



DERECHO A LA SEGURIDAD SOCIAL



PRESIDENTE
Víctor Leopoldo Delgado Pérez

SECRETARIA GENERAL
Jacqueline Salinas Reyes

PRIMERA VISITADORA GENERAL
Luz María Islas Colín

SEGUNDO VISITADOR GENERAL
Miguel Ángel Cruz Muciño

**TITULAR DE LA UNIDAD DE SERVICIOS,
ORIENTACIÓN Y RECEPCIÓN DE QUEJAS**
Federico Armeaga Esquivel

**DIRECTORA GENERAL DE
ADMINISTRACIÓN Y FINANZAS**
Karla López Carbajal

**TITULAR DE LA UNIDAD JURÍDICA Y
CONSULTIVA**
Juan Antonio Laredo Sánchez

**TITULAR DEL ÓRGANO INTERNO DE
CONTROL**
Adrián Osiel Millán Vargas

**DIRECTORA GENERAL DEL INSTITUTO
DE INVESTIGACIONES Y FORMACIÓN EN
DERECHOS HUMANOS**
Gabriela Eugenia Lara Torres

**TITULAR DE LA UNIDAD DE INFORMACIÓN,
PLANEACIÓN, PROGRAMACIÓN Y
EVALUACIÓN**
Mariana Sánchez Garay

**TITULAR DE LA UNIDAD DE COMUNICACIÓN
SOCIAL**
Daniel Vladimir Romero Jiménez

SECRETARIO PARTICULAR
David Arias García

**EJEMPLAR GRATUITO
NUEVA ÉPOCA
AÑO 5
N° 9
SEPTIEMBRE 2026**



PRESIDENTE
Víctor Leopoldo Delgado Pérez

**DIRECTORA GENERAL DEL INSTITUTO DE
INVESTIGACIONES Y FORMACIÓN
EN DERECHOS HUMANOS**
Gabriela Eugenia Lara Torres

**JEFE DEL DEPARTAMENTO DE
INVESTIGACIONES Y PUBLICACIONES**
Mauricio Miguel Hernández Caballero

DISEÑO EDITORIAL
Aldo Emanuel Juárez Herrera

REVISIÓN DE TEXTOS
Dulce Thalía Bustos Reyes

ESCRIBEN EN ESTE NÚMERO
Andrés Javier González Parada
Venus Xóchitl Araujo Millán
Eloisa Estrada Sánchez
Leonel Santos Barrios
Mauricio Miguel Hernández Caballero
Mireya Miranda Carrillo

DH MAGAZINE. Nueva Época, Año 5, Núm. 9, septiembre de 2026. Es una publicación mensual editada por la Comisión de Derechos Humanos del Estado de México, Av. Nicolás San Juan, núm. 113, col. Ex Rancho Cuauhtémoc, C. P. 50010, Toluca, México.

Editora responsable: Gabriela Eugenia Lara Torres. Reserva de Derechos del Uso Exclusivo para Difusiones Periódicas (Difusión vía red de cómputo), 04-2023-121816502900-203. Reserva de Derechos del Uso Exclusivo para Publicaciones Periódicas (Revista) 04-2023-121817404900-102; ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. e-ISSN: 2594-2859, ISSN: en trámite.

Para adquisición y consulta de esta publicación y otras más visita nuestra página de internet: www.codhem.org.mx.

Contáctanos al 722 236 0560, exts. 2344 y 2346. Participa con nosotros, envía tu artículo al correo electrónico: publicaciones@codhem.org.mx

Queda expresamente prohibida la reproducción parcial o total de la publicación sin previa autorización de la Comisión de Derechos Humanos del Estado de México. Las opiniones expresadas en esta publicación son responsabilidad exclusiva de las personas autoras y no representan necesariamente la posición oficial de la Comisión de Derechos Humanos del Estado de México.

ÍNDICE

REVISTA DH MAGAZINE • NÚM 9 • SEPTIEMBRE 2026



04 Editorial



05 **DIGNIDAD 360** **SEGURIDAD SOCIAL: LOS NUEVOS DESAFÍOS PARA LA PROTECCIÓN DE LA DIGNIDAD**

Andrés Javier González Parada



08 **REPARANDO BRECHAS** **Pensar la ética en el servicio público desde las mujeres mexicanas**

Venus Xóchitl Araujo Millán

11 **CODHEM MÁS CERCA DE TI** **COORDINACIÓN Y COMUNICACIÓN INTERINSTITUCIONAL, INDISPENSABLE EN LA BÚSQUEDA DE PERSONAS**



13 **RAÍCES HUMANAS** **SALUD MENTAL, PILAR DEL BIENESTAR SOCIAL Y ANIMAL**

Eloisa Estrada Sánchez y Leonel Santos Barrios



16 **BRÚJULA ODS** **Crianza consciente para educar sin violencia**

Mauricio Miguel Hernández Caballero

19 **CODHEM MÁS CERCA DE TI** **CODHEM BENEFICIA A MÁS DE 176 MIL PERSONAS CON ACCIONES DE PREVENCIÓN**



21 **DE LETRAS Y ESCENAS EN DD.HH.** **Seis Triple Ocho: cuando la igualdad también significa ser reconocidas**

Mireya Miranda Carrillo

EDITORIAL

Hablar de seguridad social tiene una amplia gama de perspectivas: no solo hay que verla como un derecho humano al que debemos acceder, sino entenderla como una condición indispensable para proteger la dignidad en el presente, al ser parte de la vida cotidiana, y en el futuro, para tener la certeza de que seremos personas protegidas.

Al ser un tema relevante, en este número de *DH Magazine*, las personas autoras presentan sus reflexiones en torno a la seguridad social y al bienestar, desde diferentes vertientes que analizan la vida digna no solamente de la humanidad, sino también de los seres sintientes.

