un combate con armas de fuego. Estas realidades son:

1.- Estas situaciones presentan un **Alto Nivel de Estrés y Tensión**, el cuál viene dado principalmente por la percepción cierta de poder salir de dicha situación seriamente lesionado o muerto.

2.- **Se realizan disparos de ambas partes, de forma muy rápida y que son generalmente ejecutados con una mano y sin la toma de miras.** De forma general podemos mencionar que esto se debe a una reacción orientada a originar una respuesta defensiva desesperada contra las amenazas, ya que en resumen el

cerebro percibe como complejo y tardó tomar el arma con dos manos para emitir una respuesta al evento.

Desde otro punto de vista podemos estar acompañados (hijos pequeños) o tener una mano inhabilitada (lesionada) lo que por defecto produciría tener que defendernos con una mano.

Además de esto, debemos recordar que la mente humana no puede tomar igual atención al 100% sobre dos eventos al mismo tiempo, entonces ante la aparición de la amenaza, lo más probable es que no le quitemos los ojos de encima hasta que estemos resguardados o cubiertos, o el delincuente deje de resultarnos amenazante.

El cerebro ante situaciones defensivas extremas o desesperadas, puede tomar la acción de buscar las miras como innecesarias, es decir, aunque practiques disparando usando las miras lo más común es que ni las veas durante un enfrentamiento.

Sobre todo esto, se considera como un movimiento motor fino el tomar las miras y estos movimientos son los primeros que se pierden cuando estamos estresados.

3.- En los enfrentamientos urbanos desarrollados con armas de fuego, las **Distancias** entre los delincuentes y las personas honestas o policías **No son Mayores a Cinco Metros**.

Esto aumenta el estrés en la situación ya que mientras más cerca se encuentre la amenaza de nosotros, más desmesurada la encontraremos, y a su vez tendremos menos tiempo para reaccionar y armar un plan lógico que aumente nuestras probabilidades de sobrevivir.



4.- Los delincuentes generalmente saben apreciar cuando una persona está más descuidada o desprevenida. Por esta razón este enfrentamiento se desarrolla en **Condiciones No Aptas** (final de la jornada laboral cuando más cansado se está o al inicio de la mañana cuando aún podemos estar algo somnolientos). Además de esto, la víctima pudiera encontrarse en **Posiciones Inusuales** (accediendo al vehículo o bajando de él, tomando un café, hablando por teléfono, etc.), condición que sumada a la anterior complica en gran medida la situación.

5.- **Poco espacio para moverse o espacios confinados.** Imaginemos que estando a pie, un delincuente se aparece y nos pide nuestro teléfono celular, billetera y el reloj. Quizás ante esta situación una buena acción defensiva pudiera ser salir corriendo; ahora tomemos en cuenta que estamos sentados en nuestro vehículo en medio de un congestionamiento y un delincuente se presenta, nos toca la ventanilla y nos asalta. No tenemos que ser adivinos para definir donde tenemos mayor probabilidad de huir o defendernos. A pesar que podemos tener el entorno a nuestro vehículo controlado por los espejos retrovisores, sólo basta un pequeño descuido para que un delincuente se nos cuele y nos sorprenda. La cuestión es: para donde salgo corriendo o mejor dicho como hago para salir corriendo.

6.- **Situaciones inesperadas.** Nadie espera ser asaltado durante un festejo, en el cine o en un restaurante, mas sin embargo durante la realización de estas actividades muchas personas han sido victimizadas. Ciertamente esto ocurre generalmente por fallas en la prevención, pero... ¡cuán difícil

debe ser asimilar que se está inmerso en una situación de violencia cuando estamos sentados con nuestra pareja durante una cena romántica o comentando la película a la salida del cine!

7.- Cada vez es menos frecuente encontrar delincuentes que accionen solos, sobre todo en los países suramericanos. En situaciones violentas de robo de artículos personales o vehículos, encontramos generalmente actuando de tres a cuatro delincuentes dispuestos a nuestro alrededor. ¡Ahora! ¿Cómo se ubican los delincuentes para cercarnos? Bien... habitualmente uno nos aborda, otro puede cubrir nuestra espalda y un tercero cuida los alrededores para alertar con tiempo si algo sucede que los ponga en peligro (presencia policial o ayuda a la víctima). Esto mismo pasa ante asaltos a residencias... un par de delincuentes entran y otro queda en las afueras haciendo de vigilancia. Finalmente podemos concluir que la probabilidad de tener que combatir contra **Múltiples Enemigos** es alta.

8.- Es común encontrar **Escenarios de Combate poblados por Personas Inocentes**, ajenas o no al hecho. El delincuente no siente remordimientos al herir o matar personas inocentes, por lo que al sentirse amenazado puede hacer uso indiscriminado de su arma para lograr someter a una víctima o lograr escapar. Para la persona honesta este escenario pinta diferente. Ambos protagonistas de un incidente armado pueden realizar disparos indiscriminados producto del estrés del momento y como acción defensiva. La diferencia está en que para la persona honesta resultaría fatal lesionar a personas inocentes ya que esto le podría acarrear consecuencias psicológicas y legales terribles a las cuales

no esta acostumbrado, y que para el delincuente son pan de cada día.

Luego de describir y analizar estas realidades del combate cercano urbano, es lógico pensar que nuestro sistema de entrenamiento debe contener técnicas Reales, Eficientes y Consistentes de tiro defensivo que logren nuestra supervivencia durante un combate armado, tomando en cuenta cada uno de estos puntos característicos.

