Yoris y Yoremes

Año 2 No. 14 Segunda Época

Culiacán Rosales, Sinaloa, Julio 2026.



Inclusión y el derecho a demostrar de lo que somos capaces

La justicia no es un papel, es donde pongo mi cobija

Juventudes que transforman el presente

Cuando involucrarse transforma comunidades

COMISIÓN ESTATAL DE LOS DERECHOS HUMANOS SINALOA

COMISIÓN ESTATAL DE LOS DERECHOS HUMANOS DE SINALOA

Presidente de la CEDH
Profr. Oscar Loza Ochoa

Secretaria Ejecutiva
Marcela Adriana Flores Moreno

Secretaria Técnica
José Pablo Balderas Jurado

DIRECCIÓN EDITORIAL DE YORIS Y YOREMES

Director de Promoción y Divulgación
Luis Fernando Garibay Sillas

Colaboradores
Josué Murillo Carrillo, Jorge Yanagui Escobosa, César Eduardo Félix Cisneros, Lilian Margarita Moreno Valenzuela, Marcela Adriana Flores Moreno, Ruben Rivera y Sergio Daniel Hernández Chávez

Diseño Editorial
Jorge Yanagui Escobosa

Los contenidos presentados son responsabilidad de las y los autores y no de la CEDH, que los reproduce con un carácter informativo.

Editor Responsable: Profr. Oscar Loza Ochoa
Corrector: Karol Yamileth Mendoza Fuentes

Consejo Editorial: Oscar Loza Ochoa, Reyna Isabel Mendoza Osuna, Marcela Adriana Flores Moreno, José Pablo Balderas Jurado, Ramona Aída Inzunza Beltrán, Pavel Jonathan Hernández Ortiz, Luis Fernando Garibay Sillas, Brianda Abrahadeli López Moreno, Jorge Yanagui Escobosa, Aarón Ibarra Carbajal y Marcos Vizcarra Ruiz

Comisión Estatal de los Derechos Humanos de Sinaloa
Ruperto L. Paliza No. 556 sur,
esq. con Ignacio Ramírez
Col. Miguel Alemán,
C.P. 80200, Culiacán, Sinaloa.

Tel: (667) 752-24-21, (667) 752-25-75
Lada sin costo: 800-672-92-94

Reserva de Derechos al uso exclusivo en trámite.
Tiraje: 3,000 ejemplares
Edición: Julio de 2026
Las imágenes utilizadas en esta publicación son ilustraciones generadas con inteligencia artificial y se emplean con fines de protección de identidad.



Portada: portada julio 2026

CONTENIDO

MENSAJE DE LA CEDH SINALOA
- Editorial 3

ARTÍCULOS DEL MES
- Inclusión y el derecho a demostrar de lo que somos capaces 4
- La justicia no es un papel, es donde pongo mi cobija 6

EFEMÉRIDES
- Tortura. Aspectos generales 8
- Juventudes que transforman el presente 10

NNA EN ACCIÓN
- Cuando una voz se vuelve color 12

EDUCACIÓN EN DERECHOS HUMANOS
- Cuando involucrarse transforma comunidades 14
- Construir la paz también es responsabilidad de todos 16

VOCES Y TESTIMONIOS
- Historias que inspiran: acciones que fortalecen los derechos humanos 18

Tus ideas, tu creatividad y tu conocimiento pueden inspirar a otros en la lucha y defensa de los derechos humanos, en “Yoris y Yoremes” siempre estamos en busca de historias, artículos, fotografías, pinturas y cualquier otro aporte que promueva y divulgue los derechos humanos.

Si deseas participar llámanos
6677522421 Ext. 1205

o al correo (institucional)
publicaciones@cedhsinaloa.org.mx

Consulta más números

EDITORIAL

Hemos concluido el ciclo escolar 2025-26. Y como todos los ciclos escolares desde 2020, el presente también tuvo sus tropiezos. Por el bien de las infancias y adolescencias de hoy, al igual que las del futuro, estamos obligados a realizar algunas reflexiones sobre el entorno vivido en los años mencionados y los errores que sin duda cometimos, pues de ello depende cómo abordaremos la construcción del horizonte cercano y el de mediano plazo. En medio del entorno no busquemos a quién echarle la culpa, pues responsables somos todos. Algo no hicimos correctamente como gobierno y como sociedad para llegar a las coordenadas de violencia e inseguridad que tenemos hoy.

Primero fue el verbo nos dice la referencia bíblica, pero para nuestra situación actual primero fue la pandemia y después la crisis que generó la violencia. Ambos problemas tan cercanos en el tiempo han dejado huellas demasiado profundas en las más diversas actividades y campos de acción de la ciudadanía y, sin duda, en las estructuras del Estado mexicano. Para el texto presente hablemos de las consecuencias que en el mundo de la educación sufrieron y padecen infancias y adolescencias. La pandemia del Covid-19 nos llevó a la confinación en masa de la población. Sólo una parte mínima, la del trabajo esencial e imprescindible salía de casa a los centros de trabajo: hospitales, campos de cultivo, pesca, policía, entre otros.

La coyuntura de violencia que se abrió el 9 de septiembre de 2024 y no asoma su final 22 meses después, también nos ha confinado de alguna manera en regiones enteras de nuestra entidad, pues pauta horarios fuera del hogar y modifica nuestros hábitos. Y nos ha impuesto cambios severos en la vida escolar. Baste observar que prácticamente durante seis años la vida académica en Sinaloa se ha trastocado. ¿Qué nos pasó en estas etapas?: Las clases presenciales fueron la excepción en los días de la pandemia y en esta coyuntura las dificultades no han sido pocas para el funcionamiento normal de las escuelas.

¿Cuántas horas en laboratorios, en bibliotecas, en deportes, recreación, asistencia a parques y museos históricos y de arte se perdieron? La factura de todo ello ya la estamos pagando: hay niños en quinto y sexto de primaria que no saben leer ni escribir. No estamos especulando. En el trabajo de promoción de los derechos humanos en escuelas primarias nos hemos encontrado con esta triste situación. ¿Qué hacer ante la tragedia?. Lo peor es ver y dejar pasar estos casos que no son pocos, que por cierto van acompañados de muchos más que con dificultad pergeñan breves textos, sin tener muchas asideras en el conocimiento de las cuatro operaciones elementales de la aritmética. En esas lamentables condiciones académicas, ¿en qué trabajo productivo pueden emplearse?. En ninguno que exija leer instrucciones, hacer cálculos elementales y redactar informes mínimos.

En estas vacaciones no debe haber vacaciones en el sistema educativo. Las heridas que nos han legado la pandemia del Covid-19 y la crisis de seguridad tiene que entrar a terapia intensiva. Las grandes deficiencias en la formación educativa son esas dolorosas heridas. No podemos mandar al mercado de trabajo ni a la frustrante aventura de la enseñanza secundaria a esos alumnos de precario saber. Las autoridades educativas tienen el gran reto y desafío de curar las heridas que nos dejan pandemia y crisis de seguridad. Vale.

Profr. Oscar Loza Ochoa
Presidente de la Comisión Estatal de los Derechos Humanos de Sinaloa



El talento no se detiene ante las barreras: inclusión y el derecho a demostrar de lo que somos capaces

Por: Pamela Monserrat Inzunza Collantes

La inclusión comienza cuando dejamos de mirar las diferencias como límites y reconocemos en cada persona su capacidad, talento y derecho a participar en igualdad de condiciones.