Andrés Javier González Parada nos presenta su artículo “Seguridad social frente a las transformaciones contemporáneas: nuevos desafíos para la protección de la dignidad”, donde señala que la seguridad social no solo es salud y empleo, sino un derecho que debe transformarse, ya que cualquier persona puede enfrentar una enfermedad, discapacidad, accidente, la maternidad o la vejez, y si no existen mecanismos de protección, sus efectos inciden en el ejercicio de una vida digna.

En la sección “Reparando Brechas”, Venus Xóchitl Araujo Millán nos invita a “Pensar la ética en el servicio público desde las mujeres mexicanas” y dejar de lado la visión de atender solo el pensamiento de los hombres.

Eloisa Estrada Sánchez y Leonel Santos Barrios plantean en su colaboración la necesidad de cuidar “La salud mental como pilar fundamental del bienestar: social y animal”, en la sección “Raíces Humanas”, ya que, al no tener equilibrio mental y emocional, hay personas que pueden llegar a ser violentas consigo mismas, contra las demás, e incluso contra los seres sintientes.

Mauricio Miguel Hernández Caballero, en “Brújula ODS”, en su artículo “Crianza consciente para educar sin violencia”, compara la visión de organismos internacionales como la ONU y UNICEF con la perspectiva de una activista del Estado de México, las cuales coinciden en la importancia de una crianza saludable de hijas e hijos para el bienestar de la humanidad.

Finalmente, en “De letras y escenas en derechos humanos”, Mireya Miranda Carrillo reseña la película *Seis Triple Ocho*, una cinta para reflexionar sobre la equidad de género y las prácticas discriminatorias en función del color de la piel.

A través de estas páginas, la CODHEM refrenda su compromiso con la difusión de la cultura de la paz y el respeto a los derechos humanos, desde una lectura ágil y amena en la revista *DH Magazine*. 



SEGURIDAD SOCIAL: LOS NUEVOS DESAFÍOS PARA LA PROTECCIÓN DE LA DIGNIDAD

Cuando se habla de seguridad social, comúnmente pensamos en pensiones, atención médica o en las cuotas que se pagan durante el transcurso de la vida laboral. Sin embargo, ese derecho abarca mucho más.

A lo largo de la vida, se presentan situaciones como una enfermedad, una discapacidad, la pérdida de empleo, un accidente, la maternidad/paternidad o la vejez. Cuando no existen mecanismos suficientes para afrontarlas, sus efectos pueden traducirse en condiciones que limitan el ejercicio pleno de una vida digna.

Por ello, la seguridad social ha sido reconocida como un derecho humano. El Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales de las Naciones Unidas (2008) ha señalado que esa prerrogativa resulta fundamental para preservar la dignidad humana y que los Estados deben

adoptar medidas para hacerla efectiva de manera progresiva.

En el fondo, ese derecho se basa en una idea sencilla: los riesgos propios de la vida no tendrían que recaer exclusivamente sobre quien los enfrenta. Le corresponde al Estado organizar mecanismos de protección que impidan que la capacidad económica de una persona determine, en momentos de especial vulnerabilidad, el bienestar al que es capaz de acceder.

Un derecho que debe adaptarse

Para hacer efectiva esa protección existen distintos mecanismos. Algunos se financian mediante aportaciones vinculadas exclusivamente al empleo; otros se sostienen con recursos públicos y no requieren cotizaciones previas. Aunque funcionan de manera distinta, es común que se

El reto consiste en evitar que la innovación tecnológica, la inestabilidad de los ingresos o las nuevas relaciones laborales generen también nuevas formas de exclusión.

complementen dentro de un mismo sistema de protección social (Organización Internacional del Trabajo [OIT] y Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos. [ACNUDH], 2025).

El problema aparece cuando las formas de trabajar cambian más rápido que los mecanismos diseñados para protegerlas. Durante mucho tiempo, sectores como las personas trabajadoras del hogar, las del campo, y, más recientemente, quienes laboran mediante plataformas digitales, permanecieron fuera o tuvieron un acceso limitado a los esquemas tradicionales de aseguramiento.

El trabajo mediante aplicaciones muestra con claridad ese desafío. Durante sus primeros años de expansión en México, muchas personas dedicadas al transporte o al reparto fueron consideradas principalmente como trabajadoras independientes, por lo que su acceso a la seguridad social dependía únicamente de mecanismos voluntarios. La reforma publicada en diciembre de 2024 modificó ese escenario al establecer nuevas responsabilidades para las empresas que administran plataformas digitales (*Diario Oficial de la Federación* [DOF], 2024).

Durante 2025, el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) llevó a cabo una prueba piloto para incorporar a esas personas al régimen obligatorio. Al concluir el ejercicio se habían registrado 1267590 personas trabajadoras y trabajadores; sin embargo, únicamente 206521 alcanzaron el ingreso mínimo requerido para acceder al ase-