Imagínese usted sólo por un momento dentro de una situación como esta, bien sea en la calle o en su hogar y determine si lo que conoce como defensa con armas de fuego pudiera dejarlo vivo, claro esta; tomando en cuenta que usted haya determinado que la solución al problema esté en la utilización del arma de fuego como herramienta defensiva.

**Entonces, ¿qué características generales debe tener mi método defensivo con armas de fuego?**

Bien... debe contener procesos sencillos de seguir por la mente humana, sus técnicas deben ser sencillas y poco elaboradas, debe estar desarrollado a base de realidades (situaciones que estadísticamente puedan suceder), y por último las técnicas que brinde, deben estar elaboradas a partir de las conductas humanas primitivas ante situaciones de estrés.

Cuando usted se encuentre en el polígono de tiro realizando una practica defensiva o tomando un curso, recuerde por su propio bien estas líneas y determine si lo que esta practicando o aprendiendo puede satisfacer sus necesidades de seguridad y la de

sus seres queridos durante un evento real de enfrentamiento armado.

Espero estas líneas sean de su provecho

---

José León es Instructor Certificado SPAD ® desde Abril 2009 y actualmente posee la categoría de Instructor Certificado SPAD ® Nivel 2 (Intermedio), siendo asimismo el Coordinador del Programa SPAD ® Armas de Fuego. Actualmente reside en la ciudad de Maracay, Venezuela. José posee más de diez años de experiencia comprobada en materia de seguridad, protección e instrucción de tiro deportivo, defensivo, policial y militar. Fue Campeón Nacional Absoluto en Tiro Deportivo de la División Producción 2008 (IPSC, Venezuela), y en su vida profesional se desempeña como Asesor de Seguridad, Instructor de Tiro defensivo, deportivo y protección de personalidades.

## **CAPÍTULO 12**

### **EL ASPECTO PSICOLÓGICO DE UN ENFRENTAMIENTO ARMADO REAL**

**Por el Instructor Cert. Fabián Balanda**

En el capítulo 10 de la “*Actualización de Defensa Personal 2008*”, habíamos quedado de acuerdo que si había algo en común al momento de ejercer la violencia por parte de los delincuentes, era la forma de hacerlo.

En su momento habíamos separado las situaciones en tres grupos como para hacer un análisis con más detalle:

- a) Sin armas (a mano desnuda).
- b) Con armas blancas (punzo cortantes o de golpe).
- c) Con armas de fuego (revólveres, pistolas, etc.).

En dicho capítulo, tocamos un poco lo que se refiere a la violencia ejercida “sin armas”. Hoy vamos a incurrir en lo que respecta a la violencia ejercida “con armas de fuego”.

Así como en lo que se refiere a la defensa sin armas o mano desnuda hay muchísimo para ver y lo que se escribió sirve como introducción, lo que se refiere a defensa con armas de fuego no es la excepción. Para empezar a hablar de este tema podemos mencionar las armas propiamente dichas, sus municiones, si

estamos preparados para manejarlas y en el peor de los casos llegar a usarlas sabiendo que esto puede provocar la muerte de una persona (la del atacante en el caso de defendernos de un delincuente), y teniendo en cuenta todo lo que este hecho puede causar (juicios, síndrome post traumático, cargo de conciencia, arrepentimiento, posibles venganzas o revanchas, etc.), sobre la seguridad para manejar un arma de fuego, sobre la presión psicológica de estar en un enfrentamiento armado real y muchos otros factores.

En este capítulo, me introduciré en principio, en lo que se refiere al aspecto psicológico de un enfrentamiento armado real.

La mayoría de las personas que hoy tienen un arma en la casa alegando que lo hacen por seguridad (que ese sería otro punto para tratar), están muy poco capacitadas o directamente no lo están para manejar un arma de fuego. Muchas personas se sienten más seguras por el sólo hecho de tener un arma de fuego en la casa (en la mayoría de los casos escondida arriba del ropero); los menos o un grupo minoritario alguna vez tiró o tira con frecuencia, y dentro de este mismo grupo otro aún menor, hizo algún curso de tiro en algún polígono.

Y acá arranca la cuestión; en la mayoría de los clubes de tiro lo que más se ve, y no digo lo único, es tiro deportivo, por lo que cuando una persona asiste a una instrucción, el instructor con la mejor intención, enseña a su alumno a manejar un arma siguiendo un protocolo de seguridad que por lo general cumplen la mayoría de los clubes de tiro, que va en detrimento de la incorporación de la presión psicológica que tiene la práctica de tiro defensivo y que la hace más realista.

En el capítulo 3 de la “*Actualización en Defensa Personal 2007*” el Instructor Certificado Eduardo Luraschi hablaba de las diferencias entre la Defensa Personal y las Artes Marciales. En tiro sucede más o menos lo mismo.

Sin intención de incurrir en la metodología de enseñanza de un profesional de esta rama y hablando en líneas muy generales, podemos decir que cuando una persona concurre a un instructor a que le enseñe a manejar un arma, alguna de las cosas que se ven son:

- A disparar después de escuchar un sonido predeterminado por los instructores (Ej.: un silbato).
- Se utilizan audífonos para reducir el sonido de los disparos.
- Se dispara desde una línea establecida y la cantidad de municiones que indica el instructor.
- Se dispara a una hora determinada, por lo general con la luz del día o en un lugar suficientemente iluminado.
- Se dispara a objetos inmóviles a una distancia adecuada y que desde luego, no devuelven los disparos.

Este entrenamiento puede ser aceptable en cuánto a la formación física y técnica del alumno, pero en la realidad de un enfrentamiento con un delincuente armado, con claras intenciones de agredirnos, tenemos que tener en cuenta muchos otros factores. Uno de ellos es el psicológico donde hay también mucha tela para cortar.