La igualdad no sólo representa uno de los derechos humanos más importantes, sino que constituye el fundamento para construir una sociedad más justa, pacífica e incluyente. Hablar de igualdad implica reconocer que todas las personas, sin importar su origen, género, edad, religión, condición social o discapacidad, poseen la misma dignidad y merecen las mismas oportunidades para desarrollarse plenamente. Sin embargo, aún existen barreras físicas, sociales y culturales que limitan el ejercicio de estos derechos y dificultan la participación de muchas personas en los distintos ámbitos de la vida cotidiana.

La inclusión no debe entenderse como un acto de buena voluntad, de compasión o de caridad. Es, ante todo, el reconocimiento de un derecho humano que permite a todas las personas participar activamente en la sociedad en igualdad de condiciones. Cuando hablamos de personas con discapacidad, con frecuencia nos enfocamos en aquello que creemos que no pueden hacer, en lugar de reconocer todo aquello que son capaces de aportar cuando cuentan con oportunidades reales, entornos accesibles y una sociedad dispuesta a valorar sus capacidades antes que sus diferencias.

Con frecuencia hablamos de igualdad; sin embargo, la realidad demuestra que todavía existen prejuicios que condicionan nuestra manera de relacionarnos con las personas con discapacidad. En ocasiones las observamos con lástima; otras veces las admiramos de manera exagerada por realizar actividades cotidianas, e incluso hay quienes recurren a la burla o a la exclusión. Ninguna de estas actitudes contribuye a construir una sociedad más justa. El verdadero reto consiste en dejar de mirar la discapacidad como una limitación personal y comenzar a reconocer que, muchas veces, el principal obstáculo son las barreras que aún persisten en nuestro entorno, las cuales restringen el pleno ejercicio de sus derechos.

Un ejemplo de ello puede encontrarse en cualquier centro de trabajo. Imaginemos a una persona con discapacidad que forma parte del equipo de una institución pública o de una empresa. Día con día demuestra puntualidad, responsabilidad y compromiso con las actividades que le son encomendadas. Cumple con sus funciones de manera eficiente, mantiene una actitud de disposición para aprender y colaborar, y alcanza los objetivos establecidos al igual que cualquier otra persona. Su desempeño deja en evidencia que la capacidad para realizar un trabajo no depende de una discapacidad, sino del acceso a oportunidades y de la confianza que la sociedad deposita en las personas. Cuando el talento se valora por encima de los prejuicios, se fortalece no sólo el desarrollo individual, sino también el crecimiento de las instituciones y de la sociedad.

Este ejemplo nos invita a reflexionar que la igualdad no puede limitarse únicamente a la relación entre mujeres y hombres. Si bien la igualdad de género constituye un principio indispensable para el respeto de los derechos humanos, la igualdad también comprende el reconocimiento de la dignidad y del valor de las personas con discapacidad, de las personas adultas mayores, de los pueblos indígenas y de todas aquellas que integran una sociedad diversa. Ser iguales no significa ser idénticos; significa que todas las personas merecemos el mismo respeto, las mismas oportunidades y el pleno ejercicio de nuestros derechos, sin importar nuestras diferencias.

Es inaceptable que una persona sea excluida de una oportunidad educativa, laboral o social por una condición que no define su valor como ser humano. La discriminación limita el desarrollo individual y, al mismo tiempo, empobrece a la sociedad, pues impide aprovechar el talento, la creatividad y las ca-

pacidades de miles de personas que tienen mucho que aportar cuando se les brinda un espacio digno para participar.

No obstante, la construcción de una sociedad incluyente no comienza en las instituciones ni en los centros de trabajo. La igualdad nace desde la infancia, en el seno familiar, donde aprendemos nuestros primeros valores y la forma en que convivimos con quienes nos rodean. Es en el hogar donde madres, padres y cuidadores enseñan el respeto, la empatía, la solidaridad y el reconocimiento de la dignidad de todas las personas. Cuando desde pequeños aprendemos a querer, respetar y valorar a las personas por quienes son y no por sus condiciones o diferencias, crecemos comprendiendo que la diversidad forma parte de la vida y que todas las personas merecen las mismas oportunidades para desarrollarse plenamente.

Posteriormente, la escuela fortalece esos aprendizajes al fomentar la convivencia entre personas con distintas características, capacidades y formas de comprender el mundo. Más adelante, los espacios laborales tienen la responsabilidad de consolidar esa cultura de inclusión mediante procesos de contratación sin discriminación, ambientes accesibles y oportunidades equitativas que permitan a cada persona desarrollar su potencial.

Garantizar el derecho al trabajo de las personas con discapacidad no significa otorgar privilegios ni reducir las exigencias propias de una actividad laboral. Significa eliminar las barreras que históricamente han limitado su participación y ofrecer las mismas oportunidades para demostrar conocimientos, habilidades, experiencia y compromiso. Cuando una institución apuesta por la inclusión, no sólo transforma la vida de quien recibe una oportunidad laboral; también fortalece sus equipos de trabajo, enriquece la toma de decisiones y demuestra que el respeto a los derechos humanos puede traducirse en acciones concretas.

Construir una sociedad verdaderamente incluyente requiere del compromiso de todas y todos. Implica cambiar nuestra manera de pensar, dejar atrás estereotipos y comprender que las diferencias no nos dividen, sino que enriquecen la convivencia. Cada acción de respeto, cada oportunidad brindada y cada barrera eliminada representan un paso hacia una comunidad más humana, donde nadie sea definido por una condición, sino por sus capacidades, su esfuerzo y su dignidad.

El talento no conoce barreras cuando existen oportunidades. Las personas con discapacidad no necesitan que alguien les diga hasta dónde pueden llegar; necesitan que la sociedad deje de imponer obstáculos que limiten su desarrollo. La verdadera igualdad consiste en reconocer que todas las personas tenemos el mismo valor, los mismos derechos y la capacidad de contribuir al bienestar colectivo desde nuestras propias habilidades. Sólo cuando comprendamos que la inclusión comienza en casa, se fortalece en la escuela y se consolida en cada espacio de convivencia, podremos construir una sociedad donde nadie tenga que demostrar que merece un lugar, porque ese lugar siempre le ha pertenecido por derecho.



La justicia no es un papel, es donde pongo mi cobija.

Por: Jorge Andrés García Zazueta

Para quienes no tienen un hogar seguro, la justicia no se mide en discursos ni promesas. Se mide en la posibilidad real de acceder a una vivienda digna, construir un patrimonio y vivir sin miedo al desalojo.

SOY JOVEN, VIVO EN SINALOA Y MI LUCHA DIARIA NO ES POR IDEOLOGIA:
Es porque no tengo donde dormir tranquilo. Cuando hablan de justicia y dignidad, yo pienso en la lucha que llevamos por el derecho a una vivienda digna. Pienso en las más de 500 familias que, como la mía, están a la intemperie esperando que la promesa se cumpla.

La dignidad no es pedir limosna, es exigir que nos respeten como ciudadanos.

LA JUSTICIA QUE NO LLEGA.
En Sinaloa el déficit habitacional es brutal: más de 63 mil 230 casas faltan y 81 mil viviendas están en hacinamiento. las autoridades reconocen el problema, pero su respuesta siempre es la misma “NO HAY DINERO”. Mientras tanto, el costo de una vivienda supera el millón doscientos mil pesos, algo imposible para quienes trabajamos el día a día.
El movimiento por la vivienda ha documentado que durante todo el sexenio actual no se ha otorgado ni un solo solar a las familias que lo necesitan. Hay alrededor de mil doscientas familias inscritas en programas de ahorro que no ven resultados. En lo personal conozco a muchas personas que llevan años ahorrando y años esperando.

