

Edición: 6
Septiembre - Diciembre 2024

**Gaceta. Órgano de Difusión de la
Comisión de Derechos Humanos
del Estado de Zacatecas**



NUESTROS DERECHOS



— COMISIÓN DE —
**DERECHOS HUMANOS DEL
ESTADO DE ZACATECAS**

Todos los derechos para todas las personas



DIRECTORIO

Dra. en D. Maricela Dimas Reveles
Presidenta

Lic. Esther Contreras Chávez
Secretaria Ejecutiva

CONSEJO CONSULTIVO

Lic. Estela Berrún Robles
Pbro. José Luis Corona Romero
Ing. Ana Hilda Rivera Vázquez
Lic. Yadira Esther Karina Pulido
Lic. Sonia González de Luna
Mtro. Francisco Fernando Torres Mireles
Mtro. Lisandro David Carrillo Félix

EDICIÓN Y DISEÑO

M. en A. Estefanía Herrera Villegas
M. en M. Guadalupe del Pilar Arce Ramírez
L.C.O. y M. Alberto Núñez Hernández
L. Alondra Guadalupe Becerra Méndez

CONTENIDO

Editorial	4
La Salud Mental de los Jóvenes: Prioridad de Derechos Humanos	6
Dra. en D. Maricela Dimas Reveles Presidenta de la Comisión de Derechos Humanos del Estado de Zacatecas	
Adolescencia y Suicidio. Aspectos psicológicos del suicidio, prevención y postvención	8
Mtro. José Antonio Juárez López Psicólogo de la CDHEZ	
Testimonio de la CDHEZ	14
Daniel del Hoyo Activista y Embajador de Derechos Humanos	
Defensores de Derechos Humanos	16
Lic. Jaira Lizeth Barragán García Presidenta fundadora del Colegio de Psicólogos Profesionales por el Bienestar Social	
Estadísticas CDHEZ	20
Recomendaciones	26
Juego	29
Conectando Palabras, Salvando Vidas	
Actividades CDHEZ	30

EDITORIAL

El suicidio en adolescentes y jóvenes es una realidad dolorosa que no podemos ignorar. Cada vida perdida deja un vacío irreparable en familias, comunidades y sociedades enteras.

Desde la Comisión de Derechos Humanos del Estado de Zacatecas, asumimos el compromiso de visibilizar este problema y fomentar estrategias de prevención que aborden sus causas desde un enfoque integral y basado en los derechos humanos.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que el suicidio es una de las principales causas de muerte entre personas de 15 a 29 años. Detrás de cada caso hay factores de riesgo como la depresión, la ansiedad, el acoso escolar, la violencia intrafamiliar, la discriminación y la falta de acceso a atención psicológica. Sin embargo, más allá de las estadísticas, es crucial entender que cada joven que enfrenta pensamientos suicidas necesita apoyo, escucha y acompañamiento.

La prevención del suicidio debe ser un esfuerzo colectivo que involucre a familias, instituciones educativas, el sector salud, la sociedad civil y el Estado, para garantizar el acceso a los servicios, promover entornos seguros y libres de violencia, y con ello se rompa el estigma que aún rodea a los trastornos emocionales.

Hablar abiertamente sobre el bienestar mental y brindar herramientas para la resiliencia son pasos fundamentales en esta lucha. Reconozco la labor de las y los jóvenes, especialistas y Organizaciones de la Sociedad Civil que se han unido a este Mecanismo Ciudadano para la Prevención de la Violencia

y el Suicidio en Adolescentes y Jóvenes, por ello, esta edición especial de Nuestros Derechos, el órgano oficial de la Comisión de Derechos Humanos del Estado de Zacatecas, está dedicada a la Prevención del Suicidio, en donde podrán encontrar artículos sobre La Salud Mental de los Jóvenes: Prioridad de Derechos Humanos, en donde analizamos la importancia de este tema en las juventudes zacatecanas, para que sean escuchados y empoderados, para que puedan expresar sus emociones, necesidades y preocupaciones de manera abierta y sin temor a ser juzgados o marginados.

Asimismo, contaremos con un testimonio de un joven activista, que es sobreviviente de esta problemática que aqueja nuestra sociedad, así como, una variedad de artículos y datos que ilustran la importancia de la prevención del suicidio y el cuidado de la salud mental.

Además, encontrarán información de la actividad que realizó este Organismo Defensor de los Derechos Humanos en la promoción de los derechos humanos, así como, la información referente a la protección de los derechos humanos en la entidad, a través de la información estadística de las quejas, resoluciones y recomendaciones que emite este organismo defensor de los derechos humanos. Reconozco que, el arduo trabajo institucional de todo el personal de esta noble Comisión, ha hecho posible brindar la atención adecuada y servicios de calidad en favor de los derechos humanos en la entidad, para que estos derechos sean promovidos, protegidos y garantizados para todas las personas.



“TODOS LOS DERECHOS, PARA TODAS LAS PERSONAS”

DRA. EN D. MARICELA DIMAS REVELES
PRESIDENTA DE LA COMISIÓN DE
DERECHOS HUMANOS DEL ESTADO DE ZACATECAS.

La Salud Mental de los Jóvenes: Prioridad de Derechos Humanos

Dra. Maricela Dimas Reveles
Presidenta de la CDHEZ



La salud mental de los jóvenes, se ha convertido en un tema de suma importancia en la agenda social y política a nivel mundial debido a que, los adolescentes y jóvenes son una población vulnerable que enfrenta una serie de desafíos tanto a nivel personal como social, lo que puede tener un impacto significativo en su bienestar mental; es por ello que, la salud mental de los jóvenes debe ser considerada como una prioridad de derechos humanos. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la salud mental es un estado de bienestar en el cual el individuo es capaz de desarrollar todo su potencial, enfrentar situaciones de estrés y contribuir de manera productiva

a la comunidad. Por lo tanto, la salud mental no solo es un aspecto fundamental para el bienestar individual, sino que también es un derecho humano básico que debe ser protegido y promovido.

Los jóvenes enfrentan una serie de factores de riesgo que pueden impactar negativamente en su salud mental, como la presión académica, el acoso escolar, la exclusión social, la violencia, el abuso de sustancias y los trastornos alimentarios, entre otros; estos factores pueden dar lugar a problemas de ansiedad, depresión, trastornos de la conducta, trastornos de la personalidad y otros trastornos mentales

que pueden afectar la calidad de vida de los jóvenes y su capacidad para desenvolverse de manera plena en la sociedad.

En razón de lo anterior es importante que los gobiernos, las instituciones educativas y la sociedad en su conjunto, nos comprometamos a promover la salud mental de los jóvenes a través de la implementación de políticas públicas y programas de prevención y atención integral, debemos trabajar para garantizar el acceso a servicios de salud mental de calidad, promover entornos escolares y comunitarios seguros y saludables, fomentar la educación emocional y la resiliencia, y luchar contra el estigma y la discriminación asociados a los trastornos mentales.

Además, es absolutamente necesario que los jóvenes sean escuchados y empoderados para que puedan expresar sus emociones, necesidades y preocupaciones de manera abierta y sin temor a ser juzgados o marginados; la participación activa de los jóvenes en la toma de decisiones relacionadas con su salud mental es un derecho fundamental que debe ser considerado como una prioridad de derechos humanos, ya que está estrechamente relacionado con su bienestar y su capacidad para desarrollarse plenamente como individuos por lo que debemos promoverlo y garantizarlo.



Solo Vive

COMISIÓN DE DERECHOS HUMANOS DEL ESTADO DE ZACATECAS

Encuentra la canción "Solo Vive" en nuestro canal de YouTube @CDHEZAC

Adolescencia y Suicidio

Aspectos psicológicos del suicidio, prevención y postvención.

Mtro. José Antonio Juárez López
Psicólogo de la CDHEZ

El suicidio es una problemática que debe visibilizarse con el objetivo de ser prevenida. La Encuesta Nacional de Salud (ENSANUT) reveló que, durante 2020, 1,150 niñas, niños o adolescentes en México decidieron suicidarse, es decir, un promedio de tres casos por día.

Etimológicamente la palabra suicidio proviene de los términos, sui, que significa uno mismo y caedere, que se traduce por matar. Se puede definir como el acto de provocar a uno mismo intencionadamente la muerte.

En general se plantea la conducta suicida como un acto multidimensional y multicausal, acotado por dos polos, bienestar-suicidio consumado.

La Pirámide del Suicidio

La consumación de un acto suicida suele ser un acto premeditado que recorre varias etapas.

- El deseo de morir o insatisfacción de la persona con su estado de vida actual y su hastío en la visión del futuro.
- La representación suicida o fantasías alrededor del propio acto, la visión del resultado y los sentimientos de liberación que se generarían.
- Las ideas suicidas, pensamiento sobre como consumir el acto, ya sea usando un método concreto o simplemente reflexionando sobre el deseo de hacerlo, sea como sea.
- La amenaza suicida, es la comunicación o poner en palabras la intención de realizar el acto al entorno más cercano, con el fin de que

ayuden a que no se lleve a cabo, como una llamada de socorro.