Quiero explicar en este capítulo algo que aún no hemos explicado en profundidad y que nos va a servir para no ser una víctima perfecta.

Todos respondemos a los estímulos dependiendo del estado en el cual nos encontremos en ese momento, por eso para ser capaces de responder a un ataque repentino o que genere mucha adrenalina, tenemos que estar en alerta ante todo lo que ocurra a nuestro alrededor. No digo con esto, vivir paranoico o buscar problemas donde no los hay, ni tampoco el extremo de vivir desenchufados o de espaldas al mundo que nos rodea, convirtiéndonos así en una víctima perfecta. Para esto Jeff Cooper creó un código de colores basado en la condición psicológica en la que se encuentra una persona en los distintos momentos de su vida:

**Código Blanco:** Es el estado mental en el que las personas están la mayoría del tiempo. En este estado no se busca ni se espera ningún problema; nos sentimos seguros y confiados, como en casa. Es el estado idóneo para convertirnos en una víctima perfecta.

**Código Amarillo:** Es el estado en el que deberíamos estar cuando salimos a la calle o en un medio que no sea el íntimo. Es cuando estamos conciente de las cosas que ocurren alrededor, de mantener una distancia prudencial entre nosotros y un extraño.

Una buena práctica es la de plantearnos mentalmente, mientras andamos entre la gente, preguntas tales como: ¿Qué tipo de personas pueden ser? ¿Qué situación inesperada se puede plantear? En este estado es en el cual hay que hacerle caso a



nuestra intuición y mantenernos atentos a cualquier peligro eventual.

**Código Naranja:** Es el estado cuando decimos que algo anda mal. Cuando objetivamos el peligro. Es el estado de alarma. Aquí decidimos entre irnos o prepararnos para actuar.

**Código Rojo:** En este estado el ataque ya es inminente. Cuando la amenaza es aparente y tenemos que actuar.

Aquí, cualquier ataque que sepamos o hayamos entrenado mucho, lo tenemos que aplicar con la mayor agresividad posible. Podemos controlar nuestras emociones pero nunca suprimirlas.

Con esto queda claro en qué código deberíamos estar para no lucir como una víctima perfecta y de cómo cada uno de estos estados puede hacer la diferencia en el momento de encontrarnos en un conflicto inesperado, tanto como con un arma de fuego como en cualquier otro momento de nuestras vidas.

Teniendo un poco más claro esto, podemos retomar el tema diciendo que las personas que tienen un arma en la casa para defenderse y aún no han disparado, lo primordial sería poder hacerlo para desmitificar prejuicios o quitarse el miedo a las armas, el cual puede jugarles en contra al momento de tener que defenderse.

A pesar de que el miedo es una emoción frecuente en nuestras vidas, muy pocos se entrenan rodeándose de circunstancias que evoquen esta emoción. De ahí es que el entrenamiento debe considerar este asunto seriamente y trabajar el control tanto del susto como del miedo, dos factores que en un

hecho real de violencia aparecen, y que si no los manejamos pueden acabar con nuestras vidas.

---

Fabián Balanda es Instructor Nivel 1 (Inicial) del SPAD ® desde Septiembre de 2006. Actualmente reside en la ciudad de Jardín América, Provincia de Misiones, Argentina. Posee la categoría de cinturón negro 1° Dan de Taekwon-Do (WTF), y ha incursionado en Kick Boxing, Full Contact, y participado en diversas clínicas de defensa personal, reducción y traslado de personas, y manejo de armas de fuego.

## **CAPÍTULO 13**

### **DEL COMBATE CUERPO A CUERPO AL SPAD ®**

**Por el Instructor Cert. Damián Rosatti**

Cuando nos ponemos a investigar un poco sobre distintos sistemas de combates cuerpo a cuerpo, podemos ver que las denominaciones de las distintas aplicaciones, conceptos y técnicas cambian, pero en su aplicación concreta, el movimiento es el mismo. Lo bueno de esto es que si muchos sistemas utilizan los mismos principios, evidentemente es porque funcionan, sin entrar en debates de cuál estuvo primero, si la gallina o el huevo, ni de criticar los distintos sistemas que existen alrededor del mundo, que doy por seguro que deben ser muy buenos.

No obstante encuadrar a un entrenamiento sólo en su contenido técnico es un error grave y muy recurrente en muchas instituciones. Si bien el entrenamiento en artes marciales tradicionales es y será la base en el que la mayoría de los sistemas se ha nutrido técnicamente, y su práctica es ampliamente recomendada, se deberá ser conciente que los objetivos de dichas disciplinas no se verán concordante con su aplicación operativa, o a situaciones de violencia reales en la que podemos vernos involucrados. No por lo menos en estos tiempos.

Para comenzar, tenemos que ver qué es lo que se entiende como “combate cuerpo a cuerpo”, de acuerdo a varias publicaciones militares o doctrinas de distintas Fuerzas Armadas,

las que definen al combate cuerpo a cuerpo como: **“Un compromiso entre dos o mas personas en una lucha con las manos vacías o armas de mano, tales como cuchillos palos, armas y proyectiles que no pueden ser disparados”**. Más allá de las distintas denominaciones, en su gran mayoría con terminología en otros idiomas, esto engloba lo que se entiende como combate cuerpo a cuerpo.

Y partiendo de esta definición, la mayoría de las instituciones comienzan su entrenamiento mediante la incorporación de bagajes técnicos muy buenos por cierto, pero muy limitados cuando uno abre los aspectos de la situación en la que se puede ver involucrado realmente.

