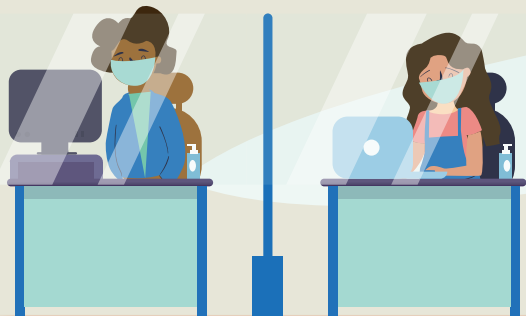


Ciudad Defensora

COMISIÓN DE DERECHOS HUMANOS
DE LA CIUDAD DE MÉXICO

REVISTA DE DERECHOS HUMANOS



Los derechos humanos
en tiempos de coronavirus

Ciudad Defensora

DIRECTORIO

PRESIDENTA

Nashieli Ramírez Hernández

CONSEJO

Alejandro Brito Lemus
Manuel Jorge Carreón Perea
Tania Espinosa Sánchez
Aidé García Hernández
Juan Luis Gómez Jardón
Ileana Hidalgo Rioja
Christian José Rojas Rojas
Genoveva Roldán Dávila
Rosalinda Salinas Durán

SECRETARÍA EJECUTIVA

Nancy Pérez García

VISITADURÍAS GENERALES

Primera Juan Carlos Arjona Estévez
Segunda Iván García Gárate
Tercera Zamir Andrés Fajardo Morales
Cuarta Ruth Zenteno López*
Quinta Mireya Sánchez Galván*

DIRECCIONES GENERALES

Quejas y Atención Integral
Nuriney Mendoza Aguilar
Jurídica
Yolanda Ramírez Hernández
Administración
Gerardo Sauri Suárez

DIRECCIONES EJECUTIVAS

Delegaciones y Enlace Legislativo
Mauricio Augusto Calcano Monts
Promoción y Agendas en Derechos Humanos
Brisa Maya Solís Ventura
Seguimiento
María Luisa del Pilar García Hernández
Educación en Derechos Humanos
Palmira Silva Culebro
Investigación e Información en
Derechos Humanos
Domitille Marie Delaplace

*Persona encargada del despacho.

NÚMERO 7, AÑO 1, JULIO-AGOSTO 2020

Revista de derechos humanos

COMITÉ EDITORIAL:

Brisa Maya Solís Ventura
Palmira Silva Culebro
Nancy Pérez García
Gerardo Sauri Suárez
Domitille Marie Delaplace

DIRECCIÓN EDITORIAL:

Domitille Marie Delaplace
Fabiola de Lachica Huerta

COORDINACIÓN EDITORIAL:

Verónica López Rodríguez
Karen Trejo Flores

CORRECCIÓN DE ESTILO

Y REVISIÓN DE PRUEBAS:

Karina Rosalía Flores Hernández

DISEÑO EDITORIAL Y PORTADA:

Gladys López Rojas

PORTAL DE DIVULGACIÓN:

Jorge Enrique Cordero Pérez

DISTRIBUCIÓN:

Sonia Ruth Pérez Vega

Los contenidos que aparecen en esta edición son responsabilidad de las y los autores que los suscriben; los que no aparecen firmados son de la autoría de la Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México.

Ejemplar de distribución gratuita, prohibida su venta.

Se autoriza la reproducción total o parcial de esta publicación siempre y cuando se cite la fuente.

Para consultar esta edición y las anteriores o suscribirte a la versión electrónica visita <<https://piensadh.cdhdh.org.mx/index.php/ciudad-defensora>>.

Contáctanos en <ciudad.defensora@cdhcm.org.mx>.

Ciudad Defensora, revista bimestral de derechos humanos de la Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México (CDHCM), año 1, número 7, julio-agosto de 2020, editada por la Dirección Ejecutiva de Investigación e Información en Derechos Humanos de la CDHCM. Av. Universidad 1449, col. Pueblo Axotla, demarcación territorial Álvaro Obregón, 01030 Ciudad de México. Tel.: 55 5229 5600, <www.cdhdh.org.mx>. Reserva de Derechos al Uso Exclusivo: en trámite. ISSN: pendiente.

En interiores

Editorial

Los derechos humanos
en tiempos de pandemia

2

Compartiendo luchas

Adriana Alanís Ramírez

4

Lo que debes saber sobre...

