

A TRAVÉS DEL PRISMA:

espectros de lo posible para el periodismo feminista en el ecosistema digital

CAJA DE HERRAMIENTAS

OXFAM LUCHADORAS El Churo FESTIVAL ZARELIA Periodismo, medios digitales, género y feminismos

A TRAVÉS DEL PRISMA:
espectros de lo posible para el periodismo feminista en el ecosistema digital

© Oxfam International, septiembre de 2026.

Esta caja de herramientas ha sido elaborada
por María José Díaz Reyes y Raquel Hernández, Luchadoras.

Coordinación general: María José Díaz Reyes, Luchadoras.
Con aportes de: El Churo Comunicación y la Red Zarelia.
Diseño y diagramación: Valentina Aviles.
Revisión y edición: Equipo Oxfam LAC.

Esta caja de herramientas se elaboró como parte de un proceso de consultoría sobre violencia digital contra periodistas feministas en América Latina, en alianza con El Churo Comunicación y la Red Zarelia. Responde a los hallazgos del diagnóstico regional *"Sostener la voz. Riesgo, exposición y cuidado en el periodismo feminista de América Latina"* y busca ofrecer a periodistas, comunicadoras y creadoras de contenido feminista herramientas prácticas para navegar las violencias digitales y los riesgos de su oficio. Para más información sobre los temas tratados en este documento, póngase en contacto con paola.gutierrez@oxfam.org o juan.orellana@oxfam.org

Esta publicación está sujeta a copyright pero el texto puede ser utilizado libremente para la incidencia política y campañas, así como en el ámbito de la educación y de la investigación, siempre y cuando se indique la fuente de forma completa. El titular del copyright solicita que cualquier uso de su obra le sea comunicado con el objeto de evaluar su impacto. La reproducción del texto en otras circunstancias, o su uso en otras publicaciones, así como en traducciones o adaptaciones, podrá hacerse después de haber obtenido permiso y puede requerir el pago de una tasa.

Visite la página: https://lac.oxfam.org/

PRESENTACIÓN

Esta caja de herramientas, también conocida como *toolkit*, es parte de un proceso desarrollado en conjunto por Luchadoras, Oxfam en Latinoamérica y el Caribe (Oxfam LAC), El Churo Comunicación y la Red Zarelia, en el marco del diagnóstico regional *"Sostener la voz. Riesgo, exposición y cuidado en el periodismo feminista de América Latina"*.

El diagnóstico documentó, a partir de una encuesta, entrevistas a profundidad y grupos focales realizados en 13 países de la región, las condiciones estructurales que producen riesgo para quienes ejercen el periodismo feminista. De ese proceso surgen los seis ejes de tensión que organizan esta caja:

- Plataformas, Estado, medios y usuaries como estructuras de riesgo, donde las decisiones sobre lo que circula en internet no dependen únicamente de las personas periodistas.

- La violencia digital como entorno, no como incidente aislado: el hostigamiento, la vigilancia y la desinformación con IA rara vez llegan solos, y se acumulan y sofistican más rápido de lo que las redes de apoyo pueden responder.

- Cuidado y seguridad: las redes feministas y de pares sostienen la mayor parte de la protección disponible en el ecosistema, mientras el apoyo legal e institucional sigue siendo el más escaso.

- Precariedad y no reconocimiento del periodismo como trabajo de riesgo, que limita directamente la capacidad de protegerse y de sostener el trabajo en el tiempo.

- Autocensura, anonimato y exilio como prácticas condicionadas, que son a la vez formas de agencia y respuestas a violencias estructurales.

- La exposición pública como condición estructural del oficio, y no como una elección individual que las periodistas puedan simplemente reducir para estar más seguras.

El objetivo de este material es que periodistas, comunicadoras y creadoras de contenido feminista cuenten con herramientas concretas (protocolos, matrices de decisión, guiones de negociación, *checklists*) para hacerle frente a estas paradojas en su ejercicio cotidiano. No buscamos resolver las tensiones de una vez por todas, sino ofrecer recursos prácticos que ayuden a navegarlas, a veces individualmente y otras en colectivo.

Esta caja de herramientas se construye bajo dos perspectivas fundamentales:

1

El periodismo no es peligroso en sí mismo. Son las violencias estructurales las que lo hacen peligroso.

2

Busca observar desde una perspectiva integral las paradojas a las que se enfrentan, reconociendo que una paradoja no necesariamente se resuelve, pero puede mirarse de maneras que nos permitan *habitarla, movernos dentro de ella y tomar decisiones*.

Tomamos como concepto principal el **prisma**. Así como la luz blanca parece un solo color hasta que atraviesa el prisma y se abre en un espectro, cada paradoja que experimentan las periodistas parece una sola tensión hasta que la filtramos y podemos observar los elementos que la componen.

El corazón de la caja de herramientas o *toolkit* no es encontrar una respuesta específica, sino ***ampliar la manera en que entendemos las contradicciones y problemas estructurales a los que nos enfrentamos para diseñar nuestro plan para navegarlas, a veces colectivamente y otras individualmente.***

Clasificamos las tensiones descritas por las periodistas en seis ejes.
A continuación proponemos algunos movimientos que podemos hacer con el prisma para observar cada uno de los ejes y descubrir las posibilidades que nos ofrece. Proponemos seis movimientos:

1) Descomponer, 2) Cambiar el ángulo, 3) Reconocer el espectro, 4) Refractar, 5) Enfocar y 6) Integrar

CÓMO USAR ESTA CAJA DE HERRAMIENTAS

Cada eje trabaja una tensión (paradoja) que no se resuelve, se navega.
El “movimiento” es una forma de mirarla desde otro ángulo.
La pregunta te ayuda a activar ese movimiento.
Las herramientas son los pasos concretos para aplicarlo.

PARADOJA
La tensión que sientes

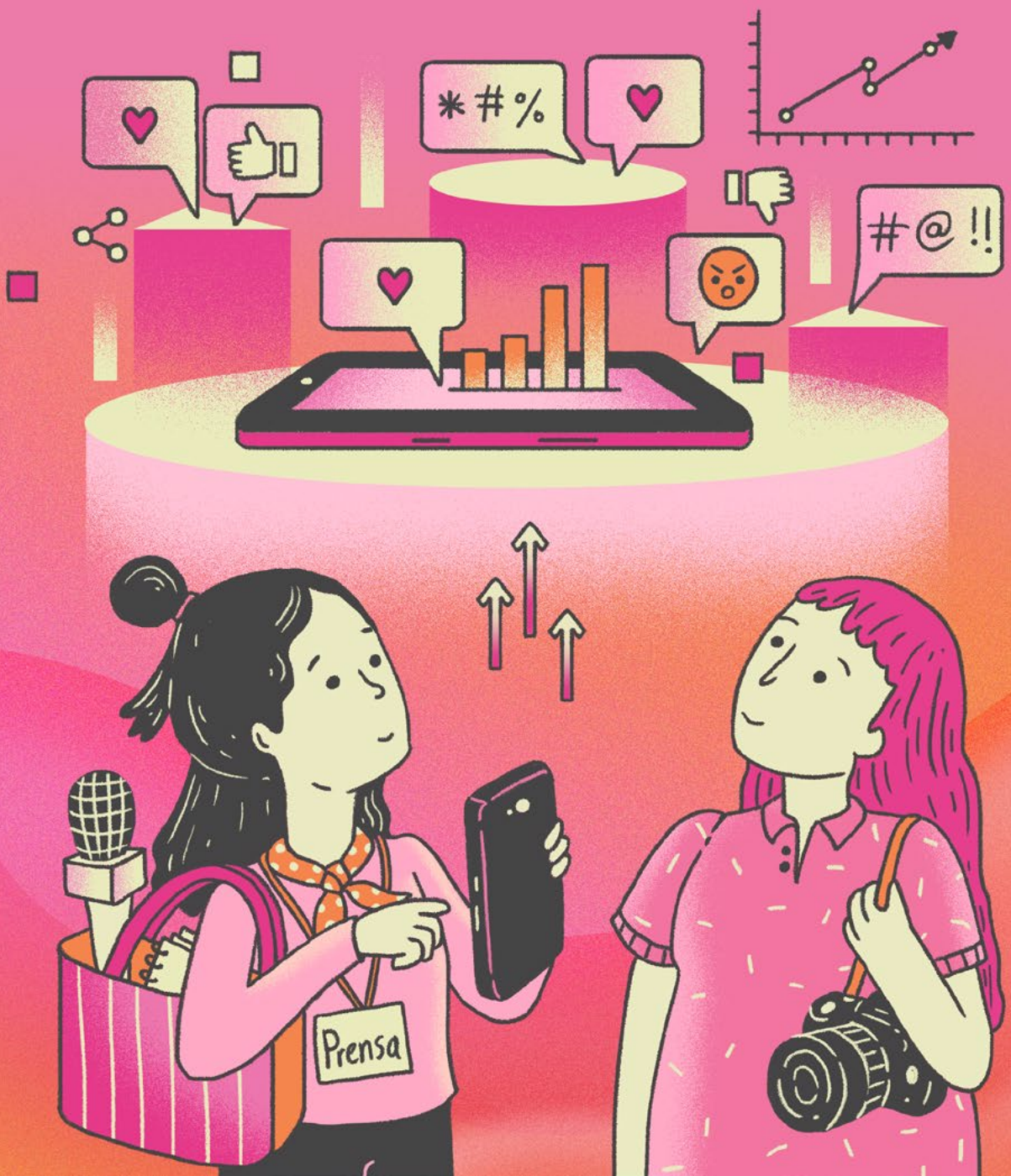
MOVIMIENTO
Una forma de mirarla distinto