Por eso es muy importante y sumamente beneficioso adoptar la situación teniendo en cuenta dicha situación en forma integral, y tener en cuenta ciertos aspectos que a continuación se detallan:

**¿Dónde estoy?** En el campo dicho terreno es monte, montaña, es frío o muy cálido etc. En una zona urbana, en un edificio, fabrica, calle etc.

**¿Cómo estoy?** Descansado o vengo operando ya hace varios días, limitado físicamente o mi equipo no es el óptimo etc. También es sumamente importante como estaré emocionalmente y psicológicamente.

**¿Actividad?** Ataco, me defiendo, escapo, conquisto etc. Estas actividades muchas veces son impuestas y otras generadas por un error de procedimiento. Si bien estos errores de

procedimientos no tienen nada que ver con el Sistema ni es objetivo de la Organización SPAD ® involucrarse en temas doctrinarios de distintas organizaciones, hay que ser conciente que estos errores de procedimiento condicionarán al grupo o a las personas que se vean involucradas. Por eso es importante entrenar sobre errores que pueden suceder.

**¿Como quedo (post- situación)?** Estoy herido o no, mi equipo puede continuar con las operaciones o no, tengo heridos o bajas en mi grupo y de ser así, qué es lo que debería hacer, o bien en qué condiciones me encuentro de hacer algo etc.

Como se podrá observar en una rápida y muy limitada reflexión, es claro que el tema va mucho más lejos que sólo saber pelear.

Y es acá donde la Organización SPAD ® puede aportar cosas muy valiosas en el entrenamiento y adiestramiento de distintas fuerzas. No aportando soluciones doctrinarias ni cuestionando lo correcto o no de un procedimiento, sino dándole una visión más integral de las situaciones y su lógica solución.

Teniendo en cuenta que cuando una situación por distintas causas “se nos va de las manos”, las soluciones son prácticamente universales y se refieren a “sobrevivir” a como dé lugar. Después habrá tiempo para ver aspectos legales, revisión doctrinaria, explotación de la operación, o ver en qué se ha fallado para encontrarse envuelto en una situación tan extrema.

Dichos análisis no son cosas menores y podrán salvar vidas futuras dentro de las mismas organizaciones, y forma parte de la retroalimentación que nos debería aportar la post-situación para

mejorar nuestras acciones preventivas que nos permita no volver a vernos involucrados en una situación fuera de control.

Partiendo de esta lógica se contemplan el óptimo uso de los recursos ya sean técnicos, conceptuales y de herramientas circunstanciales con las que uno pueda contar, no obstante a nadie escapa que más allá del factor “S” (suerte), la capacitación y el entrenamiento serán dos factores que nos darán una gran ventaja ante cualquier situación, si esta capacitación y entrenamiento está hecho a conciencia y tomando a la realidad como base en toda actividad de instrucción profesional.

Por ende, los programas Operativos que posee la Organización SPAD ® contempla este tipo de situaciones y a su vez, constantemente van evolucionando alimentados por las experiencias de los instructores y de cursantes que a lo largo de este tiempo no han presentado distintas realidades, que son las bases para los desarrollos de los distintos programas.

Y de esta manera puede el Sistema Progresivo de Auto-Defensa, no sólo ser un pilar sino también una muy buena fuente de recurso educativo y conceptual para cualquier Fuerza, Institución, Empresa o Sistema que en su génesis sólo contemplaron la confrontación física como único desarrollo y fin último en su formación.

### Bibliografía:

FM3-25-150 (FM 21- 150) COMBATIVES del Ejército de los EEUU.

Apuntes de Manual de Combate cuerpo a cuerpo y defensa personal (en construcción).

---

Damián Rosatti es Instructor Certificado SPAD ® desde Julio 2008 y actualmente posee la categoría de Instructor Certificado SPAD ® Nivel 2 (Intermedio), siendo asimismo el Coordinador de los Programas SPAD ® Operativo para fuerzas armadas y de seguridad. Actualmente reside en la ciudad de Concepción de Uruguay, Provincia de Entre Ríos, Argentina. Damián es Capitán del Ejército Argentino, habiendo participado en misiones internacionales, cinturón negro 2º Dan e instructor de Aikido, cinturón negro 1º Dan de Karate-Do Kyokushinkai y de Kenpo Kosho Ryu, Instructor Nacional de Kapap, e instructor de combate cuerpo a cuerpo en el ejército. Ha incursionado en más de una decena de estilos de artes marciales diferentes, y posee amplios conocimientos sobre armas de fuego y explosivos.





# CAPÍTULO 14

## CONCEPTOS GENERALES DEL APRENDIZAJE MOTOR Y SU ENSEÑANZA

Por el Instructor Cert. Prof. Daniel Spiridione

La tarea de enseñar gestos motores <sup>[1]</sup> no es fácil. Cada alumno posee una experiencia psicomotriz distinta, y por consiguiente, un diferente grado de facilidad para aprender e incorporar nuevos gestos motores.

Debido a que el cuerpo humano aprende básicamente por “imitación - ensayo - error”, al momento de enseñar un gesto motor el cuerpo debe sortear las siguientes fases:

- Cognitiva
- Asociativa
- Repetición automática

**Fase Cognitiva:** en esta fase el cuerpo se esfuerza por entender los movimientos y repetirlos. Se comienzan a crear nuevas vías de comunicación entre el cerebro y los músculos intervinientes. La percepción espacial del cuerpo en base a sus movimientos no es buena. Los movimientos suelen ser lentos, desincronizados y bruscos.