LA ORGANIZACIÓN COMO ÚNICA SALIDA.
No es que queramos algo regalado. Como dice la C. Camelia Anaya Bojorquez, representante de los “Sin casa”: queremos pagar nuestro lote, no nos estamos negando a pagarlo, pero queremos que ellos también pongan de su parte. La dignidad no es pedir limosna, es exigir que nos respeten como ciudadanos.

LA MEMORIA DE LOS QUE CAYERON.
No olvidemos que esta lucha ha costado vidas. Los Uzarraga, padre e hijo, fueron asesinados hace más de 40 años luchando por vivienda en la colonia 15 de julio. Hoy les rinden homenaje, pero el problema sigue, y nosotros seguimos en las calles.

EL DERECHO A UN PEDAZO DE TIERRA.
La justicia como garantía de la dignidad humana no es un simple concepto vacío, para mi: es saber que podemos construir nuestros hogares sin miedo a ser desalojados. Es que los infantes crezcan con la seguridad de que tienen un hogar y no con la amenaza de que te saquen de tu casa. La ley dice que todos tenemos derecho a una vivienda digna, pero nunca volteamos a la constitución del pueblo.
Organizarnos no es opción, es supervivencia. Las marchas, las manifestaciones, las horas en las oficinas de gobierno y las huelgas de

hambre no son caprichos: son la única manera de que nos escuchen, de que volteen a vernos. Después de tantos años de promesas incumplidas, los precaristas del municipio de Guasave tuvieron que tomar los terrenos que la comisión de vivienda compró, por la insistencia y terquedad del pueblo de pedir que se garantice el derecho a la vivienda digna, ya que nunca los entregó. No queremos molestar, queremos vivir con dignidad.

EL FUTURO QUE CONSTRUIMOS.

La solución no nos caerá del cielo. Los gobiernos sean del partido que sean, han fallado. Hace falta la voluntad política para invertir en vivienda popular, para tratar de dar una solución al problema, para que todas las personas puedan tener un hogar, un techo donde cubrirse de la lluvia, un espacio donde sus hijos puedan crecer en paz, un espacio que les brinde el calor que te brinda un hogar.

La justicia, para mí, es que el esfuerzo de mis compañeros de lucha tenga recompensa. Es que después de tantos años de pelear, familias como las de valle del agua, valle de Amapas y la colonia Vicente Sarabia en Costa Rica, por dar ejemplos, logren su meta de regularizar sus terrenos y poder pagar por lo que tanto se ha peleado.

ESO ES JUSTICIA: QUE NOS DEVUELVAN LA DIGNIDAD QUE NOS HAN NEGADO.

La justicia, para mí, es saber que podemos construir nuestros hogares sin miedo a ser desalojados.



Tortura. Aspectos generales

Por: Alexis Angulo Angulo

La tortura constituye una de las violaciones más graves a los derechos humanos. Su prohibición es absoluta y obliga a las autoridades a prevenirla, investigarla, sancionarla y garantizar la reparación integral de las víctimas.

La tortura constituye una de las violaciones más graves a los derechos humanos, pues atenta contra la integridad física, psicológica y moral de las personas, implicando una negación absoluta de su dignidad humana, principio fundamental sobre el que se sustenta el sistema de protección de los derechos humanos. A pesar de la existencia de numerosos instrumentos jurídicos internacionales y nacionales que la prohíben y obligan a los Estados a prevenirla, investigarla, sancionarla y reparar el daño, la tortura continúa siendo una práctica recurrente, cometida por agentes del Estado o con su consentimiento, aquiescencia o tolerancia.

La definición más aceptada internacionalmente de tortura es la que se encuentra en la Convención contra la Tortura y Otros Tratos o Penas Crueles, Inhumanos o Degradantes (CCT): "...todo acto por el cual se inflija intencionadamente a una persona dolores o sufrimientos graves, ya sean físicos o mentales, con el fin de obtener de ella o de un tercero información o una confesión, de castigarla por un acto que haya cometido, o se sospeche que ha cometido, o de intimidar o coaccionar a esa persona o a otras, o por cualquier razón basada en cualquier tipo de discriminación, cuando dichos dolores o sufrimientos sean infligidos por un funcionario público u otra persona en el ejercicio de funciones públicas, a instigación suya, o con su consentimiento o aquiescencia...".

La prohibición de la tortura no admite excepciones ni justificaciones, incluso en situaciones de emergencia, conflicto armado o combate a la delincuencia.

En el ámbito nacional, la Suprema Corte de Justicia de la Nación, a través del Protocolo para Juzgar Casos de Tortura y Malos Tratos, ha señalado que "un acto será constitutivo de tortura cuando cause severos sufrimientos físicos o mentales o ejerza un método tendiente a anular la personalidad o disminuir la capacidad física o mental de la víctima; éstos sean infligidos intencionalmente y se cometa con cualquier fin o propósito".

Es de suma importancia precisar que la tortura tiene una estrecha relación con los malos tratos, ya que ambos actos lesionan los mismos bienes jurídicos tutelados: la integridad personal y la dignidad humana. Su naturaleza jurídica es esencialmente la misma, sólo radicando su diferencia en la intensidad del sufrimiento y la finalidad perseguida. Es por ello que el sistema de protección, tanto internacional como nacional, de derechos humanos antes estas violaciones es el mismo.

La prohibición de la tortura y malos tratos se encuentra reconocida en diversos instrumentos internacionales como lo es la Declaración Universal de Derechos Humanos (DUDH), la Convención contra la Tortura y

Otros Tratos o Penas Crueles, Inhumanos o Degradantes (CCT), la Convención Americana sobre Derechos Humanos (CADH) y la Convención Interamericana para Prevenir y Sancionar la Tortura (CIPST), entre otros.

En el derecho internacional la prohibición de este tipo de prácticas ha alcanzado el carácter de norma imperativa del derecho internacional (ius cogens), lo que implica que no admite excepción ni justificación alguna, aún en contextos de conflicto armado, estados de emergencia, lucha contra el terrorismo o combate a la delincuencia, conforme a lo estatuido en la CCT, en armonía con la obligación que tienen los estados de cumplir con lo pactado en los tratados que formen parte, sin que estos puedan invocar su derecho interno como impedimento para su cumplimiento, acorde a la Convención de Viena sobre el derecho de los tratados.

En el ordenamiento jurídico mexicano, la prohibición de la tortura encuentra fundamento en una interpretación sistemática de los artículos 1° y 22 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, en armonía con los tratados internacionales de derechos humanos de los que el Estado mexicano es parte. Mientras el artículo 22 prohíbe el tormento de cualquier especie y cualquier pena o trato incompatible con la dignidad humana, el artículo 1° incorpora el principio pro persona y establece la obligación de todas las autoridades de promover, respetar, proteger y garantizar los derechos humanos conforme a la Constitución y a los tratados internacionales.

Como desarrollo de este marco constitucional y convencional, se expidió la Ley General para Prevenir, Investigar y Sancionar la Tortura y Otros Tratos o Penas Crueles, Inhumanos o Degradantes, cuyo objeto es establecer las bases para la prevención, investigación, persecución, juzgamiento y sanción de estos delitos; definir los tipos penales y las reglas generales para su investigación y procesamiento; regular las disposiciones aplicables a los delitos vinculados; y establecer medidas de atención, ayuda, asistencia, protección integral y reparación del daño que garanticen plenamente los derechos de las víctimas.