PREGUNTA
Cómo activarlo

HERRAMIENTAS
Qué hacer con eso, paso a paso

EJE 1.

PLATAFORMAS, ESTADO, MEDIOS Y USUARIES COMO ESTRUCTURAS DE RIESGO



PARADOJA:

Necesitamos a las plataformas, pero es ahí donde suceden las violencias. La plataforma gana si te va bien, con los *likes*, y también si te va mal, porque el odio organizado genera más alcance.

MOVIMIENTO SUGERIDO:

Descomponer: significa separar momentáneamente las capas de la paradoja para reconocer qué está operando.

PREGUNTA QUE GUÍA EL MOVIMIENTO:

¿De qué está compuesta esta paradoja que todavía no estoy viendo?

En un contexto donde la necesidad de las plataformas para tener visibilidad es casi total, **conviene reconocer a los actores detrás de su diseño.** Consideremos que estos obedecen a intereses económicos y políticos que rigen el diseño y funcionamiento de lo que sucede en redes sociodigitales, y en internet en general.

• PLATAFORMAS DE REDES SOCIODIGITALES

Las plataformas no son neutrales: son empresas que ganan con cualquier resultado. Si a una periodista "le va bien" con los *likes*, monetizan el alcance; si "le va mal" con discursos de odio, monetizan el odio, porque este genera más visualización. Y no son solo espectadoras de ese resultado: son dueñas del algoritmo que lo produce. Deciden qué contenido circula, cuál se limita y cuál se amplifica, aunque esas decisiones se presenten como neutrales o automáticas. Responden a una economía de la atención donde el dato y el tiempo de pantalla son el producto (si el servicio es gratuito, lo que se vende es la usuaria y su información).

• ESTADO

Ni las plataformas ni el Estado son actores neutrales frente al ejercicio periodístico. La polarización que dificulta el trabajo de las personas periodistas no es espontánea, sino producida deliberadamente. Cuando una periodista se enfrenta a la narrativa oficial, recibe escarnio público como respuesta y la responsabilidad de plataformas y Estado tiende a diluirse en ese proceso, por lo que es necesario nombrarla explícitamente y de forma constante.

• MEDIOS Y MESAS DE REDACCIÓN

Hay nuevas exigencias en las mesas editoriales generadas por la difusión en plataformas digitales: si tiene más alcance y más éxito, ¿es necesariamente una historia sensible, importante y bien contada? A esto se suma la exigencia de la inmediatez: la lógica de "publicar ya" antes de que la coyuntura se enfríe, que presiona los tiempos de verificación y contraste, y que se traduce en desgaste sostenido para quienes cubren la noticia.

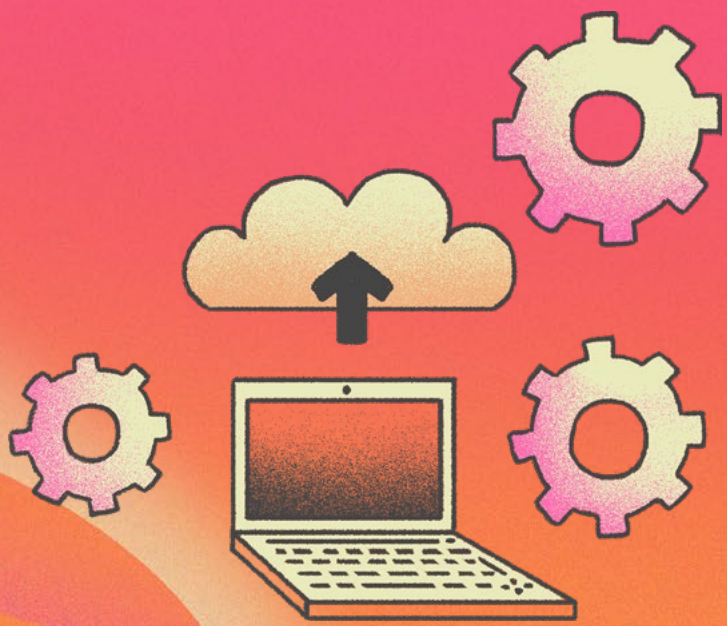
Priorizar el alcance sobre el bienestar de las periodistas es una trampa que vulnera su trabajo, minimiza sus esfuerzos, exacerba el sensacionalismo y debilita la cobertura real de la agenda feminista.

- **USUARIES**

Aunque se conversa poco sobre este punto, debemos señalar que tienen una responsabilidad y un rol activo en el consumo de periodismo feminista. Cuando se relacionan y median con contenidos periodísticos, les corresponde verificar la información, buscar activamente salir de las cámaras de eco propiciadas por los algoritmos y mantener una relación crítica con la información.

Nuestra seguridad no solo está en manos de las estrategias polarizantes de los Estados o de los algoritmos sin transparencia de las plataformas digitales, sino también de la manera en que, como audiencia, nos relacionamos con lo que consumimos.

En este eje te proponemos tres herramientas para generar acciones que te permitan reconocer y responder a dinámicas propiciadas por algunos de los actores tomadores de decisiones en internet.



HERRAMIENTA 1.

MAPA DE DESARMADO DEL CONTEXTO PARA ENTENDER QUIÉN CONTROLA QUÉ

Esta matriz permite separar capas que suelen sentirse como una sola tensión confusa. Vamos a pensar las preguntas para cada actor. Repasar esta matriz sirve cuando la paradoja se siente como "X actor me va a violentar y no puedo hacer nada". Este mapa muestra que hay capas con responsabilidades distintas (no todo el peso es tuyo ni es de un solo actor) y que existe la posibilidad de hacer algo.

