

# DEFENSA PERSONAL EN EL KENPO

# DEFENSA PERSONAL

### **¿Qué es la Defensa Personal?**

La defensa personal es todo aquello que consiga preservar la integridad física tanto nuestra como de terceras personas.

Dentro de este todo vamos a comprender tanto las habilidades del uso de las armas naturales del ser humano como las herramientas que este ha creado tanto para el fin mismo de la defensa: armas, como los útiles cotidianos de trabajo, sin perder de vista que la mayoría de las armas tienen en su principio una utilidad de uso cotidiano, a pesar de acabar especializándose como tales.

En este trabajo vamos a analizar la defensa personal desde el prisma que nos da la práctica del Kenpo, un Arte Marcial basado precisamente en la defensa personal como fin.

### **Responsabilidad del Formador**

Tenemos como practicantes avanzados de Kenpo un amplio arsenal de técnicas y conocimientos para la realización de la Defensa Personal, pero también es cierto que el cometido del entrenador-monitor en Kenpo es adiestrar y enseñar estas técnicas a grupos de personas.

Dentro de nuestra tarea de formadores tendremos siempre en cuenta, a la hora de hablar sobre la Defensa Personal, dejar bien claro el marco legal en el que nos vamos a encontrar y manejar con absoluto conocimiento lo que es el uso de la fuerza dentro de la “Legítima Defensa”; es por ello que vamos a explicar en este apartado lo que significa.

### **Definición de legítima defensa**

La Legítima Defensa es la reacción necesaria y proporcionada que se lleva a cabo para alejar de sí o de otro el peligro actual de una defensa injusta.

La Legítima Defensa no se funda en la defensa general que el sujeto asume por no poderle tutelar el Estado, sino en motivaciones que se invocan para todas las causas de justificación o para un grupo de ellas.

Esta establece las circunstancias de ella misma debido a que se presenta en el hecho. Por lo tanto, es apreciable sólo por los jueces de fondo y no sujetas al control de la casación.

### Condiciones de la Legítima Defensa

En el momento de hablar de legítima defensa, hay que fijar las condiciones exigidas para que ésta exista; no obstante, es preciso adoptar una definición de la misma. “*La legítima defensa es repulsa de la agresión ilegítima, actual o inminente, por el atacado o tercera persona, contra el agresor, sin traspasar la necesidad de la defensa y dentro de la racionalidad proporcionalidad de los medios empleados para impedir la o repelerla*”: Definición ésta de Luis Jiménez de Asúa.

Recordemos lo que dice el Art. 328 del Código Penal, según el cual "No hay crimen ni delito, cuando el homicidio, las heridas o los golpes se infieran por la necesidad actual de la legítima defensa de sí mismo o de otro".

De la definición anterior tomaremos en cuenta los requisitos que corresponden a la legítima defensa:

- **Una agresión actual o inminente**
- **Que la agresión sea injusta**
- **Cierta simultaneidad entre la agresión y la defensa**
- **Proporcionalidad entre los medios de defensa y la agresión.**

También se podría decir que la “*Legítima Defensa es la reacción necesaria y proporcionada que se lleva a cabo para alejar de sí o de otro el peligro actual de una ofensa injusta*”: definida por Silvio Rainieri. De aquí se toma en cuenta que los requisitos son parte intrínseca de la misma definición, manteniendo estrecha relación con la definición anterior.

### Agresión actual o inminente.

Cuando hablamos de actual, quiere decir que es una acción ya comenzada. Inminente que no cabe la menor duda que se realice en segundos. La jurisprudencia expresa: *Considerando: para que exista el estado de legítima defensa previsto en el artículo 328 del Código Penal es necesario que el actor se haya encontrado frente a la inminencia de un ataque injusto o frente al ataque ya iniciado, siempre que no haya podido evitarlo o repelerlo, sino por el ejercicio de la violencia (Suprema Corte, 18 de noviembre 1949 B. J. 472, p. 960; 19 noviembre 1938 B J. 340, p. 699.)*

## DEFENSA PERSONAL

---

Que exista un estado de hecho en virtud del cual esté en curso o sea probable o inminente una ofensa contra un bien jurídico propio o ajeno (*“Alimena decía que la más bella de todas las defensas es la de los terceros”*: Jiménez de Asúa, *Lecciones de Derecho Penal*, pag. 194.).