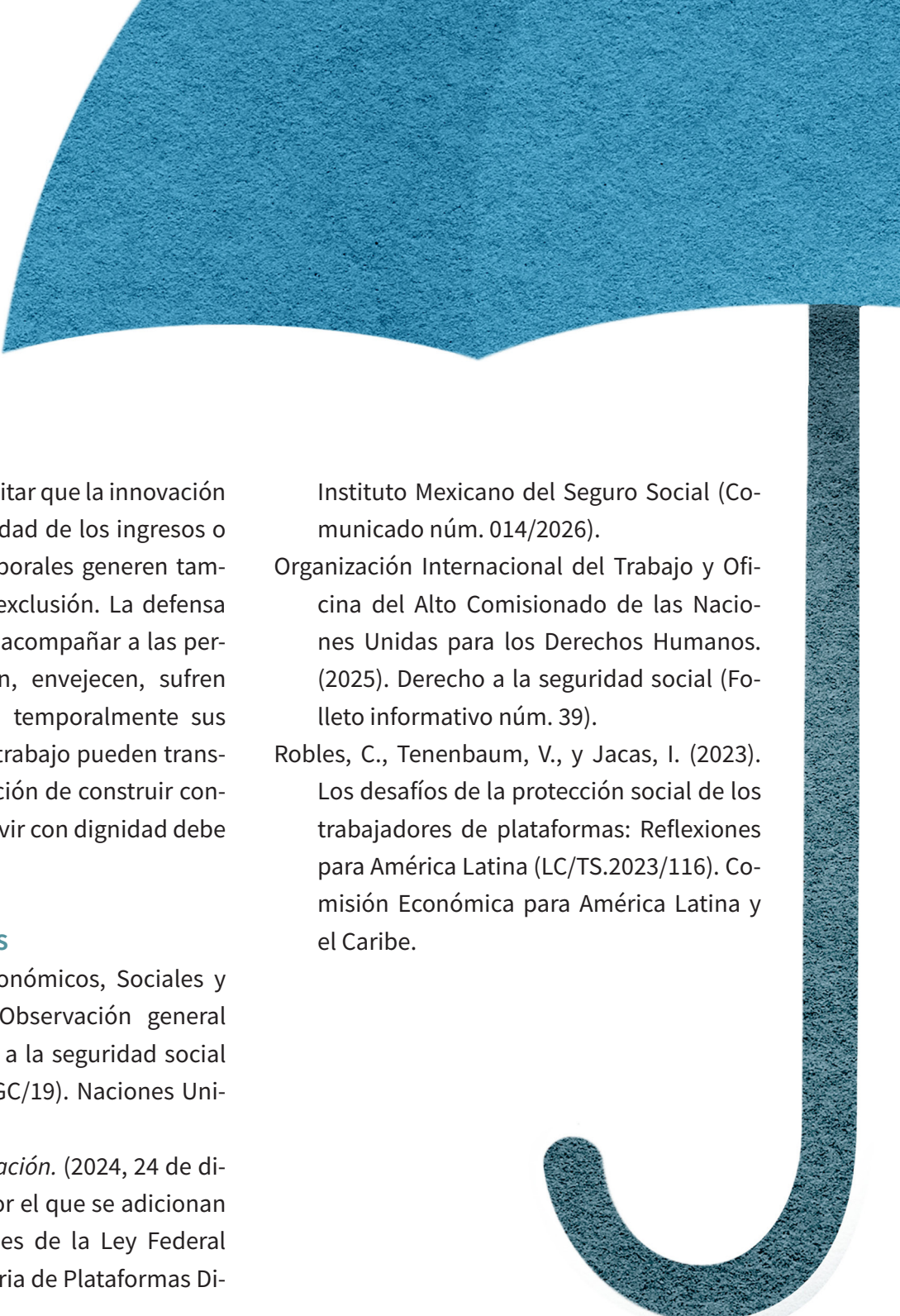
guramiento completo. En términos porcentuales, apenas el 16.3 % de quienes se registraron obtuvo el conjunto total de prestaciones (IMSS, 2026).

La cifra refleja un avance, pero también una dificultad que no puede ignorarse: ¿cómo garantizar una protección suficiente cuando los ingresos son variables, discontinuos, o no alcanzan de manera constante el umbral requerido? La incorporación formal a un sistema constituye un paso importante, mas no necesariamente resuelve por sí sola las condiciones de desigualdad que pueden acompañar a nuevas formas de empleo.

Nuevas formas de trabajo, nuevos desafíos

La discusión, por supuesto, va más allá de las plataformas digitales. La automatización, la inteligencia artificial, el envejecimiento de la sociedad, la migración y las transformaciones de las actividades productivas están modificando las maneras en que las personas obtienen ingresos y también las necesidades de protección que pueden presentarse a lo largo de su vida (Robles et al., 2023).

Ese escenario obliga a mirar la seguridad social más allá de las categorías laborales tradicionales. Si el acceso efectivo a la protección depende únicamente de modelos pensados para relaciones de trabajo estables y continuas, una parte de la población corre el riesgo de quedar nuevamente al margen frente a realidades económicas y sociales cada vez más diversas.



El reto consiste en evitar que la innovación tecnológica, la inestabilidad de los ingresos o las nuevas relaciones laborales generen también nuevas formas de exclusión. La defensa debe ser suficiente para acompañar a las personas cuando enferman, envejecen, sufren un accidente o pierden temporalmente sus ingresos. Las formas de trabajo pueden transformarse, pero la obligación de construir condiciones que permitan vivir con dignidad debe permanecer. 🌐

Fuentes consultadas

Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales. (2008). Observación general núm. 19: El derecho a la seguridad social (artículo 9) (E/C.12/GC/19). Naciones Unidas.

Diario Oficial de la Federación. (2024, 24 de diciembre). Decreto por el que se adicionan diversas disposiciones de la Ley Federal del Trabajo, en materia de Plataformas Digitales.

Instituto Mexicano del Seguro Social. (2026, 9 de enero). Puestos de trabajo afiliados al

Instituto Mexicano del Seguro Social (Comunicado núm. 014/2026).

Organización Internacional del Trabajo y Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos. (2025). Derecho a la seguridad social (Folleto informativo núm. 39).

Robles, C., Tenenbaum, V., y Jacas, I. (2023). Los desafíos de la protección social de los trabajadores de plataformas: Reflexiones para América Latina (LC/TS.2023/116). Comisión Económica para América Latina y el Caribe.