En consecuencia, el marco jurídico internacional y nacional impone a las autoridades obligaciones reforzadas de prevenir, investigar, sancionar y reparar integralmente las violaciones derivadas de actos de tortura y otros malos tratos. Estas obligaciones comprenden el deber de actuar con la debida diligencia desde el momento en que existan indicios de su comisión, garantizar investigaciones independientes e imparciales, sancionar a los responsables y asegurar a las víctimas a una reparación integral. Para ello se han desarrollado diferentes metodologías para atender estos casos como lo es el Protocolo de Estambul, instrumento internacional que constituye el principal manual para la investigación y documentación eficaces de la tortura y otros malos tratos. Su finalidad es proporcionar estándares técnicos y metodológicos que permitan identificar, documentar e investigar adecuadamente estos actos, favorecer la sanción de los responsables, garantizar una reparación integral a las víctimas y contribuir a la prevención de futuras violaciones de esta naturaleza.

La tortura y los malos tratos son prácticas que afectan gravemente a la sociedad, por lo tanto, deben desaparecer, esto para poder alcanzar un verdadero Estado Constitucional, en el que se viva en democracia y con un respeto absoluto de nuestros derechos fundamentales.



Fuentes Consultadas:

- Organización de las Naciones Unidas. Convención contra la Tortura y Otros Tratos o Penas Crueles, Inhumanos o Degradantes. Asamblea General de las Naciones Unidas, Nueva York, 10 de diciembre de 1984, artículo 1. Disponible en: https://www.cndh.org.mx/doctr/2016/jur/a70/01/jur-20170331-ii21.pdf (Consulta 13 de julio de 2026).
- SUPREMA CORTE DE JUSTICIA DE LA NACIÓN. Protocolo para juzgar casos de tortura y malos tratos. Primera edición. Ciudad de México: Suprema Corte de Justicia de la Nación, 2021, p 35. [En línea]. Disponible en: https://www.scjn.gob.mx/derechoshumanos/sites/default/files/protocolos/archivos/202111/Protocolo%20para%20juzgar%20casos%20de%20tortura%20y%20malos%20tratos_DIGITAL_05_0.pdf (consulta: 13 julio 2026).
- ORGANIZACIÓN DE LAS NACIONES UNIDAS. Convención contra la Tortura y Otros Tratos o Penas Crueles, Inhumanos o Degradantes. Asamblea General de las Naciones Unidas, Nueva York, 10 de diciembre de 1984, artículo 2. Disponible en: https://www.cndh.org.mx/doctr/2016/jur/a70/01/jur-20170331-ii21.pdf (Consulta 13 de julio de 2026).
- ORGANIZACIÓN DE LAS NACIONES UNIDAS. Convención de Viena sobre el derecho de los tratados. Viena, 23 de mayo de 1969, artículo 26 y 27. Disponible en: https://www.oas.org/36ag/espanol/doc_referencia/convencion_viena.pdf (Consulta 13 de julio de 2026).
- MÉXICO. Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. Diario Oficial de la Federación, 5 de febrero de 1917, artículo 1° y 22. [En línea]. Disponible en: https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/CPEUM.pdf (consulta: 13 julio 2026).
- MÉXICO. LEY GENERAL PARA PREVENIR, INVESTIGAR Y SANCIONAR LA TORTURA Y OTROS TRATOS O PENAS CRUELES, INHUMANOS O DEGRADANTES. Diario Oficial de la Federación, 26 de junio de 2017. [En línea]. Disponible en: https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGPIST.pdf (consulta: 13 julio 2026).
- ORGANIZACIÓN DE LAS NACIONES UNIDAS. Oficina del Alto Comisionado para los Derechos Humanos. Protocolo de Estambul: Manual para la investigación y documentación eficaces de la tortura y otros tratos o penas crueles, inhumanos o degradantes. 2. ed. Nueva York y Ginebra: Naciones Unidas, 2022.

Juventudes que transforman el presente

Por: Víctor Guerrero

En el Día Internacional de la Juventud, reconocer a las personas jóvenes como protagonistas del presente implica garantizar su participación, escuchar sus ideas y crear condiciones para que ejerzan plenamente sus derechos.

Cada 15 de julio se celebra el Día Internacional de la Juventud, fecha que nos invita a reflexionar sobre el papel de la juventud en el desarrollo de sociedades más justas, inclusivas y democráticas. Esta fecha es, entonces, una ocasión propicia para recordar que las juventudes son titulares de derechos y que su participación en la vida pública resulta indispensable en el desarrollo de cualquier sociedad; más allá de reconocer su energía, su creatividad o su capacidad de innovación.

Desde hace mucho tiempo se escucha con frecuencia que las juventudes son el futuro; sin embargo, esta idea es, a todas luces, insuficiente si se deja de lado la idea de que también son el presente. Las personas jóvenes de hoy participan activamente en movimientos sociales, llevan adelante procesos de barrio, emprenden iniciativas que benefician a su entorno más próximo, producen conocimiento, promueven la cultura, protegen el medioambiente y contribuyen activamente a la vida política y económica del país. Su capacidad de generar cambios positivos evidencia que las juventudes no deben ser vistas solamente como receptores de políticas públicas, sino como actuantes en la toma de decisiones que impactan en la realidad.

Escuchar a las juventudes también es garantizar derechos.

La participación es un derecho humano, y es, además, uno de los pilares fundamentales de una sociedad democrática, y si existe un principio general que puede ser una declaración del compromiso de las personas jóvenes es que, si entre ellas se generan puntos de encuentro y reflexión crítica, la posibilidad de expresar sus ideas, de ser escuchadas, de involucrarse en los asuntos públicos, se activa el diálogo, se amplían las perspectivas desde las cuales se analizan los problemas y se forman soluciones más inclusivas. El desplazamiento inmediato, por el contrario, representa un punto de partida donde además el interés de esfuerzos no sólo se limita a quitar el ejercicio de sus derechos cuando se oye su voz y su voto, sino que, además, se pone al margen el talento y la capacidad transformadora de una parte importante de la población.

Las juventudes han demostrado en la historia que son capaces de promover determinados cambios en ciertos momentos siempre que haya una serie de condiciones para hacerlo; la participación de las juventudes ha sido, efectivamente, una condición determinante para lanzar causas a favor de la igualdad, de la protección del medio ambiente, de la defensa de los derechos humanos, de la inclusión, de la transparencia o de la innovación social. Esto pone de manifiesto que la potenciación de sus capacidades y

el ejercicio de sus derechos son buenas no sólo para este sector de la población, sino para la sociedad en su conjunto.

Dentro de este marco, el Día Mundial de la Juventud representa un llamamiento para poder reafirmar el compromiso de las distintas instituciones públicas, de la sociedad civil, del sector privado, de toda la comunidad y de cada una de las familias para intentar construir entornos, donde las personas jóvenes puedan desarrollar sus capacidades. Promover la igualdad de oportunidades, eliminar las barreras para su participación y priorizar el respeto de sus derechos son pasos que sin duda son necesarios para poder construir una democracia más representativa y una sociedad más incluyente.