Como la legítima defensa se admite contra el peligro actual de una ofensa, hay que admitirla sólo contra el comportamiento amenazante de los hombres, tengan o no capacidad de entender o de querer, ya que puede ser peligroso de ofensa hasta la conducta del loco o del menor; más no contra el peligro derivado de cosas o de animales, caso en el cual puede presentarse el estado de necesidad, a no ser que el peligro provenga de modo inmediato del animal o mediante del hombre que lo ha azuzado.

Hay que recalcar que no cabe defensa contra ataques pasados, porque nuestra acción sería vengativa y no precautoria.

La doctrina admite que la legítima defensa no va solamente encaminada a la defensa de la vida, sino de la integridad de la persona y en realidad una herida grave puede resultar un mal irreparable.

En consecuencia del párrafo anterior se desprende la siguiente idea o planteamiento: Algunos autores hacen una distinción en cuanto a la defensa legítima frente a actos impúdicos. En lo que se refiere a la tentativa de violación hay unanimidad de opiniones en el sentido de admitir la defensa legítima: la mujer que recibe violencias para ser violada, puede defenderse legítimamente para evitarla.

### **Una agresión injusta**

Esto significa que la conducta de la amenaza sea susceptible de valoración por parte del derecho, por ser opuesta a sus normas. Para la injusticia de la ofensa tampoco se requiere que el agresor sea punible. Así por ejemplo, debe admitirse la legítima defensa contra las personas inmunes de responsabilidad penal.

No es admisible la legítima defensa recíproca o legítima defensa contra la legítima defensa. Por lo tanto, no se puede calificar de legítima defensa la creación artificiosa de ésta, cuyo fin es evidente, como en el caso de provocación degenerando en agresión (por ejemplo, duelo irregular, pelea, riña).

La Jurisprudencia ha dicho, *considerando que todos los elementos del delito, de cuya comisión se acusa a un procesado, inclusive el elemento injusto debe serle probados a dicho procesado*. (Suprema Corte, 10 de agosto 1950 B. J. 476 p. 248).

### **Cierta simultaneidad entre la agresión y la defensa.**

## DEFENSA PERSONAL

---

El artículo 328 del Código Penal habla de la necesidad actual de legítima defensa de sí mismo o de otro. Al decir actual, el legislador se ha cuidado de distinguir legítima defensa y venganza. Quiere decir que con respecto a las circunstancias del hecho se pueda pensar que el sujeto no habría podido comportarse de otra manera para oponerse a la defensa (*Debe excluirse la legítima defensa en el caso de que se acepte el desafío ajeno.*).

En el caso en que se pueda huir para sustraerse a la ofensa que lo amenaza, y también en el caso que no hay necesidad de ella, también está la cuestión de la admisibilidad de la legítima defensa.

Según Jiménez de Asúa, la necesidad de la defensa es una de los temas más trascendentales en cuanto a la justificación de la legítima defensa. Se exige que la defensa sea necesaria, pero es concebida esta necesidad de un modo material que Franz Von Liszt Corcobora al decir que: "*El bien jurídico más insignificante puede ser protegido por medio de la muerte del agresor, cuando la agresión no puede ser repelida de otro modo*". Para que pueda ser invocada es necesario ante todo que se defienda un derecho protegido por la ley.

Si nos guiamos de la letra del artículo 328, en el que se expresa "*en defensa de sí mismo o de otro*" se pensaría que la defensa no es legítima sino cuando se dirige a proteger a las personas en su vida, en su integridad corporal o en su salud.

Sin embargo, sería esta una concepción muy restringida de la legítima defensa. Existe el consenso en el sentido de que en nuestra Constitución existen consagrados derechos inherentes a la personalidad humana que son en conjunto derechos fundamentales y necesarios para la convivencia social, entre los que se destacan además de la vida, el derecho a la propiedad, a la inviolabilidad de domicilio, a la libertad física, entre otros. Y a estos se pueden agregar el derecho al honor, el pudor, etc.