ANDRÉS JAVIER GONZÁLEZ PARADA

Egresado de la Licenciatura en Derecho de la Universidad Autónoma del Estado de México. Analista auxiliar de la Comisión de Derechos Humanos del Estado de México.





PENSAR LA ÉTICA EN EL SERVICIO PÚBLICO DESDE LAS MUJERES MEXICANAS

La reflexión sobre la ética en el servicio público suele apoyarse en referentes filosóficos clásicos. En foros académicos, mesas de trabajo, conferencias o conversaciones cotidianas, es frecuente escuchar referencias a pensadores como Sócrates, Platón y Aristóteles, o a figuras romanas como Séneca, Marco Aurelio y Cicerón. Sin embargo, esa tradición intelectual suele invisibilizar las aportaciones de mujeres que han contribuido de manera significativa a la comprensión de la ética pública y al desarrollo de instituciones más íntegras y democráticas.

En México destacan diversas estudiosas cuyas aportaciones permiten comprender la ética desde perspectivas contemporáneas vinculadas con los derechos humanos, la transparencia, la igualdad y la rendición de cuentas. Entre ellas se encuentran las doctoras Jacqueline Peschard Mariscal, María Elena Mansilla y Mejía, María del Carmen Nava Polina, Julieta Morales Sánchez y

Graciela Hierro Pérez Castro, entre otras.

La doctora Jacqueline Peschard ha señalado que la ética en el servicio público debe analizarse estrechamente vinculada al fenómeno de la corrupción, entendido no solamente como un problema jurídico o administrativo, sino como una práctica que debilita la confianza ciudadana en las instituciones democráticas. Desde esa perspectiva, la integridad pública requiere mecanismos permanentes de prevención, vigilancia y rendición de cuentas.

Por su parte, la doctora María del Carmen Nava Polina sostiene que la ética gubernamental no puede reducirse a la existencia de códigos de conducta escritos. La integridad institucional demanda acciones concretas orientadas a prevenir conductas indebidas y fortalecer la transparencia. Más allá de la mera observancia normativa, plantea la necesidad de construir una cultura de corresponsabilidad democrática basada en los de-

La ética no debe entenderse como un ideal inalcanzable, sino como un ejercicio permanente de reflexión y responsabilidad.

rechos humanos, la reducción de desigualdades, la defensa de grupos vulnerables y la incorporación de la perspectiva de género como elementos fundamentales para construir una cultura de paz.

En el mismo sentido, la doctora Julieta Morales Sánchez propone una visión de la ética pública sustentada en los derechos humanos y materializada en acciones concretas. Entre los valores que identifica como esenciales para el servicio público se encuentran la honradez, la honestidad, la vocación de servicio, el beneficio colectivo, la imparcialidad, el respeto, la legalidad, la transparencia, la eficiencia y la lealtad institucional. Esos principios no deben permanecer en el ámbito discursivo, sino reflejarse en la actuación cotidiana de quienes ejercen responsabilidades públicas.

Desde otra perspectiva, la doctora Graciela Hierro aporta una visión ética profundamente vinculada con la dignidad humana y la justicia social. Su pensamiento sostiene que las decisiones públicas deben orientarse al bienestar colectivo, rechazando cualquier forma de discriminación, subordinación o abuso de poder. Para Hierro, actuar éticamente implica ejercer la libertad con responsabilidad, reconocer la igualdad sustantiva entre las personas y promover condiciones que favorezcan el pleno desarrollo humano. Bajo ese enfoque, el servicio público exige sensibilidad frente a las desigualdades sociales y un compromiso permanente con los derechos humanos.

Las contribuciones de esas pensadoras permiten comprender que la ética pública no consis-

te únicamente en cumplir procedimientos o evitar sanciones: se trata de una práctica cotidiana basada en valores que fortalecen la confianza social y legitiman la actuación gubernamental. La honestidad, por ejemplo, constituye uno de los pilares fundamentales de la vida pública. Aunque toda persona puede recurrir ocasionalmente a formas menores de ocultamiento o evasión en la vida cotidiana, en el ámbito institucional, la mentira adquiere una dimensión distinta debido a las consecuencias colectivas que genera.

Cuando la falsedad se utiliza para encubrir errores, evadir responsabilidades o perjudicar a otras personas, sus efectos trascienden el ámbito individual y afectan directamente la credibilidad de las instituciones. Históricamente, la falta de integridad en el ejercicio del poder ha favorecido prácticas como la corrupción, la impunidad y los abusos de autoridad, que debilitan la confianza ciudadana y afectan especialmente a quienes se encuentran en condiciones de mayor vulnerabilidad.

Ahora bien, resulta importante reflexionar sobre cómo ciertas dinámicas de poder pueden normalizar conductas contrarias a la ética pública. En ocasiones, las redes de complicidad, los intereses particulares o la búsqueda de beneficios personales prevalecen sobre el interés colectivo. Esas prácticas dificultan la consolidación de instituciones transparentes y obstaculizan la construcción de una auténtica cultura democrática.

Por el contrario, las personas que actúan con veracidad suelen mostrar congruencia entre sus



palabras y sus acciones. La coherencia ética no siempre resulta cómoda, pues implica señalar deficiencias, reconocer errores y asumir responsabilidades. Sin embargo, precisamente en esa capacidad de actuar con honestidad, aun frente a escenarios adversos, reside uno de los mayores desafíos del servicio público contemporáneo.

La ética no debe entenderse como un ideal inalcanzable, sino como un ejercicio permanente de reflexión y responsabilidad. Visibilizar las aportaciones de las mujeres mexicanas que han reflexionado sobre esos temas contribuye a enriquecer el debate público y a reconocer perspectivas que colocan en el centro la dignidad humana, la igualdad y la justicia social. En un contexto donde la ciudadanía demanda instituciones más transparentes y cercanas a la población, sus contribuciones representan referentes indispensables para fortalecer una Administración pública comprometida con el bien común.