- El gesto suicida, lleva más allá de las palabras el intento suicida, pasando a la acción o realizar conductas no peligrosas, pero que dan a entender que el riesgo de consumación es importante.
- El intento suicida, es el acto que sin resultado de muerte se lleva a cabo con el fin de acabar de manera evidente con la vida deliberadamente.
- Parasuicidio, comportamiento autolesivo que busca más la manipulación emocional que terminar con la propia vida (aunque ocurren muertes accidentales).
- Suicidio intencional, cualquier conducta autolítica que busca y conlleva la muerte de la persona

Los Trastornos Psicológicos comorbiles

La existencia previa de problemas emocionales pueden ser catalizadores del riesgo suicida en especial los asociados a los denominados trastornos mentales como:

- Depresión y Bipolaridad (trastornos del estado de ánimo)
- Psicosis y Esquizofrenia
- Trastorno de Pánico
- Trastornos de la conducta Alimentaria (TCA)
- Trastornos de personalidad
- Abuso de alcohol u otras sustancias

Los indicadores Psicológicos

Reconocer ciertos indicadores psicológicos asociados al suicidio facilita la detección

temprana de los riesgos suicidas:

- El principal, sin duda, es la desesperanza, que es el rasgo cognitivo presente en la depresión y que viene a significar una visión cierta y negativa del futuro.

- En el mismo ámbito también la rigidez cognitiva es un facilitador al limitar la capacidad de afrontar nuevas situaciones personales.

- El cambio de realidad social es per se un estresor, que puede potenciar el riesgo suicida, la ruptura familiar o la pérdida de un ser querido puede desencadenar, si se dan otros factores, una reacción inmediata de intento suicida.

- Un pasado marcado por el abuso o las carencias afectivas, también pueden, al generarse un cambio drástico en el entorno, realizar actos suicidas, por ello es importante prestar atención a los jóvenes e intentar ofrecer el mayor apoyo posible a personas con especial vulnerabilidad a cometer actos autolesivos.

- Los rasgos de personalidad como la ira o la impulsividad, generan un mayor número de intentos suicidas y si se asocian con la desesperación, pueden llevar a la conclusión del acto.

- También se ha encontrado vinculación directa con la adicción a sustancias, irritabilidad, dependencia, baja autoestima y ansiedad.

El intento suicida

Hay personas que tienen el intento suicida como respuesta conductual ante las adversidades de la vida que consideran insalvables (desesperanza).

Algunas repiten la conducta en una situación concreta y cuando el contexto desaparece, también lo hace el deseo suicida, como por ejemplo, el acoso escolar o el proceso de separación de pareja.

El intento suicida suele ir acompañado de diversas señales, en muchos casos verbales, las más comunes suelen estar relacionadas con una visión negativa sobre uno mismo o el futuro, comentarios como “la vida es un asco”, “estoy cansado de todo”, “no tengo solución” o “esto nunca mejora”.

Otras en cambio se vinculan a lo que está pasando por su cabeza como puede ser la muerte o el propio acto suicida: “no tengo ganas de vivir”, “a ver si termino con todo”, “quiero desaparecer”.

Por último, también se verbalizan expresiones que sotirran una despedida, como “nunca te olvidare”, “siento haberte fallado”, “pero ya no lo hare más”, “quiero que sepas que siempre serás alguien especial para mí”.

Mitos sobre el suicidio

Los comportamientos suicidas han estado a lo largo de la historia del ser humano, por lo que han generado multitud de interpretaciones erróneas alrededor de una conducta tan perturbadora para el grupo que necesita de los mitos para sobrellevarla.

Ante un comportamiento suicida, debemos asimismo despojarnos de esos mitos que suelen ser impuestos por la cultura y en general suelen ser universales. Podemos enumerar los siguientes:

- Los que hablan o anticipan no los cometen.
- El hablar o preguntar sobre el suicidio puede desencadenarlo o incrementar la fantasía.
 - El suicidio sucede sin advertencias.
 - Tienen toda la intención de morir.
 - La mejoría post crisis indica que el peligro se ha superado.
 - No todos los suicidios pueden prevenirse ni bien atendidos pueden evitarse.
 - Una vez que la persona es suicida lo es para siempre.

Todos estos mitos, no solo son propios de la cultura popular, sino que suelen estar muy presentes en los equipos de salud. Esto es particularmente grave en la medida que al omitir el tema por temor puede perderse una importante posibilidad de actuar en el diagnóstico y la prevención de un comportamiento suicida.

Atención del comportamiento suicida

En la historia de la humanidad el “tratamiento” del suicidio fue cambiando en forma, acorde a cómo se considerara su origen. El predominio de aspectos propios de maleficios, malos espíritus, etc., dio una enorme preponderancia a las intervenciones a través de las diversas

creencias religiosas.

En la actualidad se trata de implementar en la prevención, atención y postvención del suicidio, una estrategia desde la Atención Primaria de la Salud.

Desde la Salud Pública y ante la dimensión del problema a nivel mundial, resulta imposible considerar que los comportamientos suicidas solo debieran ser atendidos por psiquiatras o psicólogos, pero resulta evidente que, aunque no se cuente con estos recursos, la presencia de los equipos de Salud Mental resulta sumamente importante.

Se está avanzando, aunque lentamente, hacia la conformación de equipos interdisciplinarios a fin de posibilitar un abordaje integral.

¿Qué se puede hacer ante un suicidio consumado? (Postvención)

Lo que se haga luego de un suicidio consumado puede ser tan importante como lo que se realizó antes. Esto en la terminología referida al suicidio se conoce como Postvención.

Al hablar de afectación no solo se refieren a la tristeza, dolor o demás sentimientos que el hecho suscita, sino que se entiende por afectación un hecho que puede comprometer seriamente la salud de los allegados tanto en el plano físico como en el mental.

Estadísticamente está demostrado que la posibilidad de que un allegado adopte un comportamiento suicida es mucho mayor.

Hay 3 preguntas que los cercanos, particularmente sus padres suelen formularse: ¿Por qué lo hizo?, ¿Cómo no pude evitarlo?, ¿Cómo me hizo esto a mí? Surgen estas preguntas desde un espacio que los deudos describen como de confusión y devastador. No existen para estas preguntas, respuestas fáciles y menos aún simplistas (porque estaba deprimido, por un fracaso amoroso, por una decepción, por haber fallado en un examen, etc.).

No obstante, se pueden presentar a los allegados en forma breve, ciertos aspectos tales como la multicausalidad, el saber que aún con los mejores tratamientos todos los suicidios

no pueden ser evitados, que ellos nada más podrían haber hecho para evitarlo, teniendo como objetivo fundamental evitar la culpa que es lo que más suele afectar a los cercanos. Muchas veces, más que una verbalización corresponde un acompañamiento desde los afectos y la comprensión.

El presenciar una muerte por suicidio ya sea mientras ocurre o por hallar su cuerpo suele desencadenar en los testigos, sintomatología propia del stress post traumático.

La respuesta del afectado no es racional, y persiste cierta vivencia de culpabilidad.

Intervenciones terapéuticas en la posvención

Una de las intervenciones que más efectividad ha demostrado en los sobrevivientes de un proceso de suicidio, corresponde al apoyo grupal de familias y/o allegados que han pasado por esa situación.

Se considera que, a través del trabajo grupal, en forma gradual los sentires al ser compartidos se van considerándose como “normales” y como propios de la situación.

A través del grupo, la estigmatización también se va diluyendo mientras que el grupo al irse consolidando va constituyendo como parte de un viaje emocional.

Una función derivada de todo este proceso es que la acción grupal actúa asimismo monitoreando las reacciones y vivencias de cada uno de sus integrantes, pudiendo detectar precozmente situaciones de riesgo que pudieran surgir.

Una particular intervención puede y debe realizarse en las instituciones escolares a las cuales pertenecían los adolescentes que murieron por suicidio. La Organización Mundial de la Salud, dentro del Programa SUPRE, estableció un protocolo que da las pautas que se deben seguir y que resumidas son las siguientes:

- No negar la situación y menos aún ocultarla (disipar rumores).
- Informar: “NN murió por suicidio”.

- Obviar detalles puntuales, forma, lugar, hora, etcetera.

+ Incrementar todas aquellas medidas que tiendan a mejorar el “clima” de la institución escolar. Presentar en forma breve ciertos aspectos sencillos pero contundentes que eviten simplificaciones tales como rumores y los “por qué” de la comunidad educativa.

- Talleres de prevención para alumnos, docentes y padres, no solo informativos, sino que permitan expresar sentimientos: ¿Qué sienten y cómo puedo ayudarlos? (pequeños grupos).

- Capacitarse para detectar signos de alarma y espacios de consulta y/o derivación.

- Detectar repercusión de la crisis en redes sociales y poder utilizarlas en prevención.