La necesidad debe ser requisito de la defensa, pero no una condición de la que podamos prescindir y sin la cual había defensa excesiva, sino auténtica condición. Así como no hay defensa legítima sin agresión ilegítima, no habría legítima defensa sin necesidad. La necesidad ha de juzgarse en orden al bien jurídico y al tipo de delito que se realizará sin la intrínseca justificación del acto. Es así que tendremos que descifrar y solucionar las cuestiones de la legítima defensa desde sus orígenes.

### **Proporcionalidad entre los medios de defensa y la agresión.**

Para que haya legítima defensa la reacción de quien es atacado debe ser proporcional al ataque injusto que contra él realiza el agresor.

## DEFENSA PERSONAL

---

La proporcionalidad quiere decir que la defensa sea proporcional al ataque que se recibe. Por ejemplo, si una persona es atacada sin armas, no puede defenderse con armas.

La jurisprudencia sostiene, en decisiones constantes que la proporción debe entenderse en el sentido del medio empleado y del medio que se habría podido usar para conseguir el fin justo.

El exceso en los medios empleados es el más típico de los ejemplos de la defensa excesiva. Significando esto que la defensa queda invalidada, aunque pueda hablarse de una forma impune o excesiva con penalidad más o menos leve.

Al estudiar el criterio de la proporción puede plantearse el problema de la admisibilidad de la legítima defensa de bienes patrimoniales mediante *offendicula*, es decir, puntas de hierro colocadas en rejas y verjas, vidrios puestos sobre paredes o tapias divisorias, artefactos mecánicos y explosivos instalados, en forma oculta, detrás de puertas cerradas, etc. Tomamos en cuenta que este medio opera en el momento de la agresión. Sin embargo, la duda surge en lo que concierne a la necesidad de la defensa y a su proporción.

En el caso que esos medios estén predispuestos de modo visible, la legítima defensa se hace evidente. Por el contrario, en caso de medios ocultos, habrá que decidir la legitimidad por medio de la proporcionalidad que rodeó las circunstancias del hecho.

### **Legislación Española en cuestión de lesiones**

#### **Delito de lesiones**

El que, por cualquier medio o procedimiento, causare a otro una lesión que menoscabe su integridad corporal o su salud física o mental, será castigado como reo

del delito de lesiones con la pena de prisión de seis meses a tres años, siempre que la lesión requiera objetivamente para su sanidad, además de una primera asistencia facultativa, tratamiento médico o quirúrgico. La simple vigilancia o seguimiento facultativo del curso de la lesión no se considerará tratamiento médico.

*A partir de: 1 octubre 2003*

Párrafo 2.º del número 1 del artículo 147 introducido por el número cinco del artículo primero de la L.O. 11/2003, de 29 de septiembre, de medidas concretas en materia de seguridad ciudadana, violencia doméstica e integración social de los extranjeros («B.O.E.» 30 septiembre).

«Con la misma pena será castigado el que, en el plazo de un año, haya realizado cuatro veces la acción descrita en el artículo 617 de este Código.

**2.** No obstante, el hecho descrito en el apartado anterior será castigado con la pena de arresto de siete a veinticuatro fines de semana o multa de tres a doce meses, cuando sea de menor gravedad, atendidos el medio empleado o el resultado producido.

*Artículo 148*

Las lesiones previstas en el apartado 1 del artículo anterior podrán ser castigadas con la pena de prisión de dos a cinco años, atendiendo al resultado causado o riesgo producido:

**1.º** Si en la agresión se hubieren utilizado armas, instrumentos, objetos, medios, métodos o formas concretamente peligrosas para la vida o salud, física o psíquica, del lesionado.

**2.º** Si hubiere mediado ensañamiento.

**3.º** Si la víctima fuere menor de doce años o incapaz.

*A partir de: 29 junio 2005*

Artículo 148 redactado por el artículo 36 de la L.O. 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género («B.O.E.» 29 diciembre).

*Artículo 149*

El que causare a otro, por cualquier medio o procedimiento, la pérdida o la inutilidad de un órgano o miembro principal, o de un sentido, la impotencia, la esterilidad, una grave deformidad, o una grave enfermedad somática o psíquica, será castigada con la pena de prisión de seis a doce años.