ACTOR	¿QUÉ INTERÉS TIENE AQUÍ?	¿QUÉ NO CONTROLO YO DE ESTO?	¿QUÉ PUEDO EXIGIR O NOMBRAR?
Plataforma	Monetización, tiempo de pantalla, engagement (considera que las *fake news* y los discursos de odio también son contenidos rentables)	El algoritmo, las políticas de moderación	Reportar patrones, documentar, exigir transparencia en espacios colectivos de incidencia
Medio/ redacción	Alcance, viralidad, presión editorial por métricas	Las métricas como criterio de valor de una historia	Nombrar cuando el alcance se prioriza sobre el bienestar (*Ampliar en herramienta 2*)
Estado	Narrativa oficial, control de la agenda	La polarización, que es producida, no espontánea	Nombrar públicamente cuando la responsabilidad institucional se diluye
Audiencias/ usuaries	Consumo, a veces manipulado por intereses ajenos a elles	Lo que deciden consumir; cámaras de eco	Devolverles la tarea de verificar (*Ampliar en herramienta 3*)
Temáticas/ tendencias	Capturar la atención colectiva; ciertos temas "pegan" y otros se invisibilizan, según ciclos que no siempre responden a su relevancia real	Qué tema se vuelve tendencia, cuándo se agota el interés público, qué agenda me arrastra	Nombrar cuando la coyuntura me empuja a cubrir algo que no elegí; distinguir entre lo urgente (lo que la tendencia exige) y lo importante (lo que la historia necesita)

HERRAMIENTA 2.

CHECKLIST ANTES DE PUBLICAR

¿Qué quiero o necesito? ¿Priorizar el alcance o la historia? Esto es importante para negociar con la mesa editorial, no para autoevaluarte a ti misma. Esto no es un test que pasas o repruebas, es un guion para poner sobre la mesa en el medio o la redacción y nombrar la trampa antes de caer en ella.

Valoración de contenido sensacionalista: Tres preguntas para llevar a la conversación editorial cuando sientas que el criterio de “esto se va a viralizar” está pesando más que el criterio periodístico o tu seguridad:

- ☐ **Si esta historia tiene más alcance, ¿es porque está mejor contada o porque es más sensacionalista?**
- ☐ **¿Esta decisión de enfoque o titular protege o expone más a las personas de la historia (incluida yo)?**
- ☐ **Si el alcance baja, pero la historia es más responsable, ¿la redacción sostiene esa decisión o la revierte?**

HERRAMIENTA 3.

TARJETA PARA AUDIENCIAS "ANTES DE COMPARTIR"

Hay intereses económicos y políticos que manipulan qué consumimos en redes sociodigitales. No todo lo que vemos es resultado directo de nuestras decisiones personales. Por eso es imprescindible relacionarnos con la información, plataformas digitales, Estados, medios y audiencias de manera crítica.

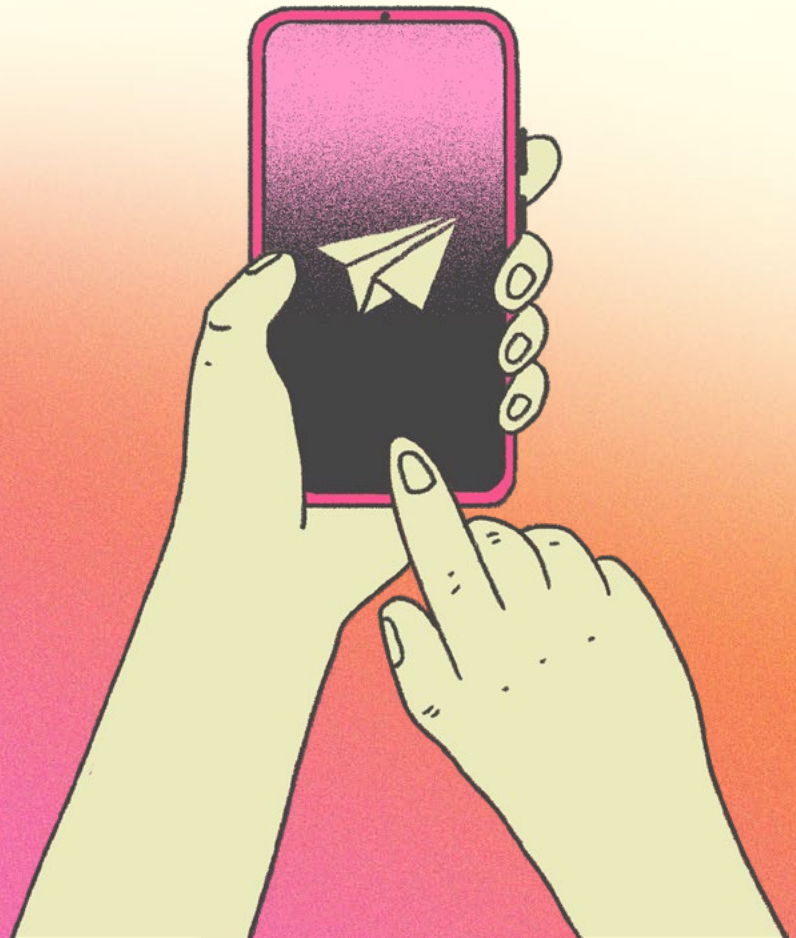
Cabe aclarar que reconocer la posición de les usuaries en esta ecuación no pretende minimizar las responsabilidades de las plataformas, los Estados y los medios, sino complejizar las dinámicas que se gestan en las plataformas cuando se publica una pieza periodística feminista.

Existen prácticas del periodismo feminista que devuelven la responsabilidad a les usuaries. Esta práctica la podemos intencionar en nuestros trabajos: devolver a las audiencias la responsabilidad de corroborar la información que consumen y construirse una opinión resultado de sus investigaciones propias.

Este es un recurso listo para adaptar y publicar junto a tus reportajes audiovisuales, notas o en tus redes. Sugerimos que se ponga como pie de nota, story destacada, o al cierre de un hilo. No resuelve la responsabilidad de plataformas y Estado, pero te da como periodista una acción concreta y replicable en vez de dejar la "corresponsabilidad de audiencias" como una idea abstracta.

- ***Ejemplo de texto corto.***

  Antes de compartir esta nota: verifica la fuente original, pregúntate si el titular representa el contenido completo, y busca si hay más de una cobertura sobre este tema antes de sacar una conclusión. El periodismo feminista no solo se hace escribiendo, también se sostiene con lectoras y lectores críticos.



EJE 2.

LA VIOLENCIA DIGITAL COMO ENTORNO, NO COMO INCIDENTE



PARADOJA:

Decimos que ya sabemos a lo que vamos como periodistas, pero la forma tecnológica de la violencia nos asalta por sorpresa y no sabemos cómo reaccionar.

MOVIMIENTO SUGERIDO:

Cambiar el ángulo y observar la misma situación desde otros lugares: desde el deseo en lugar de la obligación; desde el cuidado en lugar de desde el poder; desde la calma en lugar de la urgencia; desde una perspectiva colectiva en lugar de lo individual.

PREGUNTA QUE GUÍA EL MOVIMIENTO:

¿Qué cambia si miro esta situación desde otro lugar?

Las violencias digitales se presentan combinadas y sofisticadas y se acumulan en picos ligados a coyunturas y a la agenda; ante ello es normal buscar ayuda con redes de apoyo que se convierten en las principales aliadas de quien atraviesa episodios de violencia digital.

No siempre podemos tener una respuesta, sobre todo inmediata, para todo lo que nos ocurre en plataformas digitales que priorizan la monetización sobre el cuidado de quienes las habitan, pero **cambiar el ángulo** al observar esta situación nos permite reconocer lo que hemos logrado de manera colectiva, con la intención de recordarnos que no todo está perdido, incluso con la aceleración de la IA.

¿Qué podemos hacer para acompañarnos y responder a las violencias digitales emergentes? Aquí tres herramientas para responder a las violencias digitales de manera colectiva. **No todo está perdido.**



HERRAMIENTA 4.

PROTOCOLO DE PRIMERAS 24-48 HORAS DESPUÉS DE LA VIOLENCIA DIGITAL

Usa este protocolo en momentos en que detectes hostigamiento, suplantación, *deepfakes, doxxing* (exposición de tus datos personales, dirección, rutina, o de tu círculo cercano) o pico de violencia.