- De existir repercusión en los medios designar un “vocero”, y remitir al Programa SUPRE, destinado a los medios de comunicación (OMS)

Prevención del suicidio adolescente: una propuesta de intervención

La adolescencia es un periodo complejo que implica atravesar por el duelo de dejar atrás la etapa de la niñez para adentrarse en una de cambios complejos a nivel psicológico,

físico – biológico y emocional, siendo ello un factor de riesgo potenciador de conductas autolíticas y suicidas; por ello, el vocablo “adolescencia” hace referencia a “adolescer”... ante el incremento y el alarmante panorama actual del crecimiento de suicidios en México, siendo la adolescencia el grupo etario más susceptible; por ello, se plantea una propuesta que se puede trabajar desde el ámbito escolar de nivel secundaria y bachillerato el cual gira sobre 4 ejes centrales:

1.- Sensibilización y concientización sobre la importancia de la Salud Mental y el suicidio: en este rubro se abordan los mitos que permean a los trastornos mentales en relación con la conducta suicida.

Tocar el tema del suicidio es de total importancia para romper con mitos, tabúes, falsas creencias y leyendas urbanas en torno al tema.

2.- Identificación de Factores de riesgo y protección ante la conducta suicida:

Este rubro, identifica cuáles son los principales factores de riesgo que permean la conducta suicida, así como, las señales de alarma lo cual es crucial para identificar y anticipar la conducta suicida; todo ello, en concordancia con los factores protectores, pues estos recursos de fortaleza ayudan a identificar qué



situaciones calman, cuáles son las razones para continuar adelante en base a cuales aspectos son los que aportan esperanza y bienestar en el adolescente.

3.- Manejo del estrés y crisis:

En este rubro se aborda un entrenamiento de trabajo y mejora en los recursos personales sustentados en la inteligencia emocional, para afrontar situaciones que generan estrés o ansiedad, las cuales propician que un joven se sienta desesperanzado respecto del futuro y con visión de “túnel”, aprendiendo a identificar y afrontar de una forma funcional y racional a los estados de ansiedad y/o crisis; ofreciendo de manera complementaria la intervención terapéutica en casos de crisis en situaciones particulares.

4.- Identificación de Pensamientos y Emociones:

En este último rubro se trabaja la educación emocional, con el objetivo de que el adolescente pueda identificar sus emociones y aprenda a manejarlas y transmitir las de una forma adecuada, por medio de la inteligencia emocional, la conducta asertiva y fomentando la sana autoestima con miras a mejorar sus

relaciones interpersonales y redes sociales de apoyo.

De igual manera, es importante trabajar con los pensamientos disfuncionales a través de los principios de la terapia racional emotiva, con la idea de potenciar el razonamiento objetivo y crítico, buscando con ello que el joven tenga una perspectiva más objetiva del momento que atraviesa, para adaptarse y afrontar de mejor manera su situación personal.

Tips para superar los pensamientos suicidas:

- Sincérate sobre tu situación con otra persona.
- Concéntrate en las razones para seguir adelante.
- Escribe sobre personas significativas para TI.
- Enumera algunas metas o sueños que tienes para el futuro.
- Enlista algunas actividades favoritas y las razones por las que las disfrutas.
- Anota sobre algunas de las cosas que brindan alegría a Tu vida.
- Escribe sobre algunas cosas que Te dan esperanza.
- Lee sobre historias de recuperación.



— COMISIÓN DE —
DERECHOS HUMANOS
DEL ESTADO DE ZACATECAS

**SI ERES VÍCTIMA
DE VIOLACIÓN A TUS
DERECHOS HUMANOS**

¡DENÚNCIALO!



Celular de guardia 24hrs 492-124-77-30
Lada sin costo 800-624-27-27



comentarios@cdhezac.org.mx



Circuito Cerro del Gato S/N,
Ciudad Gobierno, Zacatecas Zac., C.P. 98160



@cdhezac
www.cdhezac.org.mx

TESTIMONIOS DE LA CDHEZ

Daniel del Hoyo

Activista y Embajador de Derechos Humanos

Pregunta:

¿Qué es la prevención del suicidio en la juventud?

Daniel:

Me parece que la prevención del suicidio es prácticamente atacar y atender antes de que el problema se vuelva más complicado en nuestra sociedad. La prevención no solamente es atender como tal el problema, sino prevenirlo, precisamente es ir a las causas del problema y atenderlo desde varias áreas en las que se podría trabajar en las escuelas. En las comunidades.

En varias áreas, se puede ir trabajando la prevención del suicidio y creo que es de vital importancia para el desarrollo de una sociedad, pues que esté en paz y que tenga un buen desarrollo.

Pregunta:

Tú has visto o has trabajado ahora de cerca con este tema, ¿A qué se debió?

Daniel:

Prácticamente a mi actividad en la escuela, porque quería hacer algo nuevo, me metí por la parte del activismo, que es lo que caracteriza a los jóvenes de querer cambiar el mundo o hacer algo por los demás, no solamente por uno mismo, sino tratar de ayudar a los demás, y más en una situación en la que yo pienso que no ha sido difícil para mí.

Pregunta:

¿En qué sentido fue difícil para ti?

Daniel:



Fue difícil para mí al momento de crecer, supongo porque no me encontraba con un rumbo fijo. No me identificaba con nada ni con nadie. Entonces fue una etapa difícil para mí, y después llegó pandemia, estaba sin ganas de hacer nada, estaba deprimido y triste, fue cuando encontré cosas que me empezaron a sacar de poco a poco.

Empecé a conocer gente que me empezó a sacar del momento en el que me encontraba, ya que una palabra importante que conocí con toda esta experiencia fue la “voluntad”, que realmente a la gente que está en este estado, como en el que yo estuve, le hace falta voluntad y un propósito.

Pregunta:

¿Qué marcó tu vida a raíz de que llegaron personas a apoyarte y a cambiar tu estado de ánimo en el que te encontrabas?

Daniel:

En mi misma carrera, conocí a gente que estaba estudiando psicología precisamente, había dejado de lado mis pasiones como el dibujar, el pintar y el cuidado de las plantas. Yo soy una persona que está profundamente arraigado con la necesidad de estar cuidando a otro ser vivo, por la misma gratificación que esto te otorga.

Precisamente, comenté que en pandemia

conocía gente que me enseñó este mundo de cuidar a las plantitas y lo que significa, en este sentido aprendí que cuando cuidas algo y le prestas tu atención, le das tu tiempo, y pues crece como un ser vivo que es, y esto va orientado hacia nosotros mismos.

Es cuando me di cuenta que hay que prestarnos atención a cada cosa que nos pasa, y esto fue lo que me ayudó un poco más, junto con el apoyo de amigos, compañeros conocidos, e incluso maestros que me ayudaron a salir de esta etapa.

Pregunta:

¿Qué mensaje le darías a las y los jóvenes para seguir promoviendo la prevención del suicidio?

Daniel:

Que no tengan miedo. Que no tengan miedo a pedir ayuda, ya que es muy importante tener redes de apoyo sólidas o al menos existentes para poder desarrollarse con naturalidad en un entorno sano, y al encontrar eso, junto con un propósito de vida y tener la voluntad de hacerlo, es el mejor paso que podría dar cualquier persona, pues esto me ayudó a salir adelante.

Lo que le puedo decir a las y los jóvenes en este sentido, es que pidan ayuda, que realmente sientan la necesidad de pedir ayuda, y que encuentren algo en lo que con el tiempo puedan dedicar su vida, no solamente de manera profesional, sino también vocacionalmente. Busquen un hobby como yo lo descubrí, porque la vida no se acaba por unas cuantas situaciones o porque estén en situaciones difíciles, que realmente hay oportunidad mientras que haya vida, hay oportunidad para todas y todos.

Pregunta:

¿Que nos falta como sociedad para seguir apoyando a las y los jóvenes?

Daniel:

Poder escuchar un joven que está deprimido, lo único que quiere es que lo acompañen, que lo escuchen y que le presten atención, o bien que lo quieran o le den ese afecto, que de alguna u otra forma no encuentra en sí mismo este cariño.

Que los adultos presten un poquito, más de atención fuera de sí mismos, porque creo que el trato humano es de vital importancia y me atrevo a decir deliberadamente, que la interacción mutua entre la comunidad es lo más importante, porque es claro que la gente no este vive en sociedad para estar aisladas. Necesitamos de la comunidad necesitamos de los otros.

Entonces necesitamos crear sociedades fuertes y ser ese puente entre generación y generación, en el cual hay muchas relaciones rotas. Nosotros los jóvenes somos quienes vamos a tomar las riendas de lo que en algún momento ellas construyeron, y no solo importa lo que se construyó materialmente por otras generaciones, lo que realmente importa es lo que trasciende, porque realmente las cosas materiales se acaban con el tiempo, lo que sí se queda es lo que trasciende como el corazón y la mente, y esto es de vital importancia. Por eso es importante que haya valores y motivaciones dignas por las cuales vivir y querer vivir.