En este sentido, hacer valer los derechos de las juventudes es también promover una cultura de la paz, una cultura basada en el respeto, la inclusión y el diálogo. Las personas jóvenes juegan un papel importante en la prevención de la violencia, en la resolución pacífica de los conflictos y en la construcción de comunidades más solidarias para la convivencia. Cuando existe un entorno seguro en el que desarrollarse y puedan expresar sus ideas, es más probable que se conviertan en líderes, emprendedores, voluntarios y, en definitiva, en promotores de iniciativas que impacten positivamente en su entorno social.

Pero este compromiso no sólo es responsabilidad de las juventudes. También les toca a las instituciones públicas, a los centros educativos, a las familias, al sector privado y a la sociedad, en general, crear el contexto apropiado para que las personas jóvenes puedan ejercer los derechos humanos. Sólo desde un esfuerzo colectivo será posible construir una sociedad en la cual todas las personas jóvenes tengan las mismas oportunidades para desarrollarse y contribuir al bienestar de todas.

En el contexto del Día Internacional de la Juventud, es fundamental entender cómo el fortalecimiento de una sociedad democrática depende de garantizar que los jóvenes puedan ejercer todos sus derechos plenamente. Debemos ofrecerles oportunidades para participar en la vida pública, acceder a más espacios de formación laboral y crear lugares donde puedan expresar sus ideas y desarrollar su potencial. Esto representa una inversión en el presente y futuro de nuestras comunidades.

Los jóvenes no sólo son la esperanza de las futuras generaciones; ya son parte del presente y son clave en los cambios que la sociedad necesita. Su compromiso, creatividad y capacidad de transformar su entorno son elementos indispensables para consolidar una cultura de respeto a los derechos humanos, la igualdad y la justicia.

Este día nos debe motivar a las instituciones públicas, al sector privado, al sistema educativo, a las familias y a la ciudadanía en general a seguir impulsando acciones que aseguren el pleno ejercicio de los derechos de los jóvenes. Necesitamos construir un espacio donde cada joven pueda desarrollarse plenamente y participar en las decisiones que les afectan, sumando esfuerzos para construir un mejor México.



Cuando una voz se vuelve color

Por: Marcela Adriana Flores Moreno

"Plasma tus Derechos 2026": seis dibujos ganadores y 1,453 razones para escuchar a las adolescencias.

Hay dibujos que no piden ser admirados: piden ser escuchados. Uno muestra a una joven que estudia mientras, detrás de ella, se levanta la figura de quien sueña llegar a ser. Otro divide la infancia entre un camino hacia la escuela y otro marcado por el trabajo. En uno más, una palabra —"HABLA"— logra abrirse paso entre vendas, miedo y silencio. No son imágenes distantes. Hablan de la vida que niñas, niños y adolescentes desean vivir y del mundo que las personas adultas ayudan a construir.

Con esa convicción, la Comisión Estatal de los Derechos Humanos de Sinaloa, en coordinación con la Secretaría de Educación Pública y Cultura, realizó "Plasma tus Derechos 2026". La convocatoria invitó a estudiantes de secundaria y preparatoria a expresar, mediante el dibujo, lo que comprenden, sienten y esperan de los derechos humanos. Promotoras y promotores acercaron el programa a escuelas de distintos municipios; posteriormente se registraron las obras, se revisó el cumplimiento de las bases y un comité evaluó su mensaje, originalidad e impacto visual.

El resultado fue extraordinario: 1,453 trabajos procedentes de 17 municipios; 1,424 cumplieron con las bases y 29 no reunieron los requisitos establecidos. Participaron 990 estudiantes de secundaria y 463 de preparatoria. Las cifras permiten dimensionar el esfuerzo, pero no cuentan lo más importante: detrás de cada registro hubo una persona joven que eligió qué decirle a Sinaloa.

Las obras ganadoras de secundaria hablan de oportunidades. La educación aparece como la posibilidad de decidir el propio futuro; la protección frente al trabajo infantil, como el derecho a crecer con libertad, seguridad y tiempo para aprender; y la libertad de expresión, como la posibilidad de mostrar ideas, creencias y sentimientos sin miedo al juicio. Para quien hoy estudia, estas imágenes pueden parecer un espejo. Para quien acompaña desde la familia, la escuela o una institución, representan una pregunta: ¿qué condiciones están siendo creadas para que cada adolescente pueda desarrollar aquello que sueña ser?

"La educación puede cambiar vidas y ayudarnos a decidir quién queremos ser en el futuro."

— Karla Patricia López León

Marcos lo expresó desde una imagen difícil de olvidar: mientras una persona menor de edad camina hacia la escuela, otra carga una herramienta de trabajo. Su reflexión advierte que la infancia no debería medirse por lo que un niño soporta, sino por las oportunidades que recibe para crecer libre, seguro y plenamente. Ivanna, por su parte, recuerda que cada persona es única y merece que sus ideas sean vistas y escuchadas. Juntas, las tres obras dicen algo sencillo y profundo: una adolescencia acompañada puede aprender, expresarse y construir posibilidades.

Los derechos que se hicieron visibles

En el conjunto de trabajos destacaron la salud y el bienestar, la igualdad y la no discriminación, la educación y el aprendizaje, y la vida libre de violencia. También aparecieron familia, vivienda, alimentación, libertad, ambiente sano, identidad, recreación, acceso a internet y protección frente al trabajo infantil. Las adolescencias no dibujaron conceptos jurídicos aislados; los colocaron en la escuela, el hogar, la calle, el cuerpo, la pantalla y las relaciones cotidianas.

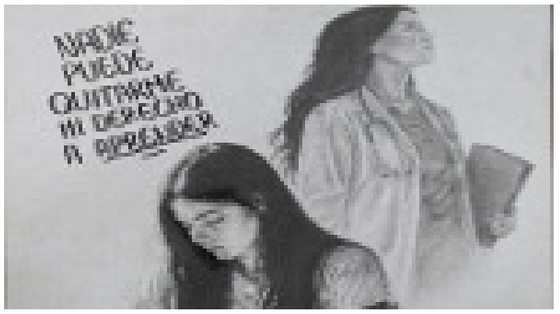
Mirar, preguntar y escuchar

Quien observa estas obras puede sentirse conmovido, inquieto o esperanzado. Pero mirarlas con respeto también exige prudencia. Un color oscuro, una figura aislada o una escena de violencia no demuestran, por sí mismos, que su autora o autor viva esa situación. El dibujo puede nacer de algo experimentado, observado, aprendido, imaginado o sentido con empatía hacia otras personas.

El significado se aclara mediante diálogo: "¿qué ocurre aquí?", "¿qué parte es la más importante?", "¿qué quisieras que las personas adultas entendieran?". La persona que observa aporta atención y preguntas; quien creó la obra conserva autoridad sobre su experiencia. Escuchar no significa hablar en nombre de las adolescencias, sino abrir un espacio para que expliquen, amplíen y resignifiquen lo que decidieron comunicar.

Las obras de preparatoria miran de frente aquello que duele. Una niña aparece rodeada por la violencia y obliga a imaginar un país donde jugar en la calle vuelva a ser un acto de libertad y no de peligro. Un grupo de estudiantes carga mochilas invisibles: miedo a equivocarse, presión, tristeza, problemas familiares, amistades, metas y esperanza. Finalmente, una mujer con los ojos cubiertos por palabras negativas sostiene una sola palabra luminosa: "HABLA".