---

<sup>1</sup> **Gesto motor:** movimiento corporal complejo, técnica física deportiva, acción motora.

**Fase Asociativa:** en esta fase el cuerpo ya ha experimentado el movimiento pero aún presenta errores técnicos. Se puede poner mayor énfasis en corregir el movimiento al no tener que dedicar tanta atención a su ejecución en general. Los movimientos comienzan a asociarse entre sí generando que éstos sean más fluidos y armónicos. Por otra parte se comienza a prestar atención del ambiente que rodea a la ejecución.

**Fase de Repetición automática:** en esta fase el cuerpo ya ha incorporado el gesto motor y se han corregido los principales errores. El cuerpo tiene la fluidez necesaria para desarrollar el movimiento de forma subconsciente, pudiendo tomar decisiones respecto de la información captada del ambiente, sin que el gesto sea un impedimento.

Al momento de enseñar un nuevo gesto motor los pasos metodológicos deberían ser los siguientes:

1. Explicación global y objetivo final del gesto
2. Demostración a velocidad real
3. Demostración a menor velocidad y separación en fases
4. Ejecución por parte del alumno y corrección por parte del Instructor
5. Repetición

**Explicación global y objetivo final del gesto:** se debe explicar el objetivo del gesto y muy brevemente su ejecución. No se debe explicar el gesto en detalle ya que la información que reciba el alumno debe ser la mínima forzando a su cerebro a

percibir el movimiento de forma global. Una buena forma, es mostrar el gesto varias veces y desde diferentes planos ejecutándolo a menor velocidad mientras se describe al mismo.

**Demostración a velocidad real:** se busca que el alumno pueda crearse una imagen general del movimiento para comprender su finalidad. De esta forma al pasar a la siguiente etapa y dividir el gesto en fases el alumno comprenderá qué es lo que sigue, generando una retroalimentación entre la fase actual y su transferencia a la próxima.

**Demostración a menor velocidad y separación en fases:** un movimiento más corto, por ende más simple, es más fácil de aprender que uno más complejo. Dicha separación en fases persigue como objetivo que el alumno aprenda varios gestos menores y luego pueda fusionarlos en uno sólo de mayor dificultad. La velocidad lenta da más tiempo de percepción del gesto, buscando que el alumno pueda llevar a cabo un mejor análisis de los detalles relevantes implicados en el movimiento.

**Ejecución por parte del alumno y corrección del Instructor:** esta fase en realidad se fusiona con la anterior ya que el alumno debe ejecutar cada fase de forma aislada para su incorporación motriz. El papel del Instructor es fundamental ya que si no se corrigen errores básicos en una fase luego son transferidos a la siguiente. Es importante como Instructor no corregir todos los errores que observemos ya que la carga de información a procesar por el alumno puede ser demasiada. Es

mejor ir depurando de a uno o dos errores a la vez y darle al alumno el tiempo que necesita para su corrección.

**Repetición:** es en esta fase cuando se fuerza al cuerpo a incorporar motrizmente al gesto. La repetición constante crea los caminos necesarios para que el gesto se automatice e incorpore al arsenal motriz del alumno y luego se pueda aplicar bajo otros ejercicios sin que este sea un impedimento.

En los cursos del SPAD® dedicamos un gran volumen de trabajo a la enseñanza de diversos gestos motores, no por considerarlos el aspecto más relevante para la autodefensa – de hecho no lo son - sino justamente por el tiempo de proceso que lleva su asimilación y ejecución.

Como comentaba al comenzar este capítulo, cada alumno posee una vivencia motriz particular y no en todos los casos habrá que respetar la secuencia de estos pasos metodológicos, sin embargo es de destacar que estos procesos no se dan de un día para el otro y es fundamental y necesario explicar esto a nuestros alumnos a fin de evitar la frustración y desmotivación que acarrea la dificultad de aprender un nuevo gesto motor.

Es muy importante que cada Instructor entienda cual es el objetivo final de cada gesto motor y qué errores no deberían cometerse jamás, pues es preferible proseguir en el aprendizaje sin entrar en una corrección técnica excesiva buscando como meta principal que se cumpla el objetivo del gesto, ya que en la autodefensa y a diferencia de un deporte de contacto o arte marcial, no existe un verdadero riesgo de lesión por micro traumatismos de repetición a lo largo del tiempo, ni tampoco se

busca la eficiencia y eficacia técnica, ni mucho menos, la armonía y belleza del movimiento.

Como cierre final quisiera resumir mi opinión personal del párrafo anterior en la siguiente frase: “*las acciones físicas en la autodefensa deberían cumplir un solo objetivo: ser efectivas*”.

Queda la discusión abierta ya que a fin de cuentas lo progresivo del SPAD ® radica en su libertad de participación.

---

Daniel Spiridione es Instructor Certificado SPAD ® Nivel 1 (Inicial) desde Diciembre 2007. Actualmente reside en la ciudad de Buenos Aires, Argentina. Daniel es Profesor Nacional de Educación Física, Instructor de Musculación y Personal Trainer, y posee experiencia en manejo de armas de fuego, y en artes marciales como Sipalki-Do, Aikido, Wing Chun y Full Contact, así como cursos de Krav Maga con Eyal Yanilov.