Pregunta:

¿Y qué opinas sobre que instituciones como la Comisión de Derechos Humanos cuenten con el Mecanismo Ciudadano para la Prevención de la Violencia y el Suicidio en Adolescentes y Jóvenes, para trabajar con las y los jóvenes en prevenir este tema que lamentablemente lastima a nuestra entidad?

Daniel:

Son esfuerzos que se toman de manera muy bien intencionada, claro, para todo este tipo de proyectos se tiene que planear e investigar, ya que es un trabajo arduo por parte de estas instituciones para trabajar y tratar de hacer un cambio en beneficio para la sociedad.

Pero el único inconveniente que hay en estos proyectos, son los recursos, porque realmente se hace lo que se puede con lo que se tiene y creo que eso es de vital importancia.

Considero que, se le debe de dar seguimiento, es lo más importante, para que no quede como un simple proyecto de un año debido a las circunstancias, sino que se le dé continuidad a la prevención, y con los años se pueden crear campañas para incentivar al desarrollo de una sociedad más estable y emocionalmente sana.

DEFENSORES DE DERECHOS HUMANOS

Lic. Jaira Lizeth Barragán García

Presidenta fundadora del Colegio de Psicólogos Profesionales por el Bienestar Social



Pregunta:

Qué opinión le merece esta problemática que se está viendo en el país y también en el estado de Zacatecas, sobre el suicidio entre jóvenes y adolescentes.

Lic. Jaira Barragán:

El tema del suicidio es algo con el que tenemos ya bastante tiempo padeciéndolo, sin embargo, la Organización Mundial de la Salud nos dice que, de la pandemia a la fecha, los porcentajes han sido bastante altos, con cifras de años anteriores referente al 2020, aunque la pandemia empieza en el 2019, se vivió de manera mundial en el 2020, y ellos sacan este diagnóstico a nivel mundial, donde nos dicen que cada 40 segundos encontramos una persona quitándose la vida.

Y también nos dice que, de esa persona que sí logra quitarse la vida, hay otras 20 más que lo están intentando, entonces, aunque son cifras mundiales, definitivamente sabemos que

son reales que son ciertas por qué es algo que lamentablemente nos ha tocado vivir de manera constante, además de que, lamentablemente se ha vuelto más común en adolescentes y jóvenes.

Pregunta:

¿Cómo podemos abonar como sociedad, como instituciones públicas y como sociedad civil organizada para la prevención del suicidio?

Lic. Jaira Barragán:

La prevención del suicidio es un trabajo que se debe de hacer en equipo, los factores que una persona presenta cuando decide quitarse la vida son diversos, y entonces esto se vuelve un problema de salud multifactorial entre ellos, por ello, es de suma importancia la presencia de la familia, lamentablemente me ha tocado apoyar en algunos casos en donde se ha dado el suicidio, y nos han pedido el apoyo por parte de las secundarias para trabajar con los papás, con los maestros y con los mismos

compañeritos donde estaba la persona que se ha quitado la vida.

Y nos hemos percatado que la situación que esta persona vivía dentro de su familia son contextos muy difíciles, muy complicados, y de ahí, es que esta persona viene acarreando con situación que vive en casa, y en ese contexto, llega a la escuela y ahí, se suman otros factores, y es ahí cuando la persona lamentablemente decide quitarse la vida.

Por ello, es un trabajo en equipo donde es importante la participación de instancias encargadas de esta problemática de salud pública, quienes deben estar trabajando de manera constante en la prevención, ya que es algo que debe de ser de manera constante y firme, por eso son importantes las acciones que se están realizando por parte de las instituciones que les corresponde sumarse a ello.

Pregunta:

¿Qué opinión le merece, que instituciones como la Comisión De Derechos Humanos cuenten con el Mecanismo Ciudadano para la Prevención de la Violencia y el Suicidio en Adolescentes y Jóvenes, para trabajar con las y los jóvenes?

Lic. Jaira Barragán:

Bueno, para ser franca, no ubico otra institución que haya realizado un programa que sea fijo, como lo comentaba fueron varios los que quisieron trabajar el tema de prevención de suicidio, pero se les acabó rápido el interés, y al menos de parte del Colegio, nos hemos sumado a participar con el programa que tienen de Mecanismo de la CDHEZ, que sigue trabajando con los jóvenes, mismos que se han involucrado en el tema desde que se instalaron en las escuelas estos buzones, lo que les ha generado realmente interés a los muchachos, y más porque ven que quienes están involucrándose en estas actividades, son sus pares, quienes están promoviendo la prevención del suicidio, y que puedan ser sus mismos pares quienes hagan alguna detección oportuna para evitar pues una pérdida.

Pregunta:

¿Cómo podemos abonar para prevenir el suicidio entre las y los adolescentes y jóvenes?

Lic. Jaira Barragán:

Es importante siempre estar en alerta, porque no siempre nos dejan la cartita de despedida,



también tenemos jóvenes o adolescentes que se han quitado la vida, y que no han dejado cartita o nunca dieron como tal un aviso formal, sin embargo, sí hacen ciertos comentarios que no son comunes en ellos.

Es importante siempre estar en alerta en el actuar de nuestros adolescentes y de nuestros jóvenes, porque sí es un joven que todas las mañanas se levanta, le gusta peinarse, ponerse perfume, y lo vemos que lleva meses que no se quiere bañar, que no se quiere poner perfume, o no quiere salir, es decir, que pierde como el interés por lo que le gusta hacer, es cuando hay que ponerle la atención y estarlo monitoreando constantemente.

Si hay cambios en ellos, porque es una persona que siempre ha sido extrovertida, es expresivo, alegre, y de repente no vemos el mismo actuar, pues hay que poner atención.

Es muy común que luego también tenemos quienes dicen “es que me voy a quitar la vida”, “es que me voy a matar”, “es que me quiero morir”, y también tenemos luego en la familia o personas cercanas que dicen ¡Ay lo único que quiere es llamar la atención!, pero precisamente por eso pues hay que prestarle atención, porque no sabemos si lo está diciendo porque realmente lo desea, sí o lo está diciendo porque es un momento de enojo.

Siempre es importante que cualquier acto, emoción o pensamiento que notemos diferente en nuestros jóvenes, volteemos a verlos y ponerles atención para saber si es algo que es momentáneo o no.

Pues yo creo que nunca está de más agregar, que es importante acudir con un especialista, ya que se ha vuelto muy común que buscamos los tutoriales, los TikTok, algún artículo muy corto que no me da la información que realmente es la que estoy necesitando, porque ese tipo de información no es especializada para lo que necesitamos de manera personal, por ello, es importante contactar a un especialista y sea quien nos asesore. Siempre es importante, acudir con un especialista que revise nuestra propia historia, nuestras propias particularidades para poder apoyarnos de manera profesional.





— COMISIÓN DE —
DERECHOS HUMANOS DEL
ESTADO DE ZACATECAS

La **CDHEZ** ahora en **WhatsApp**

Si tus derechos fueron vulnerados, **DENUNCIA**.
Contáctanos vía mensaje o llamada.



492 124 77 30
CELULAR DE GUARDIA



comentarios@cdhezac.org.mx



Circuito Cerro del Gato S/N,
Ciudad Gobierno, Zacatecas Zac., C.P. 98160

ESTADÍSTICAS CDHEZ

La Comisión de Derechos Humanos del Estado de Zacatecas, tiene como uno de sus ejes rectores, “la Garantía, Ampliación y Defensa de los Derechos Humanos”; es decir, buscar que se garanticen los Derechos Humanos y el aseguramiento para todas y todos, y así disfrutar de ellos.

Buscando la eliminación de restricciones que limitan su ejercicio pleno y efectivo, así como, el abastecimiento de políticas públicas y recursos “que faciliten que todas las personas sean sustancialmente iguales

en cuanto a su habilidad para participar como ciudadanos y ciudadanas plenas en la sociedad”.

En ese sentido, la Comisión de Derechos Humanos del Estado de Zacatecas (CDHEZ), en sus Oficinas Centrales y Visitadurías Regionales, integraron un total de 2 mil 163 expedientes, de los cuales 978 fueron asesorías, 288 quejas y 897 gestiones, del periodo que comprende del 1 de septiembre al 31 de diciembre de 2024.