Pasos en orden, no todos a la vez:

- Evalúa primero el riesgo físico inmediato. ¿Lo que se expuso incluye tu ubicación, tu rutina, tu dirección, o datos de tu familia o círculo cercano (pareja, hijes, madre/padre)? Si es así, esto deja de ser solo un problema digital: actúa primero por tu integridad física (avisa a tu red de confianza, considera resguardo temporal, activa un contacto de emergencia) y después continúa con los pasos siguientes. Si no hay exposición de datos físicos, sigue con el protocolo en orden.



- No respondas de inmediato en la misma plataforma. El pico inicial busca reacción; la reacción alimenta a quien violenta y al alcance.

- Captura evidencia antes de que desaparezca (capturas de pantalla de imágenes o videos, con fecha y hora visibles, URLs, nombres de cuentas).

- Activa a una persona de tu Mapa de redes (*Ampliar en herramienta 7*). Si hubo *doxxing*, prioriza a quien pueda ayudarte con resguardo físico, no solo con lo digital. No busques resolverlo sola ni busques resolverlo todo de una vez.

- Evalúa si es un caso conocido o nuevo. Pregunta en tu red de pares o colectiva: "¿Alguien ha vivido algo así?". Muchas veces ya existe una ruta de respuesta que no tienes que inventar.

- Si no existe una ruta conocida, documenta el caso (*Ampliar en herramienta 6*) para que sirva a la próxima persona que lo viva.

- Decide una sola acción inmediata, no todas: silenciar, bloquear, reportar en plataforma, pausar publicación, o pedir acompañamiento legal. El resto puede esperar a que baje la urgencia.

HERRAMIENTA 5.

GUÍA RÁPIDA PARA ENTENDER ANTES DE REACCIONAR (EN CASO DE IA, *DEEPFAKES*, MONTAJES)

Hagámonos tres preguntas que permiten no paralizarse frente a algo que no entendemos técnicamente.

1

¿Puedo verificar el origen del contenido (cuenta, fecha de creación, primeras publicaciones) antes de asumir que es real o viral?

2

¿Existen ya herramientas o redes especializadas en verificar este tipo de contenido? (pregunta a tu red de pares, no todes tenemos que volvernos expertes técniques para responder)

3

¿Esta pieza busca dañar mi credibilidad, mi seguridad física, o ambas? La respuesta determina el nivel de urgencia y define a quiénes solicitas ayuda.

HERRAMIENTA 6.

PLANTILLA DE DOCUMENTACIÓN DE VIOLENCIAS COMBINADAS

Puedes apoyarte en el registro de incidentes (*Ampliar en herramienta 10*). Aquí el foco es capturar que las violencias llegan en capas, no una por una. El diagnóstico regional muestra que casi la mitad de las periodistas con violencia combinada no logran nombrarla como tal porque llega de a poco. Esta plantilla ayuda a ver el patrón acumulado, no solo el episodio suelto (y ese patrón es lo que sirve después para pedir protocolos institucionales o apoyo legal). Cabe recordar que la IA no es inevitable ni ingobernable: cuestionar cómo funciona es un primer paso, y no requiere ser especialista.

FECHA	TIPO(S) DE VIOLENCIA IDENTIFICADOS (MARCA LOS QUE APLIQUEN)	¿SE COMBINAN CON OTRO TIPO YA VIVIDO ANTES?	FECHA DEL EPISODIO ANTERIOR RELACIONADO (SI APLICA)	PLATAFORMA(S)	¿CON QUIÉN COMPARTÍ EL O LOS EPISODIOS DE VIOLENCIA DIGITAL?	¿GUARDÉ EVIDENCIA? ¿DÓNDE? (USA UN NOMBRE EN CLAVE O SOLO INDICA EL TIPO DE RESGUARDO, NO LA UBICACIÓN EXACTA)
	• Hostigamiento • Vigilancia • Doxxing/ exposición de datos personales • IA/ desinformación • Suplantación • Censura • Identidad/ género • Amenazas					

EJE 3.

CUIDADO Y SEGURIDAD: REDES DE APOYO, SOBRECARGA Y CORRESPONSABILIDAD



PARADOJA:

El cuidado colectivo también tiene límites, en un contexto de cansancio generalizado. Durante mucho tiempo, la narrativa dominante de seguridad se ancló en una perspectiva institucional, estatal y militarista. Pero no es la única tradición: la protección integral feminista, sostenida por organizaciones y redes de la región desde hace ya varios años, viene proponiendo una seguridad pensada desde el cuidado, no desde el control o la vigilancia. Aun con esos avances, persiste un límite material: el cuidado, cuando se sostiene colectivamente, sigue siendo mayoritariamente un trabajo no remunerado, necesario, feminizado, y asumido casi siempre por las mismas redes.

MOVIMIENTO SUGERIDO:

Reconocer el espectro. No se trata de elegir entre seguridad y cuidado como si fueran opuestos (la protección integral feminista ya los piensa juntos), sino de reconocer que incluso dentro de esa tradición hay tensiones sin resolver: el cuidado sostiene, pero también cansa; y ese cansancio rara vez se nombra o se remunera.

PREGUNTA QUE GUÍA EL MOVIMIENTO:

¿Qué posibilidades aparecen cuando dejo de pensar solamente en narrativa A o narrativa B?

Es verdad que las colectivas y los proyectos (autogestivos en muchos casos) han alcanzado logros notables en la atención de víctimas de violencia digital. Sin embargo, hay que reconocer que las redes feministas y de pares, aunque son las principales infraestructuras de cuidado, están sobrecargadas.

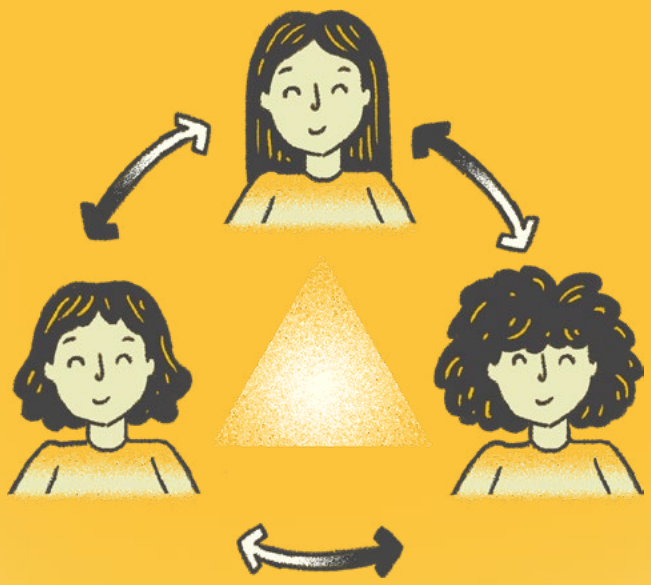
En muchos casos no son redes estructuradas con protocolos, sino solidaridad informal que sostiene acciones básicas de cuidado como mandar la ubicación en tiempo real. En ese contexto el apoyo legal es el más escaso, casi ausente. La carga recae en organizaciones y colectivas feministas que terminan siendo las que deben tener todas las respuestas, trabajo de cuidado que, además, rara vez se reconoce o se remunera como tal.

Construimos cuatro herramientas para identificar nuestras redes de apoyo y construir formas de atravesar las crisis.



HERRAMIENTA 7.

MAPA DE MIS REDES REALES (AUTODIAGNÓSTICO)



Hay que considerar que las acciones de cuidado no siempre resultan en una respuesta precisa para resolver un problema estructural y creciente, pero ante un contexto adverso, aun con límites, los cuidados desde una perspectiva feminista nos permiten construir espacios de escucha activa, contención y sin revictimización buscando alternativas para enfrentar juntes la violencia digital de género.