## **CAPÍTULO 15**

### **PRESERVACIÓN DE LA ESCENA DE UN DELITO**

**Por el Instructor Cert. Lic. Fabrizio Rodríguez Villafán**

Después de todo hecho de violencia, surge la post-situación, entendiéndose como tal, a las “consecuencias y/o efectos” que derivan de ello. Estos efectos varían según el tipo del hecho y del desarrollo que haya podido tomar el mismo, puede variar desde lo físico como ser golpes, excoriaciones, heridas, etc., emocional psicológico, como ser el síndrome post-traumático, fobias, miedos, complejos, etc., también lo legal, donde se da la diferencia entre ser víctima o victimario (legalmente hablando), como es el caso de los límites de la defensa legítima, el trato con la policía y uno muy importante que al gente obvia es la escena del delito.

Es decir, todo delito tendrá un escenario, puede ser la calle, un domicilio, un vehículo, etc., del cual la policía, por medios científicos, podrá identificar al delincuente, y actuando de la manera que se explicará más adelante, no sólo ayudarás a que se puedan recuperar tus pertenencias perdidas (en caso de robos y hurtos), sino ayudar a capturar a tu agresor (lesiones, violaciones, etc.) para que tenga la pena legal que merece. Todo esto aunado a coadyuvar a la aplicación de la justicia y a la policía.

¿Qué es una escena de delictual? Vamos a decir que se trata del lugar-tiempo en que se produce un hecho criminoso (robo,

hurto, violación, lesiones, accidente de tránsito, incendio, etc.), de la cual surgen efectos legales. También se lo puede denominar como escena del hecho, sitio del suceso, y cuando el hecho ya es investigado y ratificado de que se trata de un delito grave: “Escena del Crimen”.

¿Por qué la importancia de la escena delictual? Se trata del único elemento que tendremos para poder identificar al delincuente ya que en este lugar quedan huellas, indicios, rastros o señales que después de ser analizados y procesados en laboratorios especializados, son transformados en los medios de prueba, que permitirán al Juez establecer fehacientemente cómo ocurrió el hecho y cuál fue la participación de cada uno de los involucrados, para posteriormente sentenciar.

Por todo esto, como regla de oro la escena del hecho no debe ser alterada ni modificada, es decir, no debe ser tocada por persona que no sea un especialista.

Un gran error, por ejemplo, que comete la gente al momento de ingresar a su domicilio, cuando éste fue robado, es comenzar a revisar cajonería o lugares donde tenían sus pertenencias de valor, sin darse cuenta que podrían estar borrando las huellas que dejó el ladrón, con la consiguiente pérdida de la posibilidad de recuperar sus bienes, por medio de una investigación policial.

Esta sobreentendido que ante cualquier escena, lo primero que se hará será llamar lo más pronto posible a la policía, y en el lapso de tiempo entre que llegue la policía, debemos tratar de seguir las siguientes reglas:



### **Escena de un robo de domicilio**

Si estamos presentes al momento del robo (el delincuente ingreso al domicilio cuando nos encontramos presentes), es importante tratar de memorizar, si la situación nos permite, los lugares donde el o los delincuentes dejan sus huellas dactilares.

Las huellas dactilares están formadas por el sudor que depositan nuestros poros. Obviamente esto en caso de que operen sin guantes; caso contrario se prestará atención a los lugares donde se sienten, caminen, si comen o no comida de nuestra casa, si van al baño, etc., ya que siempre que estemos en contacto con otra superficie vamos dejando fibras, pelos, tierra de nuestros zapatos, que posteriormente serán de ayuda para identificar al delincuente. Toda ésta información debe ser informada a la policía tratando de indicar los lugares donde se ubicaron los delincuentes y de proteger los mismos, de curiosos, vecinos, periodistas, etc.

Si cuando llegamos a nuestro domicilio notamos señales de violencia (robo cuando no estamos presentes), es urgente el proteger la casa de extraños y de nosotros mismos. Se debe entrar al domicilio con mucho cuidado para no borrar las posibles huellas. Si es necesario utilizar el teléfono, se lo agarrará por medio de una tela o con alguna zona de la prenda de vestir que estemos utilizando, sostener el auricular con mucha delicadeza. De la misma forma se procederá al encendido de las luces, ya que los delincuentes pudieron haberlas prendido y dejado huellas en el interruptor.

### **Escena de un asalto en la calle**

De todas las escenas, es la que menos indicios físicos puede tener. Se informará a la policía de todo lo visto en dicho asalto, ropa del delincuente, la hora aproximada, de su forma de hablar si era extranjero o no, modismos, y demás características físicas. También estar atento si nos tocó, ya que podría dejar fibras o sudor que ayudaría a identificarlo. Observar sus movimientos cuando se aleja, si escupe o no, si botó o no algo al escapar del lugar, etc.

### **Escena de una violación**

Actualmente es uno de los delitos de mayor incremento a nivel mundial. Los lugares (escenas del delito) donde se los cometen pueden ser desde domicilios hasta lugares abiertos como descampados. Si la víctima puede indicar el lugar donde se cometió el hecho, lo único que debemos hacer, mientras llega la policía, es primeramente evitar que la víctima se bañe o cambie de ropa, ya que es ahí donde mayor indicios del agresor se encontrará. Seguidamente, proteger dicho lugar de forma que nadie pueda entrar a observar o tocar.

Si se trata de un lugar abierto como un descampado, se procederá a pedir ayuda de vecinos o gente del lugar para formar una suerte de barrera humana de forma que nadie pueda ingresar, hasta que llegue la policía. En caso que se presenten lluvias, vientos, granizo, etc. se procederá en la medida de las posibilidades, a proteger dicho lugar, y si es posible sacar fotografías del lugar (actualmente la tecnología nos permite tener

maquinas fotográficas en el celular) e informar a la policía de dichas fotos para su procesamiento.