"Esta obra es un grito para dejar de normalizar lo terrible y luchar por un



1.er lugar • Educación
Karla Patricia López León



2.º lugar • Trabajo infantil
Marcos Iván Castro Osorio



3.er lugar • Libertad de expresión
Ivanna Alexia Villela Navarro



1.er lugar • Derecho a la vida
Jesús Álvaro Santillanes Lugo



2.º lugar • Bienestar emocional
Natalia Sekisaka Millán



3.er lugar • Vida sin violencia
Litzy Alejandra Bañuelos Velázquez

país donde jugar en la calle sea un acto de libertad y no de peligro."

— Jesús Álvaro Santillanes Lugo

Estos dibujos no desvían la mirada de la violencia, el miedo o el sufrimiento; tampoco se quedan atrapados en ellos. Jesús imagina libertad donde hoy existe peligro. Natalia coloca la empatía y el acompañamiento frente al peso emocional. Litzy encuentra una palabra capaz de romper el silencio. Allí reside buena parte de su fuerza: reconocen la oscuridad, pero buscan una salida.

"Escuchar, comprender y acompañar a los estudiantes puede ayudar a que esa mochila emocional sea más ligera."

— Natalia Sekisaka Millán

Dibujar también es participar

La Convención sobre los Derechos del Niño reconoce el derecho de niñas, niños y adolescentes a expresar sus opiniones y a que sean consideradas. También protege la libertad de difundir ideas mediante el arte. Por ello, dibujar un derecho puede ser, al mismo tiempo, una manera de ejercerlo: tomar la palabra, participar y pedir que el mensaje encuentre audiencia.

Sin embargo, la participación no concluye cuando la obra se entrega o se premia. **Cobra sentido cuando alguien la mira con respeto, cuando existe una devolución y cuando las instituciones reconocen aquello que deben seguir promoviendo**. "Plasma tus Derechos" no dejó únicamente ganadores. Dejó un mapa de preocupaciones, necesidades y esperanzas que puede orientar acciones de educación, prevención y protección.

La esperanza también se dibuja

Quien tenga 12, 15 o 17 años puede reconocerse en estas imágenes: en el deseo de aprender, en la necesidad de ser escuchado, en el miedo que pesa o en la libertad que se busca. Quien sea madre, padre, docente, servidor público o integrante de una comunidad puede descubrir en ellas una invitación a acompañar mejor. Y quien simplemente se detenga a leer puede recordar que los derechos humanos no viven únicamente en documentos: se sienten —o se extrañan— en la vida cotidiana.

Estas obras no afirman que el mundo sea sencillo. Muestran violencia, desigualdad, silencio y cargas que a veces resultan demasiado pesadas. Pero también colocan libros, sueños, arte, palabras, empatía y futuro. Esa combinación hace que el mensaje sea profundamente humano: las adolescencias ven lo que duele y, aun así, imaginan lo que puede cambiar.

Tal vez un dibujo, por sí solo, no transforme la realidad. Pero **ninguna transformación comienza sin una imagen de aquello que podría ser distinto.** En cada una de estas obras existe una pequeña posibilidad de futuro: una joven que continúa estudiando; una infancia protegida del trabajo; una voz que se expresa sin miedo; una calle segura; una mochila más ligera; una persona que logra hablar y encuentra a alguien dispuesto a escuchar.

"A pesar de todo, en medio de la venda resalta la palabra "HABLA", iluminada como una esperanza."

— Litzy Alejandra Bañuelos Velázquez

La Comisión Estatal de los Derechos Humanos de Sinaloa encuentra en estos trabajos una orientación y una responsabilidad: continuar creando espacios para que las adolescencias expresen lo que viven, piensan y esperan. Sus dibujos recuerdan que escuchar no resuelve todo, pero abre caminos; que acompañar no elimina de inmediato las dificultades, pero puede hacerlas menos solitarias; y que proteger los derechos es una tarea que se construye cada día entre familias, escuelas, comunidades e instituciones.

Escuchar sus voces abre caminos para avanzar en el respeto y la protección de sus derechos.

Participación ciudadana: cuando involucrarse transforma comunidades

Por: Sergio Daniel Hernández Chávez

La participación ciudadana comienza cuando la inconformidad deja de quedarse en casa y se convierte en organización, propuesta y acción colectiva para transformar la realidad.

Cuando usted se estaba quejando, yo también lo estaba haciendo. Todos nos quejábamos, cada quien en su grupo de Whatsapp o en el Facebook, o con los vecinos. Todos dijimos que las cosas estaban mal, que no podían seguir así. Recuerdo que llegó el domingo de las elecciones y no fuimos a votar. ¿Se acuerda?.

"Es que estaba fuerte la calor", "Es que hay carnita asada en la casa del primo", "Es que como hay ley seca mi compadre aprovechó y compró unas charolas y no se van a tomar solas, además ¿pá qué?" todos son iguales. ¿Se acuerda?.

Nos llegó la convocatoria para la marcha: habían desaparecido a un muchacho estudiante que no estaba involucrado con nada; nos llegó la de la muchacha que salió a comprar cena y le llegó una bala perdida; nos llegó la solicitud de que nos reuniéramos porque iban a desalojar a unas personas que tenían 20 años pagando la casa y el banco vendió la deuda y los nuevos dueños no les hacían válidos los pagos. Nos dijeron a qué hora y en dónde, y no fuimos. ¿Se acuerda?.

Mientras no le pasa nada a nuestra familia o a nosotros, el problema es de alguien más. Así pensábamos.

Cuando tuve problemas con la vivienda y me metí de lleno en la lucha, ahí vi que había muchas familias en la misma situación, gente que ni conocía se convirtió en aliada, y no entendíamos hasta dónde llegaba el problema. Pero vinieron los plantones, noches larguísimas donde aprendimos que la dignidad también se defiende sentado en la banqueta, con una lona por techo y el miedo como compañero de vigilia.

Fue ahí cuando vimos que gritar en la calle es necesario, pero no basta. Que mandar un Whatsapp es necesario, pero no basta.

Hay problemas que en el fondo son de legislación, o de procedimientos diseñados para que ganen los del poder y a la gente de a pie no le llegue una solución. El sistema se fue diseñando para hacer más larga la fila, para que tengamos que pasar de ventanilla en ventanilla hasta que se nos acaben las ganas de pelear.

Y cuando entendimos eso, marchamos otra vez, esta vez al Congreso. Habíamos identificado un problema, habíamos estudiado, revisado, leído, investigado, y al final habíamos redactado. Teníamos en nuestras manos una propuesta de modificación a la Ley de Vivienda del Estado, porque es verdad: si no te gusta la ley, cámbiala.

Porque eso es, ni más ni menos, la participación ciudadana es un derecho, no un favor que el gobierno le hace a uno. Es la herramienta que tenemos los de a pie para meternos en los asuntos públicos, para

sentarnos con las instituciones, aunque no nos inviten, para empujar iniciativas desde la colonia. Y cada vez que alguien se involucra así, no nada más está peleando por su casa o por su calle: está peleando porque a todos, a usted también, se les respeten sus derechos.

La participación ciudadana no es un concepto ajeno, es tu persona misma cada vez que, en lugar de pensar que nada va a cambiar, buscas más información de algo, levantas la voz por algo, vas a pasar calores y a “desperdiciar tu tiempo” en una marcha o en un plantón. Aunque llueva, aunque haga calor, aunque la gente sea indiferente, la participación ciudadana es cuando entiendes que las leyes se pueden modificar o borrar si tú quieres, si peleas por eso. Es cuando entiendes que todos los procesos de las instituciones, esos que te hacen dar diez vueltas y no te resuelven nada, se pueden cambiar, si tú quieres, si te lo propones.