*A partir de: 1 octubre 2003*

Artículo 149 redactado por el número seis del artículo primero de la L.O. 11/2003, de 29 de septiembre, de medidas concretas en materia de seguridad ciudadana, violencia doméstica e integración social de los extranjeros («B.O.E.» 30 septiembre).

*Artículo 150*

El que causare a otro la pérdida o la inutilidad de un órgano o miembro no principal, o la deformidad, será castigado con la pena de prisión de tres a seis años.

## **Faltas de lesiones**

### *Artículo 617*

1. El que, por cualquier medio o procedimiento, causara a otro una lesión no definida como delito en este Código será castigado con la pena de localización permanente de seis a 12 días o multa de uno a dos meses.
2. El que golpear o maltratare de obra a otro sin causarle lesión será castigado con la pena de localización permanente de dos a seis días o multa de 10 a 30 días.

## **las causas que eximen de la responsabilidad criminal**

### *Artículo 19*

Los menores de dieciocho años no serán responsables criminalmente con arreglo a este Código.

Cuando un menor de dicha edad cometa un hecho delictivo podrá ser responsable con arreglo a lo dispuesto en la ley que regule la responsabilidad penal del menor.

La Disposición Final 7.<sup>a</sup> de la L.O. 5/2000, 12 enero, reguladora de la responsabilidad penal de los menores («B.O.E.» 13 enero), estableció que en su fecha de entrada en vigor, el día 13 de enero de 2001, entrarían también en vigor los artículos 19 y 69 del Código Penal. Así ocurrió con el artículo 19, pero no con el artículo 69. Véase la nota a dicho artículo. *LO 5/2000 de 12 Ene. (responsabilidad penal de los menores) LO 10/1995 de 23 Nov. (Código Penal)*

### *Artículo 20*

Están exentos de responsabilidad criminal:

- **1.º** El que al tiempo de cometer la infracción penal, a causa de cualquier anomalía o alteración psíquica, no pueda comprender la ilicitud del hecho o actuar conforme a esa comprensión.

El trastorno mental transitorio no eximirá de pena cuando hubiese sido provocado por el sujeto con el propósito de cometer el delito o hubiera previsto o debido prever su comisión.

- **2.º** El que al tiempo de cometer la infracción penal se halle en estado de intoxicación plena por el consumo de bebidas alcohólicas, drogas tóxicas, estupefacientes, sustancias psicotrópicas u otras que produzcan efectos análogos, siempre que no haya sido buscado con el propósito de cometerla o no se hubiese previsto o debido prever su comisión, o se halle bajo la influencia de un síndrome de abstinencia, a causa de su dependencia de tales



## DEFENSA PERSONAL

---

sustancias, que le impida comprender la ilicitud del hecho o actuar conforme a esa comprensión.

- **3.º** El que, por sufrir alteraciones en la percepción desde el nacimiento o desde la infancia, tenga alterada gravemente la conciencia de la realidad.
- **4.º** El que obre en defensa de la persona o derechos propios o ajenos, siempre que concurren los requisitos siguientes:
  - **Primero.** Agresión ilegítima. En caso de defensa de los bienes se reputará agresión ilegítima el ataque a los mismos que constituya delito o falta y los ponga en grave peligro de deterioro o pérdida inminentes. En caso de defensa de la morada o sus dependencias, se reputará agresión ilegítima la entrada indebida en aquélla o éstas.
  - **Segundo.** Necesidad racional del medio empleado para impedir la o repelerla.
  - **Tercero.** Falta de provocación suficiente por parte del defensor.
- **5.º** El que, en estado de necesidad, para evitar un mal propio o ajeno lesione un bien jurídico de otra persona o infrinja un deber, siempre que concurren los siguientes requisitos:
  - **Primero.** Que el mal causado no sea mayor que el que se trate de evitar.
  - **Segundo.** Que la situación de necesidad no haya sido provocada intencionadamente por el sujeto.
  - **Tercero.** Que el necesitado no tenga, por su oficio o cargo, obligación de sacrificarse.
- **6.º** El que obre impulsado por miedo insuperable.
- **7.º** El que obre en cumplimiento de un deber o en el ejercicio legítimo de un derecho, oficio o cargo.

En los supuestos de los tres primeros números se aplicarán, en su caso, las medidas de seguridad previstas en este Código.