### **Escena de muerte de persona**

Independientemente que se trate o no de un homicidio, se procederá de la forma indicada en los casos de violaciones, dando importancia a que, generalmente los familiares de la víctima, no muevan el cadáver (siendo muy complicado dado el contexto).

### **Escena en un incendio**

Básicamente, el procedimiento es tratar de percibir todo lo que más podamos, ya que existen porcentajes en los que incendiarios utilizan este medio para vengarse u ocultar otros delitos como homicidios, robos, estafas, etc.

Es necesario que se observe y se tome nota del color de las llamas de fuego, y el color del humo, ya que podría ayudar a los policías en la investigación. Determinar la hora en que llegamos al lugar u observamos el incendio. Tratar de percibir olores a combustibles ya que podría tratarse de incendios intencionados. Observar si hay personas extrañas, por ejemplo si el incendio se produce en nuestro barrio, observar si hay gente extraña que no sean nuestros vecinos.

Para finalizar debemos indicar que lo dicho aquí, no se trata de instrucciones policiales, sino, acciones a realizar para ayudar a la investigación, y es lo que todo ciudadano debería saber, ya sea

cuando seamos víctimas o cuando estemos en el papel de ayudar a algún vecino o familiar.

---

Fabrizio Rodríguez Villafán es Instructor Certificado SPAD® Nivel 1 (Inicial) desde Diciembre 2006. Actualmente reside en la ciudad de La Paz, Bolivia. Fabrizio es abogado, licenciado en criminalística, asesor en técnicas forenses y perito de parte en el fuero penal, por lo que tiene una relación muy estrecha con el mundo de la violencia y la seguridad.

## **PALABRAS DE CIERRE**

**Por el Lic. Marcos P. Castro,  
Director de la Organización SPAD ®**

Hemos llegado al final del volumen 2010 del libro “*Actualización en Defensa Personal*”, pasando por una buena diversidad de temas, muy bien tratados por cada uno de los actuales Instructores Certificados de la Organización SPAD ®. Ante todo, esperamos que te hayan sido de utilidad y que nunca te veas en la necesidad de aplicar los conocimientos más críticos.

Me toca hacer un cierre de esta diversidad de temas tratados aquí, y este año quisiera enfocarme en la diferencia entre lo que le pasa por la cabeza a una persona entrenada en seguridad, con lo que le pasa al común de la gente, o expresado en otros términos, la diferencia entre una “mente-entrenada” y una “mente-no-entrenada”.

Y esta diferencia no es la ausencia de miedos. Sabemos que cuando estamos frente a un delincuente que nos apunta con un arma en una situación de asalto, secuestro u otro ataque violento, nuestro cuerpo reaccionará involuntariamente liberando una buena cantidad de adrenalina en nuestro torrente sanguíneo, lo que producirá cambios fisiológicos muy notables, como palpitaciones, sudoración fría, temblores, un exagerado estado de alerta, hormigueo en nuestro abdomen y más.

La persona entrenada también sabe que hay un miedo natural, el miedo “bueno”, que estará presente y que cuando sea necesario nos irá protegiendo, advirtiéndonos del peligro o motivándonos a actuar. Pero lo que diferencia a la mente entrenada de una no entrenada, es cómo maneja el miedo “malo”, ese miedo que te limita cuándo tácticamente es mejor hacer algo.

Supongamos una situación donde dos criminales armados han entrado a una casa donde se encontraban dos personas, una con un entrenamiento que le ha permitido tener una “Mente-Entrenada”, y otra persona que representa el noventa por ciento de la gente que no tiene ningún entrenamiento ni formación seria en temas de seguridad frente a la violencia (llamémosle Mente-No-Entrenada). Leamos por un rato los pensamientos que tendrán ambas personas al mismo tiempo, mientras transcurre esa situación extremadamente estresante:

### **Inicialmente...**

*Mente-No-Entrenada:* “¡Que mala suerte! No puedo creer que me esté pasando esto, no puede ser cierto”.

*Mente-Entrenada:* “OK, esto es un asalto real, debo hacer algo si quiero sobrevivir”.

### **Cuando perciben los efectos de la Adrenalina:**

*Mente-No- Entrenada:* “¿Que me está pasando?! Siento que voy a morir, se me va a salir el corazón por la boca. Me acabo de orinar encima. Que idiota soy. Me voy a desmayar en cualquier momento. Quiero llorar.”

*Mente-Entrenada:* “OK, mi cuerpo ha liberado mucha adrenalina. Se siente incómodo, pero sé que estoy al cien por

ciento para poder defenderme físicamente si es necesario, y no sentiré tanto dolor en caso que me lastime”.

**Cuándo uno de los delincuentes golpea a cada una de las víctimas, exigiendo dinero:**

*Mente-No-Entrenada:* “¿Por qué me golpea si no hice nada? Este tipo me está lastimando, me va a terminar matando. Hoy voy a morir.”

*Mente-Entrenada:* “OK, es lógico que esto pase. Los delincuentes están tan asustados que necesitan golpearme para intimidarme lo suficiente y que yo no tenga ninguna reacción que pueda representarles un peligro. Seguramente me seguirán golpeando, sé que es normal.”

**Cuando al no conseguir suficiente dinero, uno de los delincuentes *gatilla* su pistola en la cabeza de las víctimas sin que salga el disparo:**

*Mente-No-Entrenada:* “¡Oh, Dios Mío! Voy a morir... por favor!”

*Mente-Entrenada:* “¡El arma no tenía bala en recámara o le falló la munición! ¡En este momento, si no realimenta el arma en forma manual, esa arma está inutilizada!”