Un acompañamiento para hacer frente a la violencia digital es más poderoso cuando es colectivo. Esta tabla identifica con qué redes cuentas realmente, no con qué crees o deberías contar. Está basada en las cuatro categorías que el diagnóstico regional encontró (colectivas feministas/comunitarias, pares periodistas, apoyo psicosocial, apoyo legal/institucional):

TIPO DE RED	¿TENGO A ALGUIEN IDENTIFICADO? (NOMBRE O COLECTIVA)	CONTACTO DIRECTO (TELÉFONO/ CORREO/ USUARIO)	¿PUEDO ACTIVARLA EN MENOS DE 24 H O LA RED NECESITA MÁS TIEMPO PARA ATENDERME?	¿QUÉ PUEDE DAR: CONTENCIÓN, INFORMACIÓN, RECURSOS TÉCNICOS, DEFENSA LEGAL?
Colectiva feminista/ comunitaria				
Pares periodistas				
Psicosocial/ afectiva				
Legal/institucional*				

*Si tu casilla de “legal/institucional” queda vacía, no estás sola en eso: es el apoyo más escaso en todo el ecosistema regional (1 de cada 5 periodistas lo tiene). Este mapa no es para culparte por lo que falta, es para saber exactamente qué necesitas solicitar y a quién.

Tip de seguridad: esta tabla, una vez llena, es información sensible sobre tu red de apoyo. Guárdala en un lugar seguro (no en fotos sueltas del teléfono ni en documentos compartidos abiertos) y considera tener una copia física o de fácil acceso offline para el momento en que más la necesites.



HERRAMIENTA 8.

PONERLE PALABRAS A LA CORRESPONSABILIDAD

Si bien reconocemos la valía de las redes, es importante decir que, aunque las redes de pares ofrecen confort y contención, también terminan sobrecargadas.

Sentirse en espacios de confianza, entre iguales, respetades, acompañades y comprendides requiere que se entienda a las personas que nos acompañan como personas con limitaciones y sin respuestas absolutas. Ese reconocimiento es cuidado para todes.

Por eso hay pasos que también podemos dar en la búsqueda de la corresponsabilidad. Por ejemplo, cuando hay que nombrarles a nuestras editoras y editores, jefaturas de redacción o financiadoras que las acciones de seguridad no pueden recaer únicamente en una misma. Puedes abrir conversaciones sobre lo que necesitas.

Te proponemos cuatro frases base que puedes adaptar:

- ***Para pedir protocolo institucional:*** "Necesito que como medio tengamos un protocolo escrito de respuesta ante ataques digitales, no que cada quien improvise cuando ya está pasando".

- ***Para poner límite a la sobrecarga de la red de pares:*** "Puedo acompañarte hoy, pero necesito que también busquemos a alguien más porque no puedo ser la única persona de contención".

- ***Para nombrar el límite del cuidado sin culpa:*** "No tengo una respuesta para esto ahora mismo, y está bien no tenerla. Lo que sí puedo ofrecerte es XYZ cosa".

- ***Para pedir presupuesto o línea de seguridad a una financiadora o medio empleador:*** "La seguridad no es un extra fuera del proyecto, es parte de las condiciones que hacen posible que el proyecto exista. Necesito que hablemos de una línea específica de presupuesto para protección (digital, legal o psicosocial) y no que salga de mi tiempo o mi bolsillo cuando ya pasó algo".



HERRAMIENTA 9.

MATRIZ PARA DECIDIR A QUIÉN SOLICITAR QUÉ EN EL MOMENTO DE CRISIS

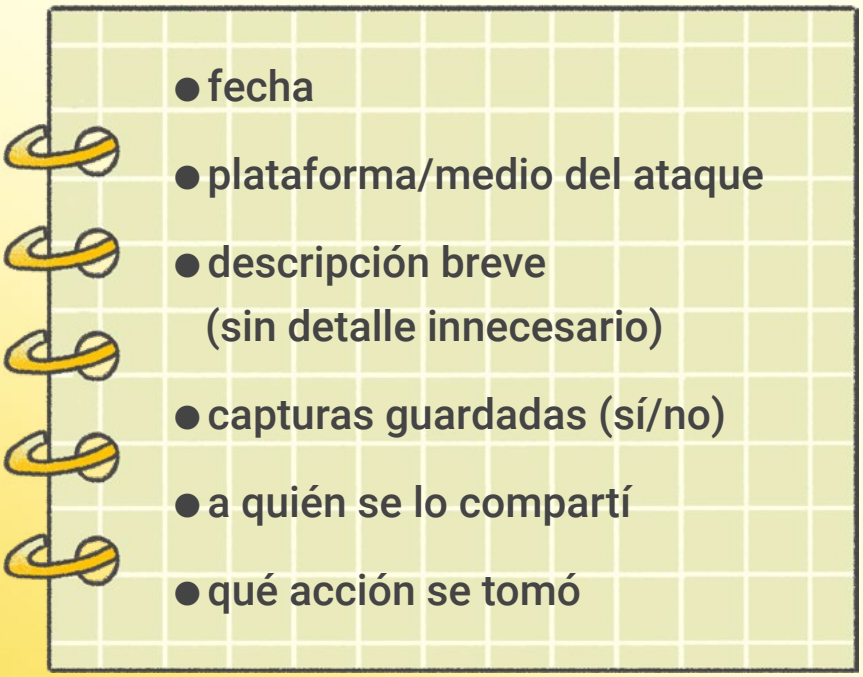
Cuando ya está pasando algo, no hay tiempo de pensar en abstracto.
Usa la siguiente matriz de decisiones rápidas.

SI LO QUE NECESITO ES...	ME ACERCO A...
Contención inmediata, no sentirme sola	Pares periodistas / red afectiva
Estrategia política o de comunicación	Colectiva feminista
Documentar el ataque para uso futuro (legal o de incidencia)	Cualquiera de la red, pero con protocolo de registro *(Ampliar en herramientas 6 y 10)*
Asesoría legal o denuncia formal	Un directorio de organizaciones especializadas
Descanso real, no seguir sosteniendo	Nadie de mi red de trabajo, es momento de desconexión, no de pedir más

HERRAMIENTA 10.

PLANTILLA MÍNIMA DE REGISTRO DE INCIDENTES

Sirve para no depender de la memoria ni de contar la historia una y otra vez. Campos mínimos * :



*Se llena una sola vez y se puede compartir con quien necesite saberlo, para no tener que volver a narrar lo ocurrido cada vez que pidas apoyo.

EJE 4.

PRECARIEDAD Y NO RECONOCIMIENTO DEL PERIODISMO COMO TRABAJO DE RIESGO



PARADOJA:

El periodismo de investigación no es una apuesta prioritaria para los medios: pagan mejor el amarillismo, que también aumenta la exposición y el riesgo. Pero esto no vuelve segura a la investigación: cuando toca intereses corporativos, políticos o de crimen organizado, es de las prácticas que más expone a quien la ejerce, aunque no sea la que los medios elijan financiar. La autonomía del freelance puede representar una desventaja porque monetizar no es fácil y nada respalda cuando algo se hace viral.

MOVIMIENTO SUGERIDO:

Refractar. Significa preguntarnos qué podemos hacer diferente cuando las opciones disponibles no nos sirven.

Puede implicar ensayar una nueva conversación, modificar una regla, establecer un límite, negociar de otra manera o inventar una tercera opción.

PREGUNTA QUE GUÍA EL MOVIMIENTO:

¿Qué límites y procesos podría ensayar en mi ejercicio periodístico?

La precariedad económica limita directamente la capacidad de protección y el cuidado. Generar estrategias de cuidado exige lo que menos se tiene: tiempo y dinero.

