

# 5 D para superar la violencia. 5: documentar

escrito por Sara Carbonell | 18 de julio de 2023



En este artículo abordaremos la última de las 5 D para superar la violencia: documentar. Ha quedado muy claro a lo largo de los 4 artículos anteriores que para superar la violencia es necesario actuar siempre en favor de la víctima, pudiendo ser de forma directa, delegando y pidiendo ayuda, distrayendo o demorando el apoyo prolongándolo en el tiempo.

Teniendo en cuenta que romper el silencio es clave dentro del proceso de prevenir y de acabar con la violencia, se hace necesario poder contar con la máxima información para poder evidenciar y demostrar la violencia ejercida, así como qué personas han estado implicadas. Aquí es donde entra la documentación, es decir, la recopilación de toda la información relevante para la denuncia con el objetivo de proteger. Algo a tener en cuenta es que la recogida de esta información no solo debe contener datos sobre los hechos ocurridos, sino también es importante que recoja datos sobre las interacciones entre las personas que se han producido antes, durante y después.

Pongamos un ejemplo. En una red social una persona empieza a ridiculizar a otra con el objetivo de que la aíslen. Algunas personas del grupo no dicen nada, otros se ríen o le dan a “me gusta”, otros se suman a los comentarios y

otros dicen que no se pase y que no tiene gracia. Pasa un tiempo y la situación empeora llegando a producirse una agresión física. En ese momento la víctima u otra persona deciden denunciar.

En este caso es clave haber documentado también todo lo sucedido antes de que se produjera la agresión física, porque esos datos facilitarán el análisis de la situación ayudando a identificar a todas las personas que han sido cómplices, bien con su silencio o bien con sus actos comunicativos de poder. Si es una red social se puede documentar con capturas de pantalla o guardando el chat; si es en persona se pueden tomar notas de todo lo que va ocurriendo o grabar un vídeo (solo para denunciar la agresión y nunca para difundir).

Algunos aspectos importantes a la hora de documentar los hechos:

- Recoger la fecha, el lugar y las personas que han sido testigos directos o indirectos (aquellas que saben lo que pasa aunque no estén presentes)
- Recoger las interacciones que se han dado entre los testigos

Sabiendo que en cualquier momento se puede denunciar o actuar, no hay que olvidar que, para que se corte lo antes posible, lo más importante es actuar rápidamente, buscando redes de apoyo que, como ya explicamos, protejan de la [violencia aisladora](#).

[Imagen: [Freepik](#)]