**Al momento que los delincuentes están merodeando por el lugar buscando dinero:**

*Mente-No-Entrenada:* “¡Voy a morir! No puede estar pasándome esto. Soy la persona más desafortunada que existe. ¡Me van a lastimar si no encuentran nada, me va a doler mucho y no quiero sufrir!”

*Mente-Entrenada:* “OK, veamos. Allí hay un palo con el que puedo defenderme en caso de ser necesario. La puerta está a tres metros y se encuentra abierta. Uno de los delincuentes está lejos, y no llegará a tiempo si escapo. Podría también llevarme al otro delincuente a otra habitación que esté cerca de una salida...”

### **Cuando el delincuente decide atarles las manos:**

*Mente-No-Entrenada:* “No te resistas, no te resistas o vas a morir. Ya debe faltar poco. Haz lo que dicen para no terminar herido”.

*Mente-Entrenada:* “OH... esto viene mal, estamos llegando a un límite y no puedo permitir que atándome las manos me neutralicen casi completamente y quede a merced de los delincuentes”.

### **Cuando el delincuente comienza a golpear frenéticamente a las víctimas lastimándolas seriamente:**

*Mente-No-Entrenada:* “¡Por favor, detente! Esto duele. Debo quedarme quieto para que termine rápido. No intentes defenderte o va a ser peor. Ya se detendrá.”

*Mente-Entrenada:* “OK, esto llegó a un límite. Debo atacar y escapar de aquí. Va a doler, tal vez reciba heridas más graves que las que ya estoy recibiendo, pero no me importa, yo voy a sobrevivir hoy, yo voy a volver a ver a mi familia y voy a poder disfrutar el crecimiento de mi hija, así que... aquí vamos...”

Este son sólo ejemplos de cómo el entrenamiento permite tener un control de sí mismo, y estar al control de la situación en todo momento, por más que no lo parezca. De cómo entendiendo



la dinámica de una situación real, permite estar siempre concentrado, sabiendo qué esperarse, pensando alternativas en todo momento, teniendo bajo control al “miedo-malo”.

Aunque no parezca, una situación extrema puede ser vivenciada de formas diferentes. Un entrenamiento y capacitación correcta, te permitirá en poco tiempo tener la capacidad para estar en control de la situación, lograr ver las oportunidades, ser capaz de evaluar realmente el riesgo, y en última instancia... tener muchas mas probabilidades de sobrevivir.

¡Comienza ahora a entrenar tu mente y pásate al bando de los que sobreviven!

Nuevamente, esperamos desde la Organización SPAD ® que este libro te haya sido de verdadera utilidad. No dudes en contactarte con nosotros ante cualquier duda, estamos para ayudarte, y hacer cada día de este mundo un lugar más seguro.

¡Hasta el próximo libro!

A handwritten signature in black ink that reads "Marcos P. Castro". The signature is written in a cursive, flowing style.

Director Organización SPAD ®

## APÉNDICE: ACERCA DEL SPAD ®



SPAD ® es una Organización Argentina con presencia internacional, creada en el año 2000 por Marcos Castro, que desde comienzos del siglo XXI se especializa **en investigar la realidad de la violencia y la inseguridad actuales, para concientizar y educar a cualquier persona sobre cómo prevenir y protegerse de robos, secuestros y otros ataques violentos, con un método basado en los instintos, la intuición, el sentido común, el control del miedo, y un mayor entendimiento del comportamiento humano violento, el cuál apunta a mejorar la capacidad de prevenir y disuadir hechos de violencia, defenderse físicamente y sobrevivir a las consecuencias, de un modo eficiente y al alcance de todos.**

Los participantes de nuestros eventos de capacitación se componen de civiles, miembros de diferentes policías, guardias de embajadas y penitenciarías, guardaespaldas, personal de seguridad de discotecas y recitales, vigiladores privados, guardaparques, y personal de la fuerza aérea, marina y ejército, entre otros, y profesores y practicantes con altas categorías en artes marciales.

Más recientemente, SPAD ®, a través de su Director Marcos Castro, pasó a ser la primera Organización en Hispanoamérica en obtener la certificación internacional de **Blauer Tactical Systems Inc. (BTS) en USA**, denominada *Personal Defense Readiness Fundamentals Certified Coach*. BTS, fundada por el pionero Tony Blauer, es una de las consultoras líderes en el mundo, especializada en la investigación y desarrollo de tácticas de combate cuerpo a cuerpo y entrenamientos de simulacros.

La principal diferencia que posee SPAD ® respecto a otros métodos, es la continua investigación de LA REALIDAD que realizamos con el asesoramiento y colaboración de un equipo multidisciplinario de profesionales, con el objetivo de desarrollar y actualizar constantemente un método de protección frente a la violencia actual, que cubra todas las facetas necesarias: desde cómo prevenir, hasta cómo disuadir una situación, controlar el miedo, y sobrevivir a una confrontación física violenta y sus consecuencias; con entrenamientos realistas y modernos.

SPAD ® **no se trata de un arte marcial**, ni pretende llegar a serlo. Apuntamos a ser referentes a nivel internacional respecto a investigaciones, capacitación y entrenamientos en protección personal frente a la violencia y la inseguridad actual, y para tal fin, ofrecemos libros, DVDs y CDs didácticos, cursos a distancia, así como capacitación y entrenamientos presenciales intensivos, en Argentina y el resto del mundo.

**Para contactarse con la Organización SPAD ®:**

Dirección en Internet: [www.spad.com.ar](http://www.spad.com.ar)

Correo electrónico: [consultas@spad.com.ar](mailto:consultas@spad.com.ar)