A diferencia de otros oficios peligrosos, en el periodismo no siempre hay seguro, estrategias de prevención ni prestaciones que sostengan cuando ocurre el daño que es estadísticamente previsible.

Aunque es importante sostener diálogos y exigencias a quienes dirigen nuestros espacios laborales, hay que reconocer la brecha que existe entre abrir estas conversaciones y alcanzar un logro tangible de ellas. Por eso es primordial establecer colectivamente límites en nuestro ejercicio laboral, para cuidar de nosotres antes que de las empresas para las que trabajamos.

Aquí cinco herramientas para comenzar a ensayarlos en nuestro ejercicio periodístico:



HERRAMIENTA 11.

LOS TRES NIVELES SOBRE MI POSICIÓN FRENTE A LA HISTORIA A CUBRIR

Ejercicio de ubicación. Se sugiere llenar antes de aceptar una cobertura de riesgo, no durante ni después.

NIVEL	PREGUNTA	QUÉ DEFINE LA PREGUNTA
Rol	¿Cuál es mi expertise, mi agenda y el valor añadido que puedo ofrecer en esta historia?	Si soy la persona indicada para cubrirla o si debería pasarla o compartir autoría
Contexto	¿Cuáles son mis riesgos y posibilidades en este territorio? (regulación digital, protocolos de seguridad en campo)	El nivel de preparación que necesito antes de empezar
Medio	¿Cuál es la línea editorial y las dinámicas del medio con el que colaboro?	Qué formatos y restricciones tengo, y qué tanto respaldo institucional puedo esperar

HERRAMIENTA 12.

TERMÓMETRO DE RIESGO POR TEMA

El diagnóstico regional muestra que no todos los temas generan el mismo tipo de riesgo. Coberturas como racismo y desigualdades estructurales, tecnología y derechos digitales, extractivismo, pueblos indígenas y territorios, y corrupción y poder político concentran las violencias más acumuladas y combinadas (no solo más ataques, sino ataques que llegan en capas). Antes de asumir una cobertura de alto riesgo, esta herramienta te ayuda a preguntarte qué necesitas preparar.

PREGUNTA	NOTAS
¿Este tema toca intereses de poder político, económico o crimen organizado?	
¿Hay antecedentes de otras periodistas atacadas por cubrir este mismo tema?	
¿Qué tipo de violencia es más probable aquí: hostigamiento, vigilancia, IA/desinformación, física?	
¿Tengo protocolos de seguridad física si la cobertura implica trabajo de campo?	
¿A quién de mi Mapa de redes (*herramienta 7*) activo antes de publicar, no solo después?	
¿Necesito publicar en colectivo, sin firma individual, o con alianza transfronteriza para diluir el riesgo?	

HERRAMIENTA 13.

CHECKLIST DE LAS CUATRO PREGUNTAS ANTES DE PUBLICAR

Esta herramienta está pensada para ser llenada antes de publicar una cobertura de riesgo, no durante ni después.

- ¿Qué consecuencias va a tener esto en las comunidades que se quedan en el territorio?
- ¿A quién va a afectar y cómo? (recordar que yo puedo irme; otras personas no)
- ¿Estoy priorizando la seguridad de las personas/ comunidades por encima de la exigencia editorial de “sacar la nota ya”?
- ¿Qué información sirve a la denuncia externa y qué información solo expone innecesariamente a la comunidad?



Tip para la ansiedad de no publicar de inmediato: se puede ir compartiendo la historia en secuencia, con información del lugar y hora de los hechos, sin sacrificar precisión por velocidad.

HERRAMIENTA 14.

GUION DE NEGOCIACIÓN ECONÓMICA CON EL MEDIO

Para freelancers y periodistas en condición laboral inestable, cómo pedir condiciones materiales, no solo límites de contenido.



- **Para pedir presupuesto de seguridad:** "Esta cobertura implica riesgo de (explicar el tipo de riesgo, por ejemplo físico, digital, etc.). Necesito que el presupuesto incluya (describir medidas de protección específicas), no que salga de mi bolsillo".

- **Para nombrar la brecha entre exposición y pago:** "Esta historia va a generar alcance y también exposición para mí. El pago actual no refleja ese riesgo".

- **Para poner un límite de tiempo:** "Puedo entregar esto en (colocar el plazo razonable según el riesgo previsto), no en el tiempo que exige la lógica de la inmediatez digital".

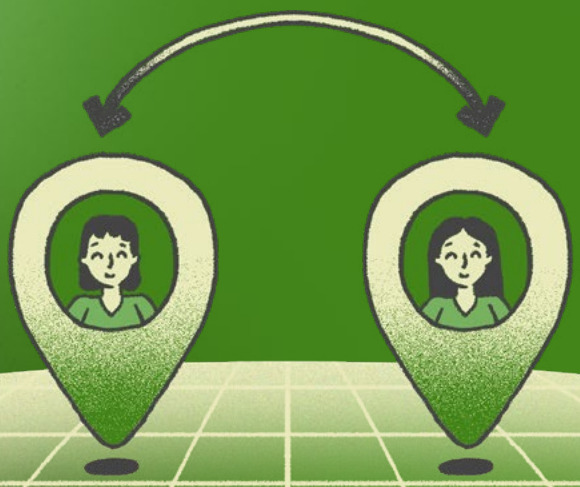
HERRAMIENTA 15.

MAPA DE ALIANZAS TRANSFRONTERIZAS

Esta herramienta se ha pensado para coberturas de coyuntura regional, basada en estrategias de alianza en redacciones transfronterizas.

Antes de cubrir un tema que conecta varios territorios, tres preguntas:

- ¿Quién más está cubriendo esto desde otro país?
- ¿Qué puedo aportar desde mi contexto específico que otra persona no puede?
- ¿Dónde puede estar mi fuerza en la diferencia de contexto, en vez de intentar homologar la cobertura?



EJE 5.

AUTOCENSURA, ANONIMATO Y EXILIO COMO PRÁCTICAS CONDICIONADAS



PARADOJA:

La autocensura es a la vez agencia y decisión condicionada. El anonimato es resistencia y cuidado, pero también renuncia parcial a producir con nombre propio.

MOVIMIENTO SUGERIDO:

Enfocar. Este movimiento no significa encontrar la solución perfecta, significa reconocer qué dimensión de la paradoja necesita atención **en este momento.**

PREGUNTA QUE GUÍA EL MOVIMIENTO:

¿Qué necesito atender hoy, sabiendo que puede cambiar mañana?

No es posible negar los riesgos que se asumen en el ejercicio periodístico. Ver muchas posibilidades también puede paralizar y, en ese contexto, es válido reconocer la viabilidad de acciones como la autocensura para protegernos.

Enfocar ayuda a elegir, sin culpas, qué dimensión de la paradoja necesita atención en este momento, aceptando que la respuesta puede cambiar después.

Nombrar la autocensura solo como agencia borra su origen estructural: la violencia, el hostigamiento y la vigilancia del Estado. Nombrarla solo como falla borra su dimensión de cuidado y supervivencia.

Existen estrategias propias, como el **anonimato y los seudónimos sostenidos**, incluso acuerpados por redes de exilios, la firma con seudónimo que se aclara después al revelar identidades (una vez eliminados ciertos riesgos contextuales) y el pago a fuentes y a personas colaboradoras en territorio.

Considera las siguientes tres herramientas para tomar decisiones respecto a las figuras de autocensura, anonimato y seudónimos sostenidos.



HERRAMIENTA 16.

MATRIZ DE ENFOQUE: ¿QUÉ DIMENSIÓN NECESITA ATENCIÓN HOY?

Esta herramienta es para usarse a solas, sin la presión de llegar a una respuesta definitiva, pues sabemos que "agencia" y "estructura" no son necesariamente contradictorias; pueden coexistir en la misma respuesta (proteger a alguien específico y reconocer que el riesgo que enfrenta esa persona es estructural).