EXPEDIENTES DEL TERCER CUATRIMESTRE DEL AÑO 2024

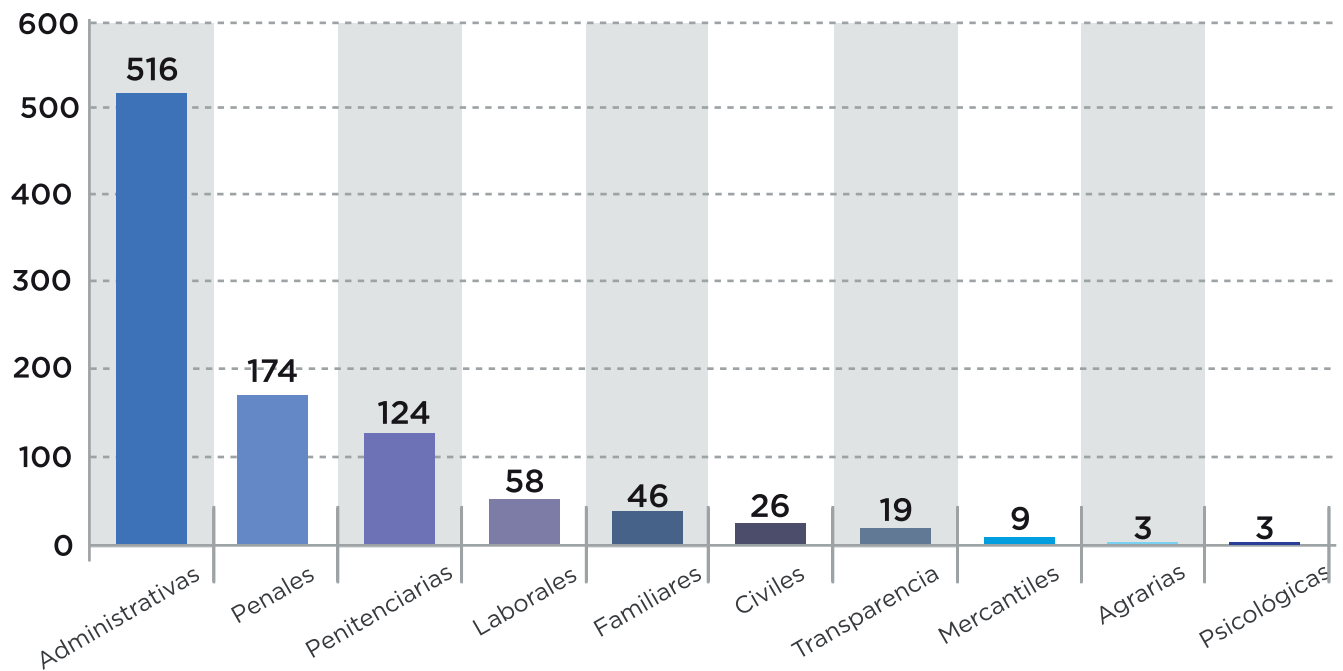
Tipo	Número
Asesorías otorgadas	978
Quejas recibidas	288
Gestiones	897
Total	2,163

Fuente: Departamento de Orientación y Quejas.
Los datos comprenden información del 1 de septiembre al 31 de diciembre de 2024.

ASESORÍAS REGISTRADAS, CLASIFICADAS POR MATERIA

Tipo	Cantidad	Porcentaje
Administrativas	516	52.76
Penales	174	17.79
Penitenciarias	124	12.68
Laborales	58	5.93
Familiares	46	4.7
Civiles	26	2.66
Transparencia	19	1.94
Mercantiles	9	0.92
Agrarias	3	0.31
Psicológicas	3	0.31
Total	978	100

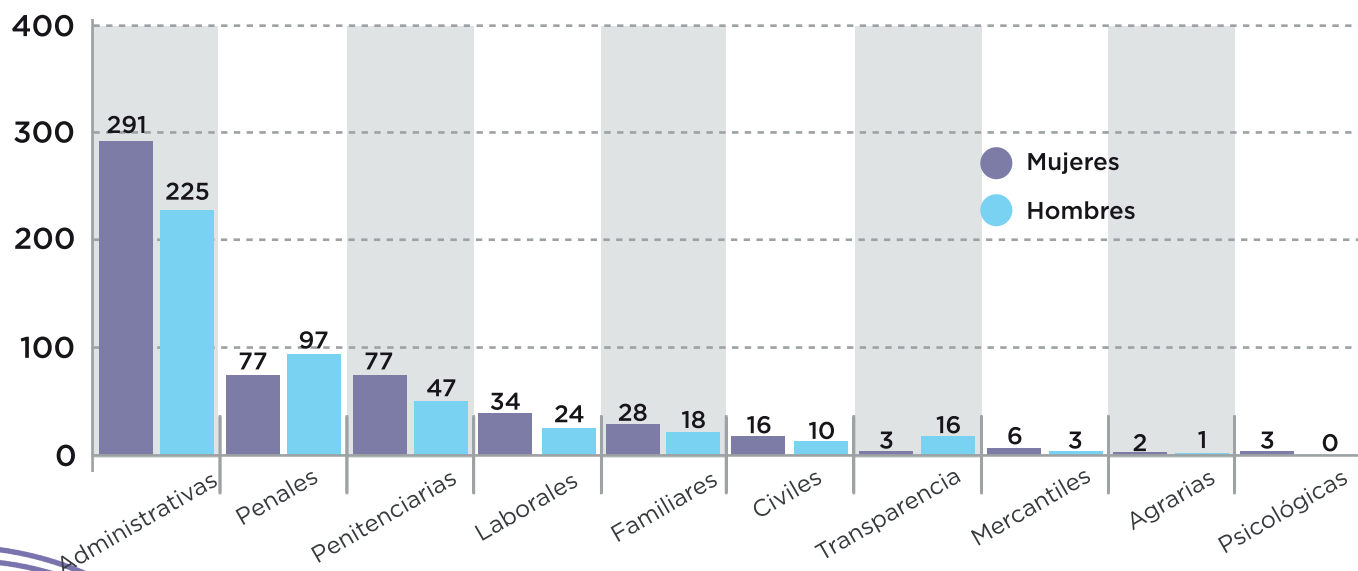
Fuente: Departamento de Orientación y Quejas.
Los datos comprenden información del 1 de septiembre al 31 de diciembre de 2024.



ASESORÍAS REGISTRADAS, CLASIFICADAS POR MATERIA Y SEXO

Tipo	Mujeres	%	Hombres	%	Cantidad
Administrativas	291	29.75	225	23.01	516
Penales	77	7.87	97	9.92	174
Penitenciarias	77	7.87	47	4.81	124
Laborales	34	3.48	24	2.45	58
Familiares	28	2.86	18	1.84	46
Civiles	16	1.64	10	1.02	26
Transparencia	3	0.31	16	1.64	19
Mercantiles	6	0.61	3	0.31	9
Agrarias	2	0.2	1	0.1	3
Psicológicas	3	0.31	0	0	3
Total	537	55	441	45	978

Fuente: Departamento de Orientación y Quejas.
Los datos comprenden información del 1 de septiembre al 31 de diciembre de 2024.



QUEJAS RECIBIDAS Y CONCLUIDAS

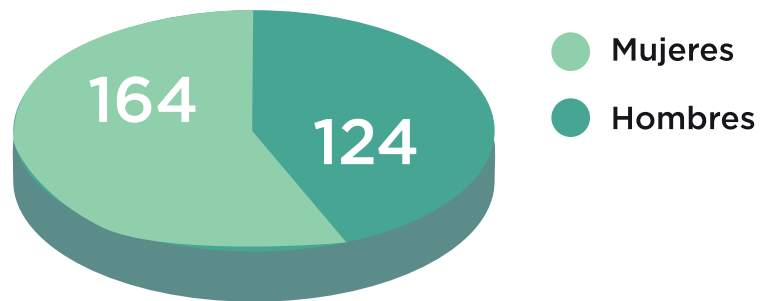
Recibidas	En trámite	Concluidas
288	72	216

Fuente: Departamento de Orientación y Quejas.
Los datos comprenden información del 1 de septiembre al 31 de diciembre de 2024.

QUEJAS RECIBIDAS POR SEXO

Mujeres	Hombres	Total
164	124	288

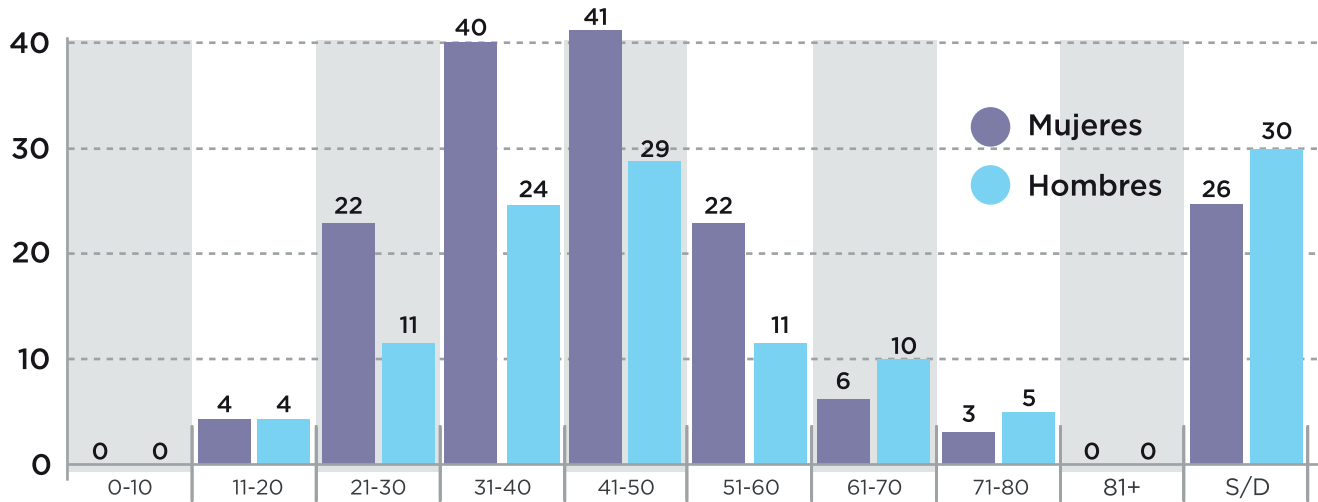
Fuente: Departamento de Orientación y Quejas.
Los datos comprenden información del 1 de septiembre al 31 de diciembre de 2024.