### las circunstancias que atenúan la responsabilidad criminal

### Artículo 21

Son circunstancias atenuantes:

- **1.ª** Las causas expresadas en el capítulo anterior, cuando no concurrieren todos los requisitos necesarios para eximir de responsabilidad en los respectivos casos.
- **2.ª** La de actuar el culpable a causa de su grave adicción a las sustancias mencionadas en el número 2.º del artículo anterior.
- **3.ª** La de obrar por causas o estímulos tan poderosos que hayan producido arrebatos, obcecación u otro estado pasional de entidad semejante.
- **4.ª** La de haber procedido el culpable, antes de conocer que el procedimiento judicial se dirige contra él, a confesar la infracción a las autoridades.
- **5.ª** La de haber procedido el culpable a reparar el daño ocasionado a la víctima, o disminuir sus efectos, en cualquier momento del procedimiento y con anterioridad a la celebración del acto del juicio oral.
- **6.ª** La dilación extraordinaria e indebida en la tramitación del procedimiento, siempre que no sea atribuible al propio inculpado y que no guarde proporción con la complejidad de la causa. *Circunstancia 6.ª del artículo 21 introducida en su actual redacción por el apartado primero del artículo único de la L.O. 5/2010, de 22 de junio, por la que se modifica la L.O. 10/1995, de 23 de noviembre, del Código Penal («B.O.E.» 23 junio). Vigencia: 23 diciembre 2010*
- **7.ª** Cualquier otra circunstancia de análoga significación que las anteriores.
- Circunstancia 7.ª del artículo 21 renumerada por el apartado primero del artículo único de la L.O. 5/2010, de 22 de junio, por la que se modifica la L.O. 10/1995, de 23 de noviembre, del Código Penal («B.O.E.» 23 junio). Su contenido literal se corresponde con el de la anterior circunstancia 6.ª. *Vigencia: 23 diciembre 2010*

### **las circunstancias que agravan la responsabilidad criminal**

#### Artículo 22

Son circunstancias agravantes:

## DEFENSA PERSONAL

---

- 1.<sup>a</sup> Ejecutar el hecho con alevosía.

Hay alevosía cuando el culpable comete cualquiera de los delitos contra las personas empleando en la ejecución medios, modos o formas que tiendan directa o especialmente a asegurarla, sin el riesgo que para su persona pudiera proceder de la defensa por parte del ofendido.

- 2.<sup>a</sup> Ejecutar el hecho mediante disfraz, con abuso de superioridad o aprovechando las circunstancias de lugar, tiempo o auxilio de otras personas que debiliten la defensa del ofendido o faciliten la impunidad del delincuente.
- 3.<sup>a</sup> Ejecutar el hecho mediante precio, recompensa o promesa.
- 4.<sup>a</sup> Cometer el delito por motivos racistas, antisemitas u otra clase de discriminación referente a la ideología, religión o creencias de la víctima, la etnia, raza o nación a la que pertenezca, su sexo, orientación o identidad sexual, la enfermedad que padezca o su discapacidad. *Circunstancia 4.<sup>a</sup> del artículo 22 redactada por el apartado segundo del artículo único de la L.O. 5/2010, de 22 de junio, por la que se modifica la L.O. 10/1995, de 23 de noviembre, del Código Penal («B.O.E.» 23 junio). Vigencia: 23 diciembre 2010*
- 5.<sup>a</sup> Aumentar deliberada e inhumanamente el sufrimiento de la víctima, causando a ésta padecimientos innecesarios para la ejecución del delito.
- 6.<sup>a</sup> Obrar con abuso de confianza.
- 7.<sup>a</sup> Prevalerse del carácter público que tenga el culpable.
- 8.<sup>a</sup> Ser reincidente.

Hay reincidencia cuando, al delinquir, el culpable haya sido condenado ejecutoriamente por un delito comprendido en el mismo título de este Código, siempre que sea de la misma naturaleza.

A los efectos de este número no se computarán los antecedentes penales cancelados o que debieran serlo.

### **la circunstancia mixta de parentesco**

#### *Artículo 23*

Es circunstancia que puede atenuar o agravar la responsabilidad, según la naturaleza, los motivos y los efectos del delito, ser o haber sido el agraviado cónyuge o persona que esté o haya estado ligada de forma estable por análoga relación de afectividad, o

ser ascendiente, descendiente o hermano por naturaleza o adopción del ofensor o de su cónyuge o conviviente.