PREGUNTA	SI LA RESPUESTA APUNTA A "AGENCIA"	SI LA RESPUESTA APUNTA A "ESTRUCTURA"
¿Por qué estoy considerando no publicar, no firmar, usar seudónimo ahora?	Estoy protegiendo algo específico y puedo nombrar qué	Hay una violencia, hostigamiento o vigilancia estatal de fondo que hace esto necesario, no una elección libre
¿Esta decisión es revisable en unas semanas?	Sí, hoy puedo poner una fecha para revisarla	No lo sé todavía, y está bien no saberlo
¿Quién más se ve afectado por mi decisión (familia, fuentes, colegas)?	Puedo nombrar a quién protejo con esta decisión y de qué forma específica se beneficia	El riesgo no es solo mío: hay otras personas expuestas por razones que no elegí (su territorio, su cercanía conmigo, su propia visibilidad)

HERRAMIENTA 17.

CRITERIOS PARA TRABAJAR CON PERIODISTAS O MEDIOS EXTRANJEROS

Esta herramienta es para cuando el anonimato o la colaboración (ya sea con redes de exilio o con periodistas y medios extranjeros/corresponsales) incluye colaboradoras o fuentes en territorio, y ayuda a evitar la dinámica extractivista que el diagnóstico nombra como riesgo.

Antes de aceptar o proponer una colaboración donde alguien más publica con su nombre lo que tú investigaste desde el anonimato:

- ¿Qué nivel de protección tiene cada parte si la historia genera represalias (protección legal, de su medio, de su pasaporte o nacionalidad) y esa diferencia se ha nombrado abiertamente entre quienes colaboran?
- ¿Se está pagando de forma justa a quien está en territorio asumiendo el riesgo mayor?
- ¿Quién recibe el crédito y quién recibe la protección? ¿Esa distribución es la más justa posible dado el riesgo real de cada parte?
- ¿Existe acuerdo explícito sobre cuándo (si acaso) se revela la identidad de quien trabajó en anonimato?
- Si la colaboración se rompe o la situación de riesgo cambia a mitad de camino, ¿qué compromiso de protección o acompañamiento se mantiene de todas formas?



HERRAMIENTA 18.

PROTOCOLO MÍNIMO DE SEUDÓNIMO SOSTENIDO

Herramienta para quienes deciden usar un nombre distinto de forma prolongada, no solo puntual.

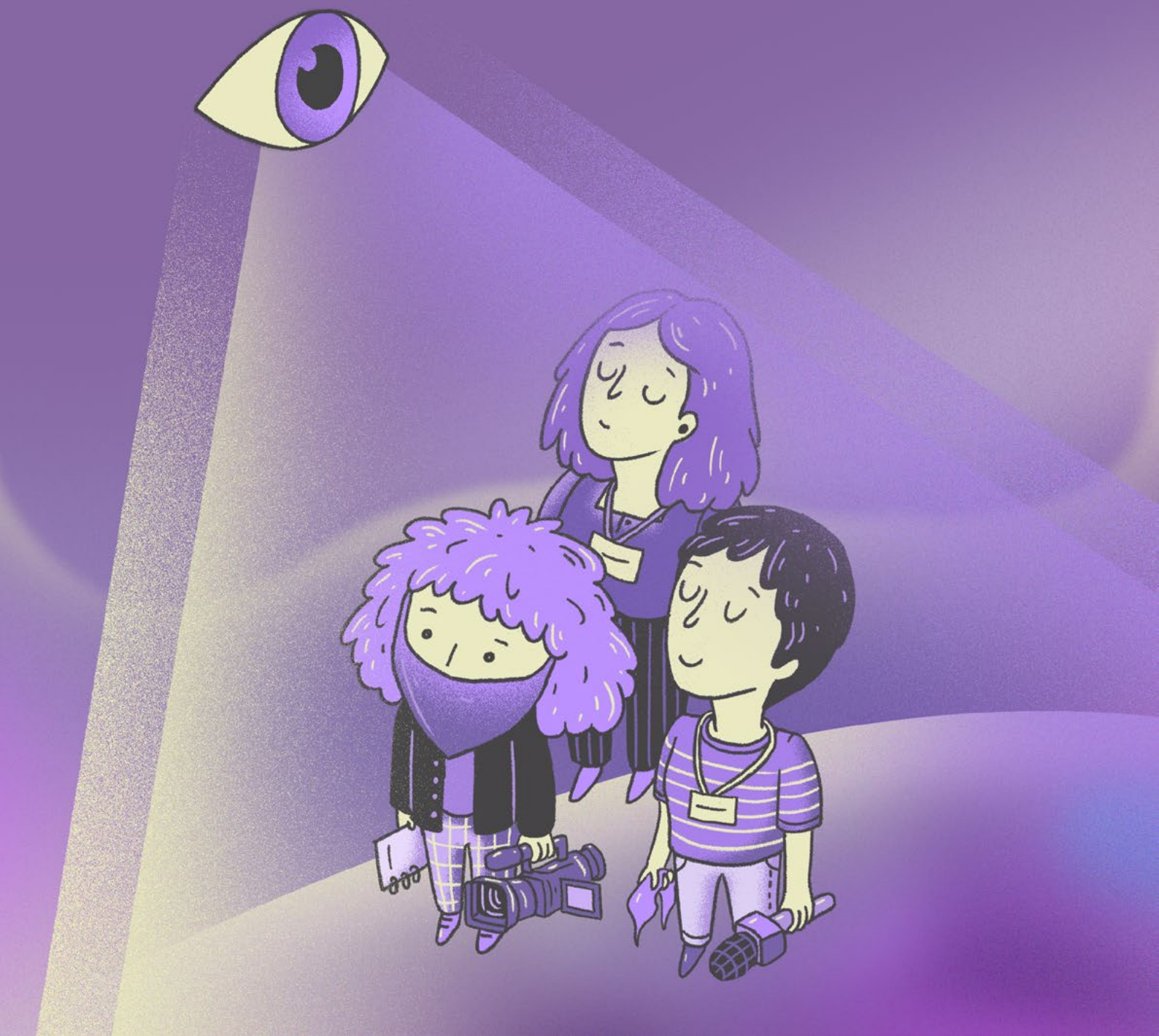
Tres decisiones a tomar por adelantado, no en el momento de crisis:

- ¿Quién más sabe la identidad real (idealmente más de una persona, por si algo pasa)?
- ¿Dónde queda guardada esa información de forma segura?
- ¿Bajo qué condición específica se revelaría el nombre real en el futuro? (por ejemplo, “cuando salga del país” o “cuando cambie el gobierno en X lugar”).



EJE 6.

LA EXPOSICIÓN PÚBLICA COMO CONDICIÓN ESTRUCTURAL, YA NO COMO ELECCIÓN



PARADOJA:

Para estar segura tendría que reducir mi exposición, pero la exposición es mi trabajo. La visibilidad es a la vez condición de existencia profesional y condición de riesgo.

MOVIMIENTO SUGERIDO:

Integrar lo descubierto sin borrar las contradicciones.

PREGUNTA QUE GUÍA EL MOVIMIENTO:

¿Cómo quiero integrar lo que descubrí en una forma propia de habitar esta tensión?

En muchas experiencias se nos activa la culpa al considerar que elegir la profesión periodística, sobre todo si se es particularmente pública, pone en riesgo a otres a nuestro alrededor. Sin embargo, no se trata más que de una culpa fabricada y orquestada por aquellos que sostienen el poder político y económico, puesto que menor exposición no significa necesariamente mayor seguridad.

La exposición pública dejó de ser una elección individual: es una condición estructural del trabajo periodístico que reorganiza el riesgo y distribuye el desgaste de forma desigual. El punto de partida ya no es si ser visible o no, sino en qué condiciones.