Sinaloa es un territorio herido, la violencia normalizó el silencio, sí, lo sé. Pero necesita ciudadanos que dejen de conformarse con mostrarse indignados en el Whatsapp y empiecen a hacerlo en la calle. Porque la próxima vez que alguien te pregunte en la tiendita de la esquina por qué nada cambia, tal vez la respuesta más honesta no sea “es que el gobierno” ni “es que siempre ha sido así”. Tal vez sea, simplemente: porque no fuimos. Porque nos quedamos quejándonos en la casa y no llegamos a la manifestación, ni a la votación, ni al Congreso.

La pregunta que tengo pa’ usted no es si cree que las cosas están mal, eso ya lo sé, ya nos quejamos todos por todo. La pregunta es: cuando sea hora de ir a aportar un granito de arena o de sudar un rato en la calle, ¿va a estar ahí?. Porque claro que habrá una próxima vez, y si no va, ya no se va a poder quejar, porque si lo hace yo le diré: pero usted no peleó con nosotros para cambiar las cosas... ¿se acuerda?.



Construir la paz también es responsabilidad de todos

Por: Juan Pablo Gómez Salazar

La paz no depende solamente de las instituciones. Se construye en las familias, las escuelas y las comunidades, donde el diálogo puede sustituir poco a poco a la violencia.

Hay quienes piensan que la paz llegará únicamente cuando desaparezca la violencia. Yo creo exactamente lo contrario: la violencia comienza a desaparecer cuando una sociedad decide construir la paz todos los días. Esa decisión no pertenece solamente a los gobiernos, a las instituciones de seguridad o a los tribunales. También pertenece a las familias, a las escuelas, a las comunidades y a cada ciudadano que entiende que el respeto siempre será más fuerte que el odio.

Vivimos tiempos que nos exigen recuperar algo que nunca debimos perder: la confianza en los demás. Durante muchos años hemos normalizado la confrontación, la descalificación y la indiferencia como si fueran parte inevitable de nuestra convivencia. Sin embargo, ninguna sociedad puede aspirar a un verdadero desarrollo mientras permita que la violencia ocupe el lugar que debería corresponder al diálogo.
Los derechos humanos representan precisamente ese punto de encuentro que nos recuerda que, antes de cualquier diferencia política, económica, religiosa o ideológica, existe algo que nos une: nuestra dignidad como personas. Defender los derechos humanos no significa proteger únicamente a quien piensa como nosotros; significa reconocer que toda persona merece ser tratada con respeto, justicia e igualdad.

Por ello, hablar de cultura de paz es hablar de una forma distinta de entender la vida pública. No se trata únicamente de evitar conflictos, porque los conflictos siempre existirán. Se trata de aprender a resolverlos mediante la palabra, el entendimiento y la disposición para escuchar. Una sociedad que dialoga encuentra soluciones; una sociedad que deja de escucharse termina por dividirse.

En nuestras comunidades existe una enorme capacidad para transformar la realidad cuando decidimos participar. La participación ciudadana no consiste solamente en acudir a votar cada determinado tiempo. Significa involucrarnos en los problemas de nuestro entorno, cuidar los espacios públicos, fortalecer nuestras escuelas, apoyar las actividades culturales y comprender que el bienestar colectivo comienza cuando dejamos de pensar únicamente en nosotros mismos.

Cada ciudadano puede convertirse en un constructor de paz. Lo hace el maestro que enseña con paciencia y respeto; la madre y el padre que educan con valores; el joven que organiza actividades deportivas o culturales para alejar a otros jóvenes de la violencia; el vecino que decide mediar un conflicto antes de que se convierta en un problema mayor. La paz, muchas veces, nace de esos actos sencillos que rara vez aparecen en los titulares, pero que sostienen la vida de una comunidad.

La educación en derechos humanos ocupa un lugar fundamental en ese esfuerzo. No basta con enseñar conceptos jurídicos o memorizar artículos constitucionales. Debemos formar ciudadanos capaces de comprender que la libertad implica responsabilidad, que el respeto hacia los demás fortalece nuestra propia libertad y que ninguna diferencia puede justificar la discriminación o la violencia.

EDUCACIÓN EN DERECHOS HUMANOS

Cuando una niña o un niño aprende desde pequeño a dialogar, a respetar opiniones distintas y a resolver desacuerdos sin recurrir a la agresión, estamos sembrando una semilla que dará frutos durante toda su vida. Educar en derechos humanos es prevenir conflictos antes de que aparezcan. Es apostar por generaciones que entiendan que la convivencia democrática se construye con tolerancia, empatía y solidaridad.

En esa tarea, la cultura desempeña un papel irremplazable. Los libros, la música, el teatro, la poesía y todas las expresiones artísticas tienen la capacidad de acercarnos a otras realidades y de despertar nuestra sensibilidad. La cultura nos enseña que existen muchas maneras de mirar el mundo y que ninguna sociedad puede crecer cuando renuncia al diálogo entre sus distintas voces. Por eso siempre he sostenido que invertir en cultura no es un gasto, sino una inversión en la paz. Cada biblioteca que abre sus puertas, cada taller artístico, cada concierto, cada presentación de un libro y cada espacio donde una niña o un niño descubre el poder de la lectura representan una oportunidad para fortalecer el tejido social. La violencia encuentra terreno fértil donde faltan oportunidades; la cultura, en cambio, abre caminos para la esperanza.

También debemos reconocer que la paz requiere justicia. No puede hablarse de una convivencia armónica cuando persisten condiciones de desigualdad, exclusión o discriminación. La defensa de los derechos humanos exige garantizar oportunidades para todas las personas, especialmente para quienes históricamente han enfrentado mayores obstáculos. Una sociedad más justa es, inevitablemente, una sociedad más pacífica.

No existe una fórmula mágica para erradicar la violencia, pero sí existe un camino que ha demostrado ser más sólido y duradero: fortalecer la educación, impulsar la cultura, promover la participación ciudadana y defender, sin excepciones, los derechos humanos. Son pilares que permiten construir comunidades donde las diferencias no se convierten en enemistades, sino en oportunidades para enriquecer la vida colectiva.

Hoy México necesita ciudadanos que crean nuevamente en la fuerza del diálogo. Necesita mujeres y hombres dispuestos a tender puentes en lugar de levantar muros, a escuchar antes de condenar y a comprender que ninguna transformación profunda puede sostenerse si no nace del respeto mutuo.

La cultura de paz comienza cuando cada persona decide convertirse en parte de la solución. No depende únicamente de grandes discursos ni de decisiones gubernamentales. Comienza en el saludo al vecino, en la palabra que evita una confrontación, en la mano que ayuda a quien más lo necesita y en la convicción de que el futuro de nuestras comunidades será el reflejo de los valores que decidamos practicar hoy.

Porque una sociedad que protege los derechos humanos, que educa para la paz y que participa activamente en la construcción del bien común siempre encontrará más razones para la esperanza que para la violencia.



Historias que inspiran: acciones que fortalecen los derechos humanos

Por: Josué Geoadis Murillo Carillo

La paz no depende solamente de las instituciones. Se construye en las familias, las escuelas y las comunidades, donde el diálogo puede sustituir poco a poco a la violencia.