Como expresó Simone de Beauvoir: “El opresor no sería tan fuerte si no tuviese cómplices entre los propios oprimidos”. Esa reflexión recuerda que el desarrollo de una sociedad más justa exige la participación crítica y responsable de todas

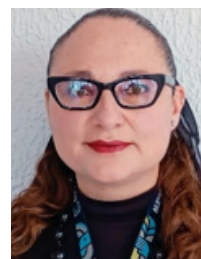
las personas, tanto dentro como fuera de las instituciones públicas. 🌐

Fuentes consultadas

- Beauvoir, S. de. (2019). *El segundo sexo* (trad. J. García Puente). Debolsillo. (Obra original publicada en 1949).
- Hierro, G. (1998). *Ética y feminismo*. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Morales Sánchez, J. (2021). *Ética pública y derechos humanos*. Tirant lo Blanch.
- Nava Polina, M. C. (2022). *Integridad pública, transparencia y derechos humanos*. Instituto de Transparencia, Acceso a la Información Pública, Protección de Datos Personales y Rendición de Cuentas de la Ciudad de México.
- Peschard, J. (2017). *La corrupción y la impunidad en México: una mirada desde la ética pública*. Siglo XXI Editores.

VENUS XÓCHITL ARAUJO MILLÁN

Licenciada en Antropología Social, adscrita a la Unidad Interdisciplinaria de la CODHEM.





Coordinación y comunicación interinstitucional, indispensable en la búsqueda de personas

La Comisión de Derechos Humanos del Estado de México (CODHEM) y la Consejería Jurídica del Gobierno estatal, por conducto de la Comisión de Búsqueda de Personas del Estado de México (COBUPEM), suscribieron un convenio de coordinación para fortalecer la comunicación institucional, la capacitación y la atención de asuntos relacionados con la desaparición de personas.

El instrumento fue firmado por el presidente de la CODHEM, Víctor Leopoldo Delgado

La COBUPEM y la CODHEM trabajarán de manera coordinada en materia de capacitación, reforzamiento en la difusión de fichas de búsqueda y en mejorar la atención a familiares de personas desaparecidas

Pérez, y el consejero jurídico del Estado de México, Jesús George Zamora, con la participación de Avelino Blanco Guido, director general de la COBUPEM, así como de integrantes de colectivos y familiares de personas desaparecidas.

El acuerdo, vigente hasta el 15 de septiembre de 2029, contempla la creación de estrategias conjuntas para difundir periódicamente fichas de búsqueda; producir *spots*, cápsulas, entrevistas y programas informativos; capacitar

al personal de ambas instituciones, y fortalecer la atención presencial de quejas relacionadas con las atribuciones de la COBUPEM, además de su participación en reuniones de conciliación y mesas de trabajo.

Delgado Pérez afirmó que la ley escrita no protege por sí misma y que la complejidad de la desaparición de personas exige respuestas institucionales coordinadas, sensibles y eficaces. “El derecho también es conciencia, convivencia y cooperación. No podemos aspirar a garantizar plenamente los derechos humanos si nos empeñamos en trabajar de forma aislada”, expresó.

El presidente de la CODHEM instruyó poner a disposición de la COBUPEM las plataformas, las cabinas de radio y televisión y demás herramientas de comunicación del organismo para ampliar la difusión de las fichas de búsqueda. Asimismo, señaló que ambas instituciones desarrollarán acciones dentro de sus respectivas competencias para cumplir el Protocolo Homologado para la Búsqueda de Personas Desaparecidas y No Localizadas.

Por su parte, Jesús George Zamora, consejero jurídico, indicó que el Gobierno de la

maestra Delfina Gómez Álvarez coloca en el centro de las políticas públicas a la población, principalmente en temas sensibles como la localización de personas con reporte de extravío.

Al respecto, manifestó que este convenio permite a la COBUPEM y a la CODHEM sumar capacidades para acercar información, servicios y mecanismos de atención a la población, además garantiza el respeto y la protección de los derechos humanos de las y los familiares de las personas desaparecidas.

Avelino Blanco Guido destacó que la búsqueda trasciende el marco jurídico, pues requiere comunicación constante, empatía, escucha y colaboración. Reconoció el trabajo cotidiano de los colectivos y familiares, y señaló que, pese a los avances alcanzados mediante la coordinación institucional, persisten retos que deben atenderse con cercanía y continuidad.

En vísperas del Día Internacional de las Víctimas de Desapariciones Forzadas, la CODHEM refrendó su compromiso de acompañar a las familias, colaborar con las autoridades competentes y contribuir a que ninguna persona quede fuera de la búsqueda ni ninguna familia enfrente sola la incertidumbre. 





SALUD MENTAL, PILAR DEL BIENESTAR SOCIAL Y ANIMAL

Hoy en día se debe reconocer que, para hablar de bienestar, es importante conversar desde lo individual hasta lo colectivo, ya que una persona que no cuenta con salud mental puede ser el detonante de violencia, discriminación, apatía y vulneración de los derechos fundamentales de los seres humanos y de los animales. Recordemos que los animales, por desgracia, son los primeros en ser las víctimas, así como el síntoma de un desgaste y una enfermedad social. No podemos evaluar por separado el bienestar social del bienestar animal, ya que uno es el reflejo del otro.

La salud mental, desde 2025 (World Health Organization [WHO]), es definida como la capacidad del ser humano de enfrentar adversidades,

desarrollar su potencial y aportar a su comunidad; también, reconocida como un derecho humano fundamental para el bienestar. Actualmente, se reconoce que las enfermedades mentales no solo son de carácter psiquiátrico, sino que también conforman las afecciones psicosociales, las cuales repercuten en el bienestar social de una persona.