*Artículo 23 redactado por el número uno del artículo primero de la L.O. 11/2003, de 29 de septiembre, de medidas concretas en materia de seguridad ciudadana, violencia doméstica e integración social de los extranjeros («B.O.E.» 30 septiembre). Vigencia: 1 octubre 2003*

### TIPOS DE AGRESIONES

- Golpes
  - ✓ Extremidades superiores
  - ✓ Extremidades inferiores
  - ✓ Cabeza
- Agarres
  - ✓ A brazos
  - ✓ Solapas
  - ✓ Cuello
  - ✓ piernas
- armas
  - ✓ contundentes
  - ✓ punzantes
  - ✓ cortantes
  - ✓ de fuego
- implementos
  - ✓ elementos de fortuna

### LAS 5 DISTANCIAS EN LA DEFENSA PERSONAL:

- larga
- media
- corta
- cuerpo a cuerpo
- suelo

### SALIDAS DE AGARRE

- salidas por suelta
- salidas por empujón

# DEFENSA PERSONAL

---

- salidas por desplazamiento
- salidas por golpeo de tren superior
  - ✓ manos
  - ✓ codos
  - ✓ antebrazos
  - ✓ puños
- salidas por tren inferior
  - ✓ pies
  - ✓ rodillas
  - ✓ tibias

## TÉCNICAS BÁSICAS DE KENPO APLICADAS A LA DEFENSA PERSONA

### ANÁLISIS DE LOS PRINCIPALES PRINCIPIOS, CONCEPTOS Y REGLAS DE MOVIMIENTO.

#### REGLAMENTO DE TÉCNICAS DE DEFENSA PERSONAL.

1. Los competidores pueden realizar las técnicas en secuencia contra varios adversarios o sólo contra uno. En el caso de tener un solo oponente, no se harán pausas largas entre técnica y técnica, sino que se realizarán todas en secuencia de forma consecutiva. Las diferentes divisiones de adultos son:

- a. Colores hasta cinturón verde: se requieren 3 técnicas con la opción de 2 técnicas más. Se pueden utilizar armas pero no se puede usar el arma de un atacante que ha sido desarmado. El tiempo límite es de 5 minutos y no más de 5 atacantes.
- b. Marrón-negro: se requieren 3 técnicas con la opción de 2 técnicas más. Se pueden utilizar armas y se puede usar el arma de un atacante que ha sido desarmado. El tiempo límite es de 5 minutos y no más de 5 atacantes.

2. En las categorías infantiles las divisiones son:

- a. Blanco-púrpura: se requieren 3 técnicas: 1 golpe de puño, 1 agarre, y 1 patada. No se pueden utilizar armas. El tiempo límite es de 3 minutos y no más de 3 atacantes.

## DEFENSA PERSONAL

---

b. Azul-negro: se requieren 3 técnicas con la opción de 2 técnicas más. Se pueden utilizar armas pero no se puede usar el arma de un atacante que ha sido desarmado. El tiempo límite es de 5 minutos y no más de 5 atacantes.

3. En caso del campeonato de España donde se juntan las categorías en una sola tipo open, las reglas que se mantendrán para todos serán las de la categoría de cinturones negros.

4. No se aceptarán otros complementos propios de las exhibiciones. Ninguna música será permitida ni ningún arma que pueda ser peligrosa para ellos mismos o para sus atacantes. El árbitro central podrá examinar el arma y decidirá sobre su peligrosidad. Estarán prohibidas las armas metálicas con filo o punta o cualquiera de ellas que supere los 30 cm de longitud.

5. La secuencia técnica en la categoría marrón-negro adultos, deberá ejecutarse en 2 vueltas, a velocidad real ambas. Las demás categorías de adultos y todas las categorías infantiles realizarán las técnicas directamente a velocidad real.

6. Los criterios para puntuación de las técnicas serán con el siguiente orden:

a. Ejecución técnica: (será real y aplicable a una situación verdadera, no confundir con exhibiciones).

b. Efectividad, control, fuerza, enfoque, continuidad, equilibrio y presentación de conjunto.