La vulnerabilidad a la que estamos expuestas no es resultado de nuestra elección de profesión, sino de una lógica sistemática mediada por intereses políticos y económicos que polariza y manipula narrativamente; es impulsada e ignorada por los Estados, las empresas de tecnología y, en muchos casos, por medios de comunicación.

En un contexto como ese hay cuidados individuales y colectivos que son cruciales para habitar las contradicciones respecto a la visibilidad y seguridad que sugiere nuestra profesión.

Te compartimos tres herramientas para realizar una revisión de tu exposición pública y construir formas de habitarla que te hagan sentido.



HERRAMIENTA 19.

BALANCE DE EXPOSICIÓN

Herramienta de autorrevisión periódica, no de crisis, para pensar la visibilidad como un recurso finito que se administra, no como todo o nada.

PREGUNTA	RESPUESTA
¿En qué condiciones estoy siendo visible ahora mismo (no si soy visible o no, sino cómo)?	
¿Este nivel de exposición es sostenible en los próximos tres meses, o me está costando más de lo que puedo pagar?	
¿Ejercí mi derecho a la desconexión esta semana, o hace cuánto no lo uso?	
Si tuviera que bajar mi exposición un 20% sin dejar de trabajar, ¿qué es lo primero que soltaría?	

Por qué importa aplicar esta herramienta: la culpa de “si soy visible pongo en riesgo a otres” es, según el propio diagnóstico, una culpa artificial orquestada por quienes sostienen el poder; menor exposición no significa necesariamente mayor seguridad.

Esta herramienta no busca reducir la visibilidad por reducirla, sino hacerla sostenible.

HERRAMIENTA 20.

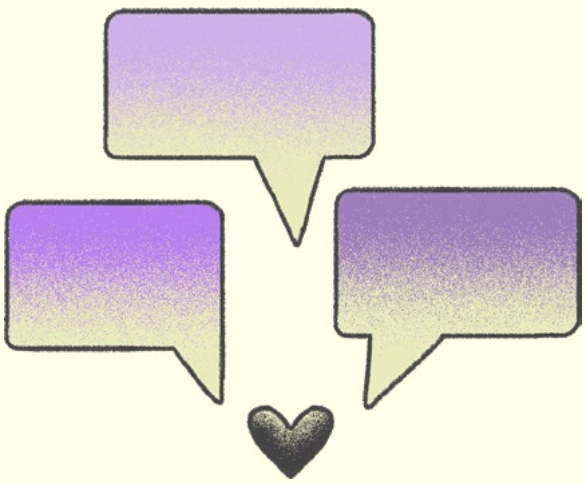
GUION PARA REGRESAR AL COLECTIVO

Para cuando la exposición se siente solitaria, nombrar que lo que se vive es estructural, no individual.

- **Para abrir la conversación con pares:** “Lo que estoy viviendo con la exposición no es solo mío. ¿Alguien más está pasando algo parecido ahora?”

- **Para pedir prácticas compartidas:** “¿Qué te ha servido a ti para sostener la visibilidad sin quemarte? Quiero aprenderlo, no inventarlo sola”.

- **Para hacer explícita una preocupación antes de que se vuelva un desgaste silencioso:** “Necesito nombrar que esto me está costando (económica, emocional o físicamente), aunque no tenga una solución todavía”.



HERRAMIENTA 21.

RITUAL DE CONEXIÓN CON EL GOZO DEL OFICIO

Esta herramienta está pensada para usarla como práctica, no como una tarea.

Un espacio breve, periódico (semanal o quincenal, sola o en colectivo), con dos preguntas simples y sin respuesta correcta:

- ¿Qué motivó mi propósito como periodista la primera vez, y sigue presente hoy?

- ¿Qué esperanza siento cuando pienso en mi trabajo, a pesar del riesgo que también es real?

Esta herramienta no es un ejercicio de positividad forzada, es un contrapeso deliberado al reconocimiento de que, si la exposición pública como condición estructural se queda solo en gestión de riesgo, termina reduciendo el periodismo feminista a pura supervivencia. En territorio feminista el gozo también es parte de lo que se está defendiendo.



GLOSARIO

Agencia y estructura: Agencia es la capacidad de decidir y actuar; estructura son las condiciones (económicas, políticas, institucionales) que exceden a la persona y condicionan esas decisiones. Este *toolkit* insiste en nombrar ambas a la vez: por ejemplo, la autocensura es agencia y respuesta a una estructura violenta, no una u otra cosa.

Algoritmo: El sistema con el que una plataforma decide qué contenido circula, cuál se limita y cuál se amplifica. No es neutral ni automático en el sentido de "sin responsables": responde a decisiones de diseño que benefician a la plataforma, aunque se presenten como técnicas.

Autocensura: La decisión de no publicar, no nombrar o no exponerse, tomada para protegerse. Nombrarla solo como agencia borra su origen estructural (la violencia, el hostigamiento, la vigilancia del Estado); nombrarla solo como falla borra su dimensión de cuidado y supervivencia. Es ambas cosas a la vez.

Corresponsabilidad: Reconocer que la protección no depende solo de la periodista, sino también de medios, financiadoras, Estado y plataformas, cada quien con responsabilidades específicas que se pueden nombrar y exigir.

Doxxing: Exposición pública de datos personales (dirección, rutina, familia, identidad) sin consentimiento, con el fin de intimidar o poner en riesgo físico a la persona. Es la violencia digital que con más frecuencia convierte el riesgo digital en riesgo físico inminente.

Economía de la atención: El modelo en el que el dato y el tiempo de pantalla son el producto que se vende, no el contenido en sí. Bajo esta lógica, tanto el alcance genuino como el discurso de odio son rentables para la plataforma, porque ambos generan más visualización.

GLOSARIO

Exposición pública: El nivel de visibilidad, alcance e interacción que tiene el trabajo de una periodista. El *toolkit* la entiende no como una elección personal, sino como una condición estructural del oficio periodístico: dejó de ser opcional hace tiempo.

Hostigamiento coordinado: Ataques digitales que no son espontáneos ni aislados, sino organizados (muchas veces por múltiples cuentas o bots) para amplificar artificialmente el rechazo, el odio o la desinformación contra una persona.

Protección integral feminista: La tradición, sostenida por organizaciones y redes feministas de la región desde hace ya varios años, que piensa la seguridad desde el cuidado y no desde el control o la vigilancia propios de la narrativa de seguridad institucional y militarista.

Trazabilidad: La posibilidad de reconstruir la secuencia completa de una violencia a lo largo del tiempo (cuándo empezó, cómo escaló, con qué se combinó) en lugar de leer cada episodio como un hecho aislado. Es lo que después permite pedir protocolos institucionales o apoyo legal.

Violencia a través de las tecnologías (o violencia digital): Formas de agresión que ocurren en o a través de plataformas digitales (hostigamiento, vigilancia, desinformación, suplantación, censura, *doxxing*) que buscan silenciar, desgastar o desplazar a quien las recibe del espacio público.

Violencia combinada: Cuando dos o más tipos de violencia digital ocurren juntos o en secuencia (por ejemplo, hostigamiento + vigilancia + desinformación) en vez de llegar como un episodio único y aislado. El diagnóstico regional muestra que casi la mitad de las periodistas que la viven no logran nombrarla como tal, porque llega de a poco.

Esta caja de herramientas existe gracias a las periodistas, comunicadoras y creadoras de contenido que hacen periodismo feminista en América Latina y que compartieron sus vivencias tanto en el diagnóstico regional como en el curso. Cada herramienta nace de lo que ellas nombraron, resistieron y aprendieron a navegar. Reconocemos el valor del trabajo que sostienen día a día frente a las violencias estructurales, y sabemos que caminamos juntas para que ejercer el periodismo sea cada vez más equitativo, justo, libre y seguro.

OXFAM LUCHADORAS El Churo FESTIVAL ZARELIA Periodismo, medios digitales, género y feminismos