En mi experiencia como servidor público a lo largo del tiempo en el que me he dedicado a la promoción de la defensa y protección de los derechos humanos, he podido constatar que en lo que distingue a las personas está la raíz de esa diversidad que enriquece la existencia. Sin duda he descubierto que el contacto directo ofrece posibilidades para el entendimiento mutuo, a su vez clarifica un campo en el que las personas nos validamos conforme nuestras características individuales.

Entre mis características están mi discapacidad visual y mi profesión de psicólogo, una postura desde la cual defino la existencia como el darse cuenta del lugar que ocupamos en relación con un entorno cambiante; todo sujeto a los estímulos organísmicos a los que estamos expuestos como personas que además tenemos el deber de respetar normas de convivencia, reglas de operación y leyes; acordadas para el adecuado funcionamiento de la sociedad.

Sin embargo, no basta con definir conceptos o mantenerse cerca de las comunidades; tampoco es suficiente con estar en el lugar indicado; para darse cuenta de las fallas sistemáticas o de las agresiones a través de las distintas formas de atentar contra la dignidad, pues además se requiere renunciar a cierta parte de los intereses personales para trasladar la atención a lo que necesitan las personas, para orientar los temas hacia las probables soluciones que quizás incluyen autodefiniciones diferentes por medio de nuevas formas de validación, o requieren simplemente esa presencia que expresa la defensa y protección de los derechos; de la población que se mantiene en silencio como resultado de la normalización de situaciones en las que constantemente el bienestar esta fragmentado y sectorizado, o en donde la dignidad se ha convertido en una fantasía.

En este sentido, para ser promotor de los derechos humanos es importante conocer las obligaciones como servidores públicos, además de respaldar las intervenciones grupales en un acompañamiento humanístico en el que necesariamente se requiere una escucha activa. Es imprescindible estar al tanto de las responsabilidades administrativas y mantener una actitud proactiva en la que prevalezca una presencia que sostiene a las personas, al igual que les ofrece opciones reales de solución, al mismo tiempo que estimula la esperanza y brinda una confianza sustentada en la colaboración interinstitucional y el esfuerzo de los trabajadores.

Es lamentable que la frecuencia de eventos que golpean a la sociedad, en conjunto con la intensidad en la que se vive esa situación que en función de la duración marca significativamente la existencia, los grupos encuentren lo que los une en ese pensamiento colectivo y esas reacciones emocionales equivalentes a una dificultad a la que se sobrevive en parte gracias al apoyo de la comunidad. En esos momentos en los que la fractura social se traduce a un aumento en los daños y cuando lamentablemente la angustia, la vulnerabilidad o la frustración, resuenan y favorecen la cohesión, convirtiéndose en sentimientos más aceptables que la sensación de desamparo de la comunidad.

No obstante, es común que debido a factores como la sorpresa; característico de fenómenos inesperados como los brotes de violencia; se exija la puesta en práctica de recursos personales que incluyen una adaptación que sobre la marcha puede involucrar la resignación y en el peor de los casos la normalización del sometimiento

de la gente ante la múltiple violación a los derechos. Es decir que las diversas formas de agresión al estimular emociones como el miedo y la tristeza en conjunto con sentimientos como la inseguridad o la decepción, en muchos de los casos terminan en actitudes conformistas ante condiciones indignas.

Tal vez por eso es por lo que se dan casos en los que el apoyo comunitario gira en torno a la desconfianza hacia los organismos que están creados para responder. De manera que una parte importante del trabajo de los promotores de derechos humanos incluye sustentar la confianza sobre la autonomía de los organismos que realizan esfuerzos por que las condiciones de vida sean dignas y para lo que trabajar arduamente en la promoción de la defensa y protección de derechos ante las autoridades en los distintos niveles de gobierno, es algo indispensable.

A lo anterior me he enfrentado como servidor público, es decir a escuchar sectores de la población sujetos a circunstancias forzadas que han requerido de respuestas que no han llegado. Algo para lo que una postura humanista que entiende y valida las emociones y sentimientos, ha sido necesaria para experimentar lo que resuena en la gente en relación con el entorno e incluso en relación con nuestro trabajo.

Defender los derechos humanos también significa escuchar, validar y acompañar a quienes han aprendido a vivir entre la vulnerabilidad y el silencio.

Es común descubrirme en situaciones en las que hablar de igualdad o inclusión, me provoca conexiones internas por las que me doy cuenta de que mi presencia va más allá de la teoría y las explicaciones frías, más aún cuando estoy frente a un grupo que atraviesa dificultades relativas a la discriminación o la exclusión. Lo mismo ocurre cuando se trata de cualquier otro tema y alguien ha vivido momentos por lo que sus opiniones son opuestas al contenido o a la forma de abordarlo. Debido a esto he tenido que utilizar mis recursos como psicoterapeuta para visualizar el momento como una cocreación a la que no somos ajenos y experimentar en mi cuerpo las posibles sensaciones de ese grupo que describe su inconformidad y ocasionalmente con miedo expone su opinión.

De manera que en cada ocasión que puedo intervenir a personas con algún tema desde un enfoque de derechos humanos, es una nueva oportunidad de conectar conmigo mediante la humanidad de los demás y en la insatisfacción medir el grado de necesidades de quienes integran las comunidades en entornos a veces hostiles y otras más amigables, pero al final de cuentas parte de una sociedad que de alguna manera nos interesa.



COMISIÓN ESTATAL DE LOS DERECHOS HUMANOS SINALOA

¿Cómo presentar una queja en la CEDH Sinaloa?

¿Qué es una queja?

Es la solicitud que hace una persona por escrito, verbal, en lenguaje de señas o escritura braille para que la CEDH investigue la presunta violación de derechos humanos por actos u omisiones de autoridades y servidores públicos en el territorio estatal.

¿Quién puede presentarla?

Cualquier persona dentro del estado de Sinaloa, mexicana o extranjera.

¿Cómo puedo presentarla?

En nuestra página:
www.cedhsinaloa.org.mx

Por correo electrónico:
informacion@cedhsinaloa.org.mx

Por teléfono:
Lada sin costo:
800-672-92-94

OFICINA CENTRAL

Ruperto L. Paliza No. 566 sur, esquina con Ignacio Ramírez,
Col. Miguel Alemán, C.P. 80200, Culiacán, Sinaloa.

(667) 752-24-21 · (667) 752-25-75 | Lada sin costo: 800-672-92-94 | informacion@cedhsinaloa.org.mx

OFICINAS REGIONALES

LOS MOCHIS

Calle Niños Héroes No. 781 Sur,
Col. Bienestar,
C.P. 81200, Los Mochis, Sinaloa.

(668) 817-02-25
vzn@cedhsinaloa.org.mx

GUASAVE

Av. Dr. De la Torre No. 600, Local 6,
Planta Baja, Edificio "Rosa",
Col. Centro, C.P. 81000, Guasave, Sinaloa.

(687) 871-61-37
vzg@cedhsinaloa.org.mx

GUAMÚCHIL

Calle 22 de Diciembre y Calle Vicente Guerrero, No. 113, Local F,
Col. Centro, C.P. 81400,
Guamúchil, Sinaloa.

(673) 732-80-04
vze@cedhsinaloa.org.mx

MAZATLÁN

C. Ramón López Alvarado #329,
Fracc. Tellería, C.P. 82017,
Mazatlán, Sinaloa.

(669) 986-85-99
vzs@cedhsinaloa.org.mx