QUEJAS POR GRUPO ETARIO Y SEXO

Grupo etario	Mujeres	Hombres	Total
0-10	0	0	0
11-20	4	4	8
21-30	22	11	33
31-40	40	24	64
41-50	41	29	70
51-60	22	11	33
61-70	6	10	16
71-80	3	5	8
81 +	0	0	0
S/D	26	30	56
Total	164	124	288

Fuente: Departamento de Orientación y Quejas.
 Los datos comprenden información del 1 de septiembre al 31 de diciembre de 2024.



RESOLUCIONES DE EXPEDIENTES DEL TERCER CUATRIMESTRE DEL
AÑO 2024, CLASIFICADAS POR TIPO DE CONCLUSIÓN

Resolución	Total
Incompetencias	2
Desistimientos	42
Falta de interés	19
Conciliaciones	13
Solucionados durante su trámite	68
Acuerdos de No Responsabilidad	18
Recomendaciones	9
Remitidas a la CNDH	23
Faltas de materia	5
Insuficiencias de pruebas	21
No presentadas	25
Improcedencias	35
Hechos no constitutivos de violaciones a derechos humanos	3
Remitidas a otra CEDH	2
Total de resoluciones	285

Fuente: Coordinación de Visitadurías.

Los datos comprenden información del 1 de septiembre al 31 de diciembre de 2024.

GESTIONES EN EL AÑO 2024

Gestiones Generales	659
Gestiones durante la Sustanciación de Expedientes	238
Total	897

Fuente: Dirección de Asuntos Jurídicos y Departamento de Orientación y Quejas.

Los datos comprenden información del 1 de septiembre al 31 de diciembre de 2024.

RECOMENDACIONES

Recomendación 04/2024	
Expediente:	CDHEZ/024/2022
Persona quejosa:	Q.
Autoridades responsables:	I. Director de la Escuela Primaria (...), Zacatecas y, II. Supervisora Escolar de la Zona (...) de la Dirección Regional (...), de la Secretaría de Educación.
Derecho Humano vulnerado:	I. Derecho a no ser víctima de discriminación por razones de identidad de género, en relación con el derecho a la dignidad humana. II. Derecho al trabajo, en relación con no ser objeto de hostigamiento laboral.



Recomendación 05/2024	
Expediente:	CDHEZ/281/2023
Persona quejosa:	Oficiosa
Autoridades responsables:	Personal Académico y Directivo de la Unidad Académica (...), de la Universidad Autónoma de Zacatecas.
Derecho Humano vulnerado:	Derecho de un trato digno, en el ámbito docente.



Recomendación 06/2024	
Expediente:	CDHEZ/519/2023
Persona quejosa:	VD1
Autoridades responsables:	Funcionaria adscrita al Centro de Conciliación Laboral del Estado de Zacatecas.
Derecho Humano vulnerado:	Derecho de acceso a la justicia, en relación con el derecho de acceso a los medios alternativos de solución de controversias, en materia laboral.



Recomendación 07/2024

Expediente:	CDHEZ/721/2023
Persona quejosa:	VD1
Autoridades responsables:	Autoridades adscritas a la Jurisdicción Sanitaria No. (...) de (...), Zacatecas.
Derecho Humano vulnerado:	I. Derecho de las mujeres a una vida libre de violencia, en relación con el hostigamiento sexual. II. Derecho de las mujeres a una vida libre de violencia, en relación con la violencia laboral e institucional por hostigamiento laboral.



Recomendación 08/2024

Expediente:	CDHEZ/283/2024
Persona quejosa:	VD1
Autoridades responsables:	I. AR1, (...) adscrito a la Secretaría del Campo. II. AR2, (...) de (...) de la Secretaría del Campo
Derecho Humano vulnerado:	I. Derecho de las mujeres a una vida libre de violencia, en relación con la violencia sexual, por acoso sexual. II. Derecho de las mujeres a una vida libre de violencia, relacionado con la violencia laboral y violencia institucional.



Recomendación 09/2024

Expediente:	CDHEZ/457/2024.
Persona quejosa:	VD1
Autoridades responsables:	Docente de la asignatura de (...), de la escuela secundaria "(...)" de (...), Zacatecas.
Derecho Humano vulnerado:	Derechos de las niñas, niños y adolescentes, en relación con el derecho a no ser objeto de violencia escolar.



Recomendación 10/2024	
Expediente:	CDHEZ/266/2024.
Persona quejosa:	Q.
Autoridades responsables:	Directora General de la Junta de Protección y Conservación de Monumentos y Zonas Típicas del Estado de Zacatecas.
Derecho Humano vulnerado:	Derecho al trabajo, en relación con el derecho a no ser objeto de hostigamiento laboral.



Recomendación 11/2024	
Expediente:	CDHEZ/187/2024.
Persona quejosa:	VII
Autoridades responsables:	Docente de Ciencias Sociales del Colegio de Bachilleres del Estado de Zacatecas.
Derecho Humano vulnerado:	Derecho de las mujeres a una vida libre de violencia, en relación con el derecho de las niñas, niños y adolescentes a que se proteja su integridad personal y sexual.



Recomendación 12/2024	
Expediente:	CDHEZ/404/2020 y su acumulado CDHEZ/441/2020
Persona quejosa:	VD1
Autoridades responsables:	Elementos de la Dirección de Seguridad Pública Municipal de Valparaíso, Zacatecas.
Derecho Humano vulnerado:	Derecho a la legalidad y seguridad jurídica, en relación con el derecho a no ser objeto de detenciones arbitrarias.



Recomendación 13/2024	
Expediente:	CDHEZ/405/2019
Persona quejosa:	VII
Autoridades responsables:	Elementos de la Dirección de Seguridad Pública Municipal de Fresnillo, Zacatecas.
Derecho Humano vulnerado:	Derecho a la legalidad y seguridad personal, en relación con el derecho a la integridad física y psicológica.





Conectando Palabras Salvando Vidas

Relaciona cada descripción con su concepto correcto.

Estrategias y acciones de manera individual o con el apoyo de organizaciones e instituciones, dirigidas a evitar el acto de terminar con la vida propia.

Organismo defensor que protege y promueve el respeto por los derechos fundamentales de las personas, en la entidad.

Son todas aquellas acciones o conductas que realiza una persona que se encuentra en un riesgo inmediato.

Son elementos que pueden repercutir de manera positiva en la vida de una persona, al disimular la vulnerabilidad respecto al acto del suicidio.

Son los elementos que pueden repercutir de manera negativa en la vida de una persona al aumentar su vulnerabilidad respecto al acto del suicidio.



Prevención del Suicidio



Señales de Alarma



Comisión de Derechos Humanos del Estado de Zacatecas



Factores de Riesgo



Factores Protectores

ACTIVIDADES

CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



Como parte de sus acciones en favor de la promoción y difusión de los derechos humanos, la CDHEZ impartió el Curso sobre Aprendizaje Socio Emocional a docentes del Centro Escolar Lancaster.



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, asistió a la Inauguración Fest Arte y Cultura CECYTEZ.



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, participó en la instalación del Grupo Coordinador Estatal de la Consulta Infantil y Juvenil 2024.

CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



COMISIÓN DE
DERECHOS HUMANOS
DEL ESTADO DE ZACATECAS



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, estuvo presente en el evento conmemorativo del 21 Aniversarios del Día de la Zacatecana y Zacatecano Migrante.



La CDHEZ dio arranque al programa “Prevención de la Violencia y el Suicidio en el Ámbito Educativo”, como parte del Mecanismo Ciudadano de Monitoreo para la Prevención, Intervención y Erradicación de la Violencia y Prevención del Suicidio, con la asistencia de cientos de estudiantes de educación media y superior, donde se contó con la participación del joven Diego Ríos Luna, quién interpretó “Solo Vive” y “Rap Consciencia”, canciones dedicadas a la prevención de la violencia y el suicidio.