Por otro lado, el bienestar social se define como la calidad de las relaciones que se mantienen con la sociedad y con la comunidad (Keyes, 1998). Además, se destaca que las personas “sanas” se sienten parte de la población.

Vivimos en sociedades sumamente complejas, donde el ser humano no solo modifica el ambiente para poder sobrevivir, sino que también se

ha hecho consciente del gran impacto ambiental del que es capaz de causar, el cual repercute directamente en la flora y la fauna de los lugares donde vive y se desarrolla.

Como personas, hemos llegado a reconocer la complejidad de las interacciones que se tienen con las especies animales que nos han acompañado por miles de años. Eso ha hecho que el ser humano se dé cuenta de que no se puede hablar de salud o de bienestar propio, sin tener en consideración la salud y el bienestar de los seres sintientes.

El bienestar animal es definido por la World Organization for Animal Health (WOAH) (2026) como el estado físico y mental de un animal en relación con las condiciones en que vive y muere.

A pesar de los esfuerzos realizados en las últimas décadas por reconocer los derechos de los animales como indispensables, aún nos encontramos con dificultades muy importantes, ya que, por ignorancia o falta de empatía del go-

bierno y de la sociedad, nos enfrentamos a injusticias, maltrato y agravios hacia los grupos vulnerables, como los seres sintientes.

En el contexto gubernamental se promueven acciones de bienestar animal con carácter de “masivas”, las cuales son desde la perspectiva correctiva, y no preventiva. Se debe entender que, cuando se cae en esa corriente de pensamiento, no se obtienen resultados que tengan un impacto a largo plazo. Lo ideal es realizar esfuerzos en el ámbito de la salud mental de las personas, ya que en lo individual es donde se dan las principales formas de maltrato y vulneración de derechos de los animales, las cuales pueden escalar hacia otros seres humanos. Se tiene que comprender que el bienestar va de la mano del maltrato, pues entre mayor maltrato, menor bienestar.

México está viviendo una crisis en el ámbito social. Si se pretende atenderla, es imprescindible comenzar a tomar medidas que no solo sean para enaltecer o callar a unas cuantas personas,



Lo ideal es realizar esfuerzos en el ámbito de la salud mental de las personas, ya que desde lo individual es donde se dan las principales formas de maltrato y vulneración de derechos de los animales, las cuales pueden escalar hacia otros seres humanos.

sino que sean pensadas y ejecutadas de una manera real, fundamentada y multidisciplinaria para resolver dicha dificultad, donde trabajen gobierno, sociedad civil y las comunidades que están inmersas.

Se debe comprender que, así como el ser humano tiene derechos fundamentales e imprescindibles, los animales de igual manera deben contar con prerrogativas que aseguren su bienestar, ya que eso nos dará un parámetro de nuestra salud mental y nuestro bienestar social.

Resulta necesario entender que la sociedad es un contrapeso del actuar del gobierno, y no un eslabón más de infraestructura.

El bienestar social y animal al que estamos apelando resulta fundamental para el crecimiento de las nuevas generaciones, ya que ellas serán el reflejo de lo que se está construyendo. Los valores y los principios que se inculquen en las futuras familias serán el resultado de las acciones que tomen en conjunto la sociedad y el gobierno. Pero de mayor importancia será el bienestar que tenga cada una de las personas, el cual se verá reflejado en su interacción con las demás, con los animales, con su entorno. 🌐

Fuentes consultadas

Keyes (1998), Social Well-Being. *Social Psychology Quarterly*, 61, 121-140.

WHO (2025), *Salud mental*. Panorama general. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response> Revisión: 08/09/2026.

WOAH (2026), Bienestar animal, Acerca del bienestar animal. <https://www.woah.org/es/que-hacemos/sanidad-y-bienestar-animal/bienestar-animal/> Revisión: 08/09/2026.

ELOISA ESTRADA SÁNCHEZ

Licenciada en Comunicación, activista por los animales y cofundadora de la Clínica de Esterilización Canis Cattus.



LEONEL SANTOS BARRIOS

Médico veterinario zootecnista, con Maestría y Doctorado en Ciencias Agropecuarias y Recursos Naturales, cofundador de la Clínica de Esterilización Canis Cattus.





CRIANZA CONSCIENTE PARA EDUCAR SIN VIOLENCIA

Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todas y todos, en cualquier edad, es uno de los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible proyectados para 2030 por la Organización de las Naciones Unidas (ONU).

De acuerdo con el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef), las pruebas son inequívocas: gritar y pegarle a una niña o un niño, nunca da buen resultado, y a largo plazo puede empeorar las cosas en lugar de solucionarlas; incluso podría afectarle adversamente durante toda su vida (Unicef, 2026).

Sin embargo, las cifras en México no son alentadoras, en vista de que, según datos recopilados por la Red por los Derechos de la Infancia en México (REDIM),

“casi la mitad de las niñas y niños de 1 a 4 años en México (46.1%) habían sido receptoras de un método de disciplina violenta, que podía ser física o psi-

cológica, durante el último mes en 2023. El porcentaje de los hombres que habían recibido un método de disciplina violenta era ligeramente mayor al de las mujeres en este rango de edad (49.2% y 42.9%, respectivamente)” (Redim, 2026).

¿Qué hacer?

La Unicef, basada en el testimonio de la doctora Lucie Cluver, de la Universidad de Oxford, establece que “el enfoque de la disciplina positiva, en lugar de centrarse en el castigo y en lo que no se debe hacer, pone el énfasis en generar una relación saludable con tu hijo y en fijar expectativas referidas al comportamiento” (UNICEF, 2026).

