

19<sup>o</sup>  
Aniversario de su Instauración  
**CODHEM**



COMISIÓN DE  
DERECHOS HUMANOS  
DEL ESTADO DE MÉXICO

**Derechos  
humanos  
de las**

**muJeres**

Protege tus derechos **¡HAZLOS VALER!**

Las mujeres y los hombres somos iguales. Con capacidades y necesidades diferentes y complementarias. Eso sí, ser diferentes no significa ser inferiores.

**Todas las mujeres debemos conocer nuestros derechos para practicarlos y hacerlos respetar:**

- ♀ **Tomar libremente decisiones** en relación a nuestro desarrollo, trabajo, estudios, sexualidad, número y espaciamiento de hijos, uso del tiempo libre y cuidado del patrimonio que hemos formado
- ♀ **Elegir libremente a nuestra pareja**
- ♀ **Compartir con nuestra pareja, por igual, responsabilidades familiares** como la educación, recreación y salud de hijas o hijos, así como las labores domésticas, los gastos y los cuidados necesarios de todos los miembros de la familia
- ♀ **Ser informadas, de manera clara y precisa, sobre algún diagnóstico, tratamiento o situación médica**, para tomar la decisión que más nos convenga sobre nuestra propia salud y la de nuestros hijos
- ♀ **Reclamar ante un juez el reconocimiento de la paternidad** de un hijo cuando el padre se niegue a hacerlo voluntariamente
- ♀ **Recurrir al divorcio o la separación** cuando lo consideremos necesario, sin perder ninguno de los derechos que tenemos sobre nuestros hijos o bienes
- ♀ **Reclamar, en cualquier momento, la mitad del patrimonio familiar** generado durante el matrimonio o el concubinato
- ♀ **Decidir qué queremos estudiar o dónde queremos trabajar**
- ♀ Las mujeres realizamos un trabajo igual al de un hombre, por eso **no deben existir distinciones en el trabajo** y debemos recibir la misma paga por el mismo trabajo
- ♀ **Estar embarazada**, o la posibilidad de embarazarnos, **no debe ser un impedimento para ser contratadas** o un pretexto para ser despedidas de algún trabajo
- ♀ **Se nos debe respetar el periodo de maternidad y lactancia**, sin excepción. En la maternidad podemos disfrutar de seis semanas de descanso anteriores y seis posteriores al parto, para reponernos y atender a nuestros bebés, con goce de la percepción del salario completo. En la lactancia debemos disponer de dos descansos de media hora cada uno durante la jornada de trabajo para alimentar a nuestros hijos lactantes

En caso de que sientas que algunos de estos u otros derechos fueron violados, te invitamos a **buscar asesoría jurídica, profesional y gratuita**, en la Comisión de Derechos Humanos del Estado de México, donde con mucho gusto, total respeto y absoluta discreción analizaremos tu problema y trataremos de darle solución.

## Sabías que...

Cuando una persona daña a otra aprovechando que tiene un poder, o un privilegio determinado, comete un abuso e incluso un delito. En algunos integrantes de nuestra sociedad existe una cultura discriminatoria contra la mujer y con frecuencia los hombres (esposos, hijos, hermanos, jefes, novios, compañeros, etc.) abusan de su poder, causando daños físicos, psicológicos o patrimoniales a la mujer.

Debemos estar siempre atentas porque las mujeres podemos ser víctimas de varios tipos de violencia como:

**Violencia física:** cualquier acto de fuerza que nos cause daño físico como cachetadas, golpes, patadas, empujones. También cuando se utiliza algún arma como cuchillos, puñales, pistolas o con objetos como herramientas, palos, cinturones. Las lesiones que producen pueden ser visibles o no, esto no es condición para que presentes una denuncia.

**Violencia psicológica:** es el acto abusivo de poder destinado a ofender, someter, controlar o agredir a la mujer, aunque no esté acompañado de violencia física. Esta violencia se concreta en comentarios denigrantes, cuando se omite nuestra opinión, cuando se rechaza nuestra participación, cuando nos insultan constantemente, cuando nos ignoran, etc. El problema es que estos actos normalmente no son considerados como violencia por las propias mujeres.

**Violencia patrimonial:** cuando las personas, en este caso nosotras las mujeres somos **privadas** de recursos como dinero o alimentos, objetos como muebles o cosas, documentos como actas o testamentos, derechos como herencias o donaciones; ya sea por transformación, robo, retención o destrucción de los mismos.

**Violencia sexual:** es cuando alguien es **forzado a tener relaciones sexuales.** Cuando las mujeres somos obligadas, por quién sea y en dónde sea a tener relaciones sexuales, estamos siendo víctimas de un ataque sexual. No importa si se trata de nuestra propia pareja, nosotras como mujeres tenemos la libertad de decidir si queremos o no tener relaciones sexuales.

**Ahora ya sabes que las mujeres tenemos muchos derechos que se deben de cumplir siempre y en todo lugar.**

**Exige que se cumplan, ¡hazlos valer!**

## Algunas de las dependencias públicas que pueden orientarte y defenderte en el Estado de México son:

- ♀ Secretaría de Desarrollo Social (Gobiernos federal y estatal)
- ♀ Secretaría de Educación (Gobiernos federal y estatal)
- ♀ Instituto de Salud del Estado de México (ISEM)
- ♀ Secretaría del Trabajo (Gobiernos federal y estatal)
- ♀ Procuraduría General de Justicia del Estado
- ♀ Instituto Nacional de las Mujeres (INMUJERES)
- ♀ Consejo Estatal de la Mujer y Bienestar Social
- ♀ Sistema para el Desarrollo Integral de la Familia (municipales y estatal)

Fuentes de consulta:  
[www.edomex.gob.mx/legistel](http://www.edomex.gob.mx/legistel)

## LOS SERVICIOS QUE PRESTA LA CODHEM SON GRATUITOS

Para mayor información o asesoría jurídica puedes acudir al edificio sede de la **CODHEM** ubicado en Dr. Nicolás San Juan No. 113, Col. Ex Rancho Cuauhtémoc, C.P. 50010, Toluca, México, al 2 36 05 60 o a las Visitadurías cuya ubicación puedes consultar al 01 800 999 4000 (**LADA sin costo las 24 horas del día**) o en [www.codhem.org.mx](http://www.codhem.org.mx).