Dentro del arranque del programa “Prevención de la Violencia y el Suicidio en el Ámbito Educativo”, como parte del Mecanismo Ciudadano de Monitoreo para la Prevención, Intervención y Erradicación de la Violencia y Prevención del Suicidio, se llevó a cabo la capacitación “Prevención del Suicidio” por parte de la Unidad de Atención a Víctimas de la CDHEZ.

ACTIVIDADES

CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



La Dra. Maricela Dimas Reveles, presidenta de la CDHEZ asistió a la Sesión de Consejo de Adopciones por parte de la Procuraduría de Protección de Niñas, Niños, Adolescentes y Familia del SEDIF.



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la Comisión de Derechos Humanos del Estado de Zacatecas CDHEZ, asistió al 3er Informe del Dr. Rubén de Jesús Ibarra, Rector de la Universidad Autónoma de Zacatecas "Francisco García Salinas".



La Dra. Maricela Dimas Reveles, presidenta de la CDHEZ, asistió a la conferencia magistral "Día Nacional del la Mujer con Discapacidad: Empoderamiento Social para la Inclusión" a cargo de la Mtra. Melba Adriana Olvera Rodríguez.



CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



COMISIÓN DE
DERECHOS HUMANOS
DEL ESTADO DE ZACATECAS



En el marco de la conmemoración del Día Mundial para la Prevención del Suicidio, la Dra. Maricela Dimas Reveles, presidenta de la CDHEZ, asistió a la conferencia “Hablemos del Suicidio, Cambiemos la Narrativa” convocada por la Secretaría De Salud.



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, asistió al evento conmemorativo del CXCIX Aniversario de la Benemérita Escuela Normal “Manuel Ávila Camacho”.



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, tomó protesta a las y los integrantes del Segundo Consejo Consultivo Infantil del Organismo Defensor de los Derechos Humanos en su edición 2024.

ACTIVIDADES

CDHEZ

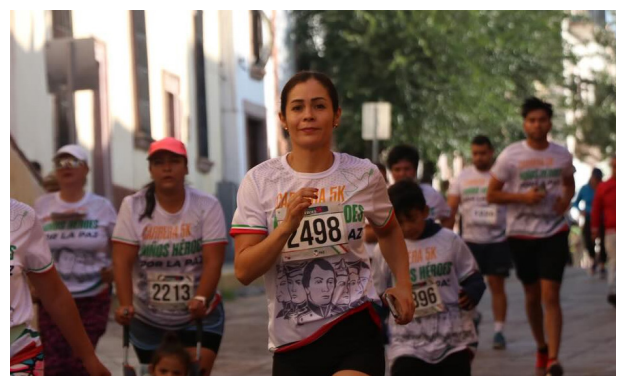
TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



La CDHEZ y el Instituto Tecnológico de Zacatecas (ITZ), promoverán el respeto a los derechos humanos entre las y los estudiantes de nivel superior, a través de la firma de un convenio de colaboración.



En el marco del Día Internacional de la Paz, la Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, participó en la Carrera “Niños Héroes” 5K por La Paz, convocada por el INCUFIDEZ y la Guardia Nacional.



En el marco del Día Internacional de la Paz, la Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, impartió la Conferencia: La Paz, Objetivos Generales de los Derechos Humanos, durante el evento convocado por el Doctorado en Humanidades con Especialidad en Patrimonio y Cultura de la Paz de la UAZ.



CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



COMISIÓN DE
DERECHOS HUMANOS
DEL ESTADO DE ZACATECAS



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, premió a los tres primeros lugares del Concurso “Cuentos por los Derechos Humanos y la Paz” en su edición 2024, por los trabajos realizados para la concientización de los derechos humanos y la cultura de la paz entre las y los jóvenes zacatecanos



La CDHEZ y el IZAI, firmaron un convenio de colaboración para la implementación de una herramienta tecnológica de accesibilidad para personas con discapacidad.



En el marco del Día Naranja, la Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, participó en las actividades realizadas en las instalaciones del Conalep Zacatecas.

ACTIVIDADES

CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



En el marco del Día Internacional para la Prevención del Embarazo No Planificado en Adolescentes, la Dra. Maricel Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ asistió al acto inaugural del evento conmemorativo, convocado por el Grupo Estatal Para la Prevención del Embarazo en Adolescentes (GEPEA).



Personal de la CDHEZ participó en el evento conmemorativo por el Día Internacional para la Prevención del Embarazo No Planeado en Adolescentes, con un módulo de atención para las y los adolescentes.



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, estuvo presente en la ceremonia entrega del Premio Estatal de la Juventud 2024, que otorga el Instituto de la Juventud Zacatecana.

#CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



COMISIÓN DE
DERECHOS HUMANOS
DEL ESTADO DE ZACATECAS



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, asistió al Informe de Actividades del Presidente del TSJEZ, Magistrado Carlos Villegas Márquez.



La CDHEZ y la CNDH a través del Mecanismo Nacional de Prevención de la Tortura, impartieron la conferencia sobre los Principios de Méndez, en el marco de la clausura del Curso de Capacitación “Prevención e investigación de la Tortura Sexual”



Dentro del arranque del programa “Prevención de la Violencia y el Suicidio en el Ámbito Educativo”, como parte del Mecanismo Ciudadano de Monitoreo para la Prevención, Intervención y Erradicación de la Violencia y Prevención del Suicidio, se llevó a cabo la capacitación “Prevención del Suicidio” por parte de la Unidad de Atención a Víctimas de la CDHEZ.

ACTIVIDADES

CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



La CDHEZ entregó el Premio de Periodismo “Derechos Humanos y Cultura de la Paz”, a Osvaldo Iván Martínez González y Fernando Quijas Valdez, por sus trabajos desde el ejercicio periodístico, en la promoción de los derechos humanos y la construcción de una cultura de la paz.



La CDHEZ y la Universidad de la Vera-Cruz (UVC), unieron esfuerzos a través de la firma del Convenio de Colaboración para promover los Derechos Humanos entre la comunidad educativa.



La Comisión de Derechos Humanos del Estado de Zacatecas, CDHEZ, realizó la Feria de Derechos Humanos en el municipio de Valparaíso, Zacatecas.



CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



COMISIÓN DE
DERECHOS HUMANOS
DEL ESTADO DE ZACATECAS



Dentro del marco de actividades de la Feria de Derechos Humanos en Valparaíso, Zacatecas, se llevó a cabo la conferencia “Prevención de la Violencia Escolar” para las y los alumnos de la Secundaria Técnica No. 12



Dentro del marco de actividades de la Feria de Derechos Humanos en Valparaíso, se impartió la conferencia “Violencia Vicaria” para licenciados de la Barra de Abogados.



Con el compromiso de promover y proteger los derechos humanos de todas y todos los zacatecanos, la CDHEZ, llevó la Feria de Derechos Humanos al municipio de Valparaíso, con la finalidad de acercar la información necesaria a toda la población sobre sus derechos.

ACTIVIDADES

CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



Como parte de sus acciones en favor de la promoción y difusión de los derechos humanos, la CDHEZ impartió el Curso sobre Aprendizaje Socio Emocional a docentes del Centro Escolar Lancaster.



La CDHEZ informa que fue atendida la caravana de personas en situación de movilidad humana que transitaba por la entidad zacatecana, otorgándoles asesoría jurídica y acompañamiento para recibir atención médica



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, asistió a la presentación del Programa del Festival de Día de Muertos del SEDIF Zacatecas.

CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



COMISIÓN DE
DERECHOS HUMANOS
DEL ESTADO DE ZACATECAS



Personal de la unidad de Atención a Víctimas de la CDHEZ impartió una capacitación sobre la “Prevención del Suicidio” a las y los alumnos del COBAEZ, plantel Víctor Rosales.



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, estuvo presente en la reunión de trabajo entre autoridades y representantes de Colectivos de Personas Desaparecidas, con la finalidad de dar a conocer las acciones realizadas y establecer propuestas de trabajo coordinadas en materia de búsqueda de personas.



Con el objetivo de difundir y proteger los derechos humanos, el personal de la CDHEZ, recibió curso de capacitación denominado “La Etapa Conciliatoria en el Derecho Laboral Mexicano”, por parte del Lic. Patricio García Tiscareño, Director de la Oficina Estatal del Centro Federal de Conciliación y Registro Laboral en Zacatecas.

ACTIVIDADES

CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



La CDHEZ y el Poder Judicial del Estado de Zacatecas, realizaron el Foro "Capacidad jurídica de las personas con discapacidad bajo la perspectiva de derechos humanos", como una acción del Mecanismo Independiente de Monitoreo de la Convención de los Derechos de las Personas con Discapacidad.



La CDHEZ y la UTZAC, firmaron convenio de colaboración para la promoción y fortalecimiento de los derechos humanos con la comunidad estudiantil.



Con el objetivo de promover la cultura de la paz, se impartió la sesión informativa a alumnos de la preparatoria UAD Campus Zacatecas, bajo el tema "Prevención del Suicidio".

#CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



COMISIÓN DE
DERECHOS HUMANOS
DEL ESTADO DE ZACATECAS



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, asistió a la Reunión de Instalación de la Comisión de Derechos Humanos en la Cámara de Diputados.



La Comisión de Derechos del Estado de Zacatecas (CDHEZ), estuvo presente en la inauguración de la “Feria Nacional del Empleo para la Inclusión Laboral 2024”, instalada en la explanada de la Plaza Bicentenario.



La CDHEZ, impartió un curso de capacitación “Empresas Comprometidas con los Derechos Humanos” a trabajadores de la mina Capstone Cooper.

ACTIVIDADES

CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



La Comisión de Derechos Humanos del Estado de Zacatecas (CDHEZ), realizó la 3ra Sesión del Mecanismo Independiente de Monitoreo de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad.



La Dra. Maricela Dimas Reveles, presidenta de la CDHEZ asistió a la inauguración de la Semana Nacional de Transparencia “Acceso a la Información y Protección de Datos Personales en una Nueva Era”, donde se abordó el tema “Evolución del derecho a saber y privacidad en el nuevo escenario político”.



La CDHEZ realizó la marcha “Yo también quiero trabajar” en favor de personas con discapacidad, y visibilizar la promoción, protección y defensa de sus derechos humanos en el Estado.



#CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



COMISIÓN DE
DERECHOS HUMANOS
DEL ESTADO DE ZACATECAS



La Comisión de Derechos Humanos del Estado de Zacatecas (CDHEZ), entregó el Galardón “Empresas Comprometidas con los Derechos Humanos 2024” a 28 Cámaras Empresariales y Empresas que promueven una cultura de respeto a los derechos humanos en sus centros laborales.



La CDHEZ participó en la “Verbena Familiar Revolucionaria”, en el marco de la conmemoración al Aniversario del inicio de la Revolución Mexicana, en la Alameda Trinidad García de la Cadena, ubicada en el centro histórico de la capital zacatecana.



la CDHEZ instaló buzones para la prevención de violencia y suicidio en el ámbito escolar. Además de impartir una capacitación sobre la “Prevención del Suicidio” a las alumnas y los alumnos de la UTZAC.

ACTIVIDADES

CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



En el marco del Día Internacional para la Eliminación de la Violencia contra la Mujer 25N, la Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, develó el Mural “Contraste, Silencio y Voz” de la autoría de Psicólogo Miguel Ángel Moreno García, mismo que se encuentra ubicado en la biblioteca “Tenamaxtle” de la Institución.



En el marco del Día Internacional para la Eliminación de la Violencia contra la Mujer 25N, la CDHEZ realizó la Conferencia “Violencia Vicaria”, a cargo de la Mtra. Yadira Esther Karina Pulido Valadez, del Frente Nacional Contra la Violencia Vicaria, a quien la Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta del Organismo Defensor de los Derechos Humanos, entregó un reconocimiento por su valiosa aportación en este tema.



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ asistió a la entrega de Títulos Mujeres Agrarias “El Camino es la Paz”, en conmemoración al Día Internacional de la Erradicación de la Violencia contra las Mujeres.

CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



COMISIÓN DE
DERECHOS HUMANOS
DEL ESTADO DE ZACATECAS



La CDHEZ trabaja de manera interinstitucional para la promoción y protección del derecho humano a la libre manifestación, con el Foro: “Estándares Internacionales del Derecho Humano a la Libre Manifestación”.



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, estuvo presente en el evento conmemorativo por el Día Mundial de las Personas de Talla Baja y el Día Internacional de las Personas con Discapacidad, convocado por la Organización de los Estados Americanos (OEA) y la Procuraduría de los Derechos Humanos del Estado de Guanajuato.



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, acudió al Instituto Tecnológico Superior de Fresnillo, donde presentó la capacitación “Derechos de las Mujeres”, en el marco de las actividades del Día Internacional para la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres y Niñas.

ACTIVIDADES

CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



La CDHEZ participó en la Marcha silenciosa en conmemoración al Día Mundial de la Respuesta al VIH/Sida



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, estuvo presente en el Congreso Nacional Derecho al Cuidado, de la Federación Mexicana de Organismos Públicos de Derechos Humanos.



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, estuvo presente en la Asamblea General Ordinaria de la Federación Mexicana de Organismos Públicos de Derechos Humanos #FMOPDH, celebrada en Aguascalientes, Ags.

CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



COMISIÓN DE
DERECHOS HUMANOS
DEL ESTADO DE ZACATECAS



La Comisión de Derechos Humanos del Estado de Zacatecas (CDHEZ), formó parte de la “Primera Carrera por los Derechos de las Niñas, Niños y Adolescentes 2024”, con un módulo de actividades recreativas como serpientes y escaleras, lotería y teatro guiñol.



Dentro del arranque del programa “Prevención de la Violencia y el Suicidio en el Ámbito Educativo”, como parte del Mecanismo Ciudadano de Monitoreo para la Prevención, Intervención y Erradicación de la Violencia y Prevención del Suicidio, se llevó a cabo la capacitación “Prevención del Suicidio” por parte de la Unidad de Atención a Víctimas de la CDHEZ.



La CDHEZ entregó el Distintivo de Inclusión Laboral de Personas con Discapacidad 2024.

ACTIVIDADES

CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



En el marco del Día Internacional de Personas con Discapacidad, la Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, estuvo presente en la entrega del Premio Estatal a la Inclusión 2024, que se otorgó a Instituciones y Personas con Discapacidad, que han destacado por sus acciones.



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ asistió al Arranque del Ciclo de Foros Binacionales “Zacatecas Migrantes Transformando”, en el vestíbulo del Congreso Local.



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, estuvo presente en la instalación de la Comisión Edilicia de Derechos Humanos del H. Ayuntamiento de Guadalupe, Zac.



CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



COMISIÓN DE
DERECHOS HUMANOS
DEL ESTADO DE ZACATECAS



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, acompañó a las Asociaciones Civiles de Personas con Discapacidad, en la reunión con la Comisión Legislativa de Presupuesto, en donde expusieron las necesidades de este sector en situación de vulnerabilidad.



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, acompañó a la Sra. Sara Hernández, Presidenta Honorífica del SEDIF a rendir honores a la bandera.



La Dra. Maricela Dimas Reveles, presidenta de la CDHEZ, entregó el Premio Estatal de Derechos Humanos "Tenamastle 2024".

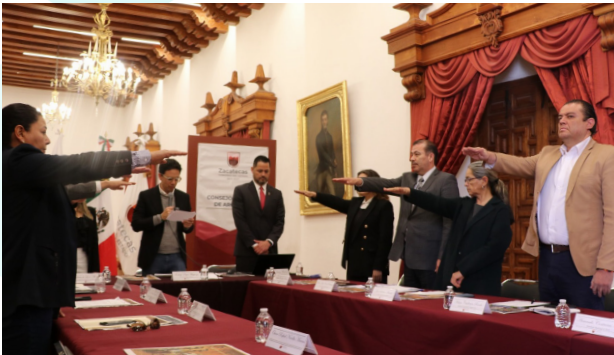
ACTIVIDADES

CDHEZ

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODAS LAS PERSONAS



La Dra. Maricela Dimas Reveles, presidenta de la CDHEZ acompañada del personal del organismo autónomo, asistieron a la conferencia magistral “Violencia Digital y Ley Olimpia”, impartida por Olimpia Coral Melo. Esta conferencia fue un esfuerzo conjunto entre la CDHEZ, el IEEZ, la FGJEZ y la UNID Campus Zacatecas



La Dra. Maricela Dimas Reveles, Presidenta de la CDHEZ, asistió a la toma de protesta del Consejo Estatal de Archivos de Zacatecas.



La CDHEZ formó parte del Desfile Navideño realizado en el marco del Festival de las Luces 2024, con un nutrido contingente del personal del Organismo Defensor de los Derechos Humanos.



La Comisión de Derechos Humanos del Estado de Zacatecas (CDHEZ), reconoció a las y los Jóvenes Promotores de Derechos Humanos, que se distinguieron por trabajar en su entorno educativo en la promoción y difusión de los derechos fundamentales.

En casos de emergencia. ¿Qué hacer?

- Si la persona ha cometido un intento de suicidio (en la escuela, en casa, o en cualquier otro espacio), es de vital importancia que sea atendida o atendido por un especialista, llame a emergencias y brinde toda la información que pueda a los profesionales de la salud.

- Si la persona ha ingerido algún insecticida **NO provoque el vómito**, esto podrá generar un mayor daño.

- Observar cambios en la conducta.

- No minimice las emociones de la otra persona.

- Muestre siempre respuestas con sensibilidad.



Unidad de Atención a Víctimas
492 492 35 36

@CDHEZAC





Celular de guardia 24hrs 492-124-77-30
Lada sin costo 800-624-27-27



comentarios@cdhezac.org.mx



Circuito Cerro del Gato S/N, Ciudad Gobierno,
Zacatecas, Zac., C.P. 98160



@cdhezac
www.cdhezac.org.mx