Al respecto, la Comisión de Derechos Humanos del Estado de México (CODHEM), además de realizar acciones de sensibilización, capacitación y promoción de los derechos de niñas, niños y adolescentes, dio a conocer que las infancias y adolescencias tienen derecho a crecer libres de

Reconocer los propios errores y conectar antes de corregir también forma parte de una crianza consciente y respetuosa.

violencia, con respeto a su dignidad y en entornos que les brinden protección, acompañamiento y límites claros.

Para ello, “madres, padres y personas cuidadoras deben procurar una presencia responsable y aprender a reconocer y gestionar sus propias emociones”, señaló la psicoterapeuta Lizette Bretón García, de la Fundación Ydanna, durante su participación en “DH Podcast”, programa de la CODHEM.

La especialista explicó que la crianza consciente no prescinde de las reglas ni de la orientación adulta. Este modelo propone educar sin violencia ni coerción y recurrir al juego, a la comprensión y a la empatía para establecer límites respetuosos.

Indicó que las personas adultas actúan como correguladoras de las emociones y conductas de niñas, niños y adolescentes, acompañándoles en el desarrollo de habilidades que todavía están aprendiendo. Por ello, enfatizó que criar con respeto no significa criar sin límites, sino establecer reglas claras sin recurrir a esquemas autoritarios que pueden afectar su expresión y desarrollo integral.

Asimismo, recomendó que madres, padres y personas cuidadoras actúen con flexibilidad y recuperen los aspectos positivos de los distintos modelos de crianza. Entre las herramientas que

pueden incorporar mencionó la atención plena o *mindfulness*, práctica que permite concentrarse en el presente, identificar pensamientos, emociones y sensaciones corporales, particularmente durante situaciones de tensión.

Destacó que uno de los principales retos consiste en establecer límites acordes con cada etapa del desarrollo. Algunas conductas interpretadas como ‘berrinches’ —explicó— pueden ser expresiones de niñas y niños que todavía no cuentan con las habilidades necesarias para gestionar lo que sienten. De ahí la importancia de que las personas adultas observen sus propias reacciones y sean conscientes del ejemplo que ofrecen.

Finalmente, señaló que el juego es una herramienta fundamental para enseñar habilidades y modelar comportamientos. En ambientes tranquilos y controlados pueden trabajarse aspectos como respetar turnos, escuchar y tolerar la frustración. “Durante una crisis —precisó— la prioridad debe ser acompañar y ayudar a regular las emociones; posteriormente será posible orientar la conducta. Reconocer los propios errores y conectar antes de corregir también forma parte de una crianza consciente y respetuosa”.

Como refuerzo de lo anterior, la UNICEF promueve paralelamente que madres y padres de familia también deben procurar su propio bienestar, a fin de lograr con ello mayor equilibrio y construir



mejores relaciones con sus hijas e hijos, a través de estrategias sencillas pero muy efectivas como planificar tiempo a solas con las infancias o adolescencias, sin pantallas ni televisión, centrando la atención en ellas; elogiarlas por lo que hacen bien, en vez de reprenderles, ya que eso les hace sentir personas amadas y especiales; establecer expectativas claras, concretas y realistas, explicándoles con exactitud lo que se les pide; jugar; ante el estrés, tomar pausas, respirar y reflexionar antes de reaccionar de manera violenta; tomar tiempo, aunque sea breve, para sí mismas, disfrutando de alguna actividad relajante; y reconocer el mérito propio como madres y padres. 🌐

Fuentes consultadas

Comisión de Derechos Humanos del Estado de México (2026, 20 de julio). Comunicado oficial Comisión de Derechos Humanos del Estado de México (comunicado de prensa).

<https://www.codhem.org.mx/criar-con-respeto-no-significa-criar-sin-limites/>

Red para los Derechos de la Infancia en México. Blog de Datos e Incidencia Política de REDIM. Violencia familiar contra la niñez en México (2010-2025). Consultado el 10 de septiembre de 2026. <https://blog.derechosinfancia.org.mx/2026/06/22/violencia-familiar-contra-la-ninez-en-mexico-2010-2025/>

Unicef. (2026). Crianza positiva: cómo disciplinar a tu hijo de manera inteligente y saludable. Disciplina positiva para una mejor salud mental y física y una infancia feliz. Consultado el 10 de septiembre de 2026. <https://www.unicef.org/parenting/es/cuidado-infantil/crianza-positiva-como-disciplinar-tu-hijo-de-manera-inteligente-y-saludable>

MAURICIO MIGUEL HERNÁNDEZ CABALLERO

Licenciado en Comunicación, especialista en DD.HH., maestrante en Derechos Humanos y Emergentes por el Instituto de Investigaciones y Formación de la CODHEM, y jefe del Departamento de Investigaciones y Publicaciones de la CODHEM.



CODHEM beneficia a más de 176 mil personas con acciones de prevención

La Comisión de Derechos Humanos del Estado de México (CODHEM) informa que, del 1 de enero al 10 de agosto de 2026, llevó a cabo 3472 acciones de prevención, capacitación, promoción y sensibilización, con las que benefició a 176 mil 250 personas en la entidad.

La participación de las mujeres fue mayoritaria, con 101 mil 700 beneficiarias, equivalentes al 57.7 por ciento; los hombres sumaron 74373, el 42.2 por ciento. Además, las actividades llegaron a 113 de los 125 municipios mexiquenses, lo que representa una cobertura territorial del 90.4 por ciento.

El sector educativo concentró el mayor número de acciones, con 569; seguido de los

Abarcando más del 90% del Estado de México, el organismo defensor promueve los derechos humanos en el territorio mexiquense.

ayuntamientos, con 498; seguridad pública, 387; otras personas servidoras públicas, 249; salud, 241; mujeres, niñas y adolescentes desde la interseccionalidad, 160; sistema penitenciario, 157; juventudes, 138; niñas, niños y adolescentes, 134; personas con discapacidad, 116, y grupos en situación de vulnerabilidad, 103.

Por unidad administrativa, la Subdirección de Capacitación y Atención Institucional realizó 2230 acciones y benefició a 114 mil 893 personas; la Subdirección de Promoción de los Derechos Humanos e Igualdad Sustantiva, 658 acciones y 36527 personas; la Subdirección de Atención a la Discriminación, 509 acciones y





22679 personas, y la Subdirección de Enlace y Vinculación en Derechos Humanos, 75 acciones y 2151 personas.

Entre las temáticas con mayor recurrencia se encuentran la calidad en el servicio público, con 54 acciones; el derecho a la igualdad y al trato digno, 48; las herramientas para contrarrestar las afectaciones del estrés laboral, 46; el Protocolo Mochila de Paz y Prevención para escuelas de nivel básico y medio superior, 46; el Código de Ética de las y los Servidores Públicos del Estado de México, 43; la salud mental en el servicio público, 41, y la reforma constitucional en materia de derechos humanos, 40.

También destacaron las actividades sobre acoso laboral, con 39 acciones; acoso y hostigamiento sexual, 38; manejo de conflictos dentro del servicio público, 38; violencia escolar (*bullying*), 37; comunicación asertiva, 36; estrategias para la paz en los centros escolares, 36, y vocación de servicio como protección a los derechos humanos, 35.

Toluca encabezó el registro municipal con 1043 acciones, seguido de Ecatepec de Morelos, con 142; Zinacantepec, 118; Almoloya de Juárez, 103; Metepec, 94, y Temoaya, 81. Esa presencia territorial permitió acercar contenidos especializados a comunidades escolares, ayuntamientos, instituciones de seguridad y salud, personas servidoras públicas y grupos en situación de vulnerabilidad.

Con esas acciones, la CODHEM refrenda su compromiso de promover una cultura de respeto a la dignidad humana, prevenir la violencia y fortalecer las capacidades de las personas para que conozcan, ejerzan y defiendan sus derechos mediante una labor formativa cercana, incluyente e itinerante en el Estado de México. 🌐

SEIS TRIPLE OCHO: CUANDO LA IGUALDAD TAMBIÉN SIGNIFICA SER RECONOCIDAS

Hay historias que permanecen durante años en silencio no porque no sean importantes, sino porque quienes las protagonizaron tuvieron que abrirse paso entre prejuicios que parecían tan firmes como las estructuras que los sostenían. *Seis Triple Ocho* (*The Six Triple Eight*, 2024), dirigida por Tyler Perry, recupera la historia de 855 mujeres afroamericanas que, durante la Segunda Guerra Mundial, realizaron una tarea que parecía imposible y, al hacerlo, desafiaron las ideas de una época que insistía en decirles hasta dónde podían llegar.

La película nos lleva a 1945. Mientras miles de personas combatían en Europa, millones de cartas permanecían acumuladas, esperando llegar a quienes estaban lejos de sus familias. Para resolver esa situación, el ejército estadounidense creó el 6888.º Batallón del Directorio Postal, integrado por mujeres afroamericanas. Su misión consistía en organizar y distribuir aquella correspondencia atrasada.

Pero el verdadero desafío no estaba solamente en las toneladas de cartas, sino también en los prejuicios. Eran mujeres afroamericanas dentro de una institución predominantemente masculina que, además, marcaba la segregación racial. Antes de demostrar sus capacidades, tuvieron que enfrentar la duda, la desconfianza y la discriminación. Lucharon contra instalaciones deficientes, clima frío y hostilidad de una institución que dudaba de su capacidad. Superaron la pérdida de compañeras y los peligros propios de la guerra para cumplir con su deber patriótico.

Cuando alguien es juzgado por su género, su color de piel o su origen, el conflicto deja de ser únicamente interpersonal: se vuelve parte de una estructura que reproduce desigualdades.



Seis Triple Ocho nos recuerda que la igualdad no consiste en que todas las personas sean tratadas de la misma manera en un contexto donde las condiciones de partida son desiguales, implica reconocer la dignidad y las capacidades de cada persona, remover las barreras que generan exclusión y garantizar oportunidades reales para participar.

Hay, además, un detalle profundamente humano en la historia: aquellas cartas no eran solamente papel. Cada una llevaba un nombre, una preocupación, una esperanza. Detrás de cada sobre había alguien esperando noticias. Hacer que esas misivas llegaran significaba restablecer vínculos, aliviar incertidumbres y acercar a personas separadas por la guerra.

Las integrantes del 6888.º Batallón no solamente resolvieron una enorme tarea logística, también cuestionaron el lugar que la sociedad había decidido para ellas. A pesar de las estimaciones pesimistas del alto mando, las mujeres organizaron y resolvieron el rezago postal en tiempo récord, trabajando sin descanso en turnos arduos.

Y esa quizá sea una de las formas más poderosas de construir igualdad: reconocer que detrás de cada diferencia hay una persona con la misma dignidad y que una sociedad verdaderamente justa no es aquella en la que la humanidad tiene que luchar para demostrar que merecen un lugar, sino aquella en la que ese lugar está abierto para todas. 🌍

MIREYA MIRANDA CARRILLO

Licenciada en Psicología y maestra en Medios de Solución de Conflictos, subdirectora de Formación en Derechos Humanos de la CODHEM.



Visita nuestra página web



Consulta el
apartado de
**Personas
Desaparecidas**

<https://www.codhem.org.mx/personas-desaparecidas/>



Conócelo y ayúdanos a compartirlo