Una pandemia, ¿qué es y cómo se
desarrolla?: el caso del coronavirus

8

Clávate en el tema

La desigualdad en los tiempos de la pandemia
Clara Brugada Molina

12

Para que tomes en cuenta

La protección de los derechos humanos
en contexto de pandemia

16

Entrevista con...

Araceli Damián González

20

Escucha las voces

24

Desde la Comisión

La emergencia sanitaria y los derechos
humanos. La labor de la CDHCM frente
a la pandemia de Covid-19
Nashieli Ramírez Hernández

26

En números

Emergencias sanitarias y derechos
humanos en México

30

¿A dónde acudir?

Si requieres apoyos de salud, emocionales
o económicos, o tus derechos humanos
no han sido respetados en esta
época de pandemia...

34

La historieta

36

¡A ponerte las pilas!

38





Los derechos humanos en tiempos de pandemia

Estimadas lectoras y estimados lectores, deseamos que ustedes y los suyos se encuentren bien en este contexto de emergencia sanitaria mundial por la pandemia de Covid-19. Queremos expresar nuestro reconocimiento, principalmente al personal de salud de México, también a quienes durante todo este tiempo se han dedicado a fomentar acciones de responsabilidad y solidaridad para protegerse a sí mismos, sus familias y su comunidad, del contagio de esta enfermedad y sus efectos.

Hoy sabemos que existe un sinnúmero de rostros y voces que apoyan y aportan alternativas eficaces para transitar este periodo de crisis que ha impactado nuestras vidas en todos los ámbitos: familiar, emocional, escolar, laboral y económico. Sin duda, esta compleja situación representa para los gobiernos, las empresas, la academia y la ciudadanía una oportunidad inigualable para ofrecer soluciones creativas en favor del bienestar de todas, todos y todes.

La Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México no es la excepción, y con esta edición busca reafirmar su compromiso con la población de la ciudad, a la que acerca herramientas de información que le permitan conocer, defender y exigir sus derechos humanos durante esta emergencia sanitaria, y particularmente hacia la denominada *nueva normalidad*.

Por otro lado, pero en medio de este contexto, la revista *Ciudad Defensora* cumple su primer aniversario, por lo que agradece a sus lectoras y lectores este año recorrido juntos de la mano de Pazífica y Pazífico, con la promesa de que habrá más esfuerzo para seguir poniendo al alcance de todas las personas que habitan y transitan la Ciudad de México los conocimientos sobre sus derechos humanos. 

Compartiendo luchas



Fotografías: Cortesía Adriana Alanís Ramírez.

Adriana Alanís Ramírez*

Una gran satisfacción es ayudar a las personas que lo necesitan, dando el mejor cuidado y atención de calidad a las y los pacientes. Cuando se tiene pasión por la profesión y humanismo no hay imposibles.

Desde hace 11 años ejerzo mi profesión de enfermera. Actualmente trabajo como enfermera general en el Instituto Mexicano del Seguro Social, en el Hospital General de Zona número 48, San Pedro Xalpa, en la alcaldía de Azcapotzalco, en la Ciudad de México. Desde que inició la pandemia por coronavirus en la ciudad presto mis servicios en la primera línea de atención en el área Covid-19 de dicha unidad hospitalaria.

Mi vocación

Tengo 35 años, pero desde muy pequeña he admirado a todo el personal de salud por su labor de ayudar a salvar vidas. Esta admiración se convirtió en una meta, luego de que en casa se presentara una emergencia con mi abuelito; no supe qué hacer ante esa situación –pues sólo tenía ocho años y era la única persona con él en ese momento–, yo quería ayudarlo, pero no sabía cómo hacerlo.

* Enfermera general del Instituto Mexicano del Seguro Social, quien brinda atención a pacientes con Covid-19.

Desde entonces, formar parte del personal de salud en el futuro se convirtió en una de mis metas: estar preparada, tener los conocimientos necesarios para poder ayudar a cualquier persona a conservar la salud y no volver a pasar por la situación familiar que viví.

El hecho de ser enfermera significa todo para mí, es mi vida, mi vocación. Me llena de muchas satisfacciones ayudar a mejorar la salud de las personas que son mis pacientes. El mejor regalo y satisfacción que puedo recibir como enfermera es ver partir a casa a las personas que han sido dadas de alta. Claro, también hay momentos tristes, como cuando las personas llegan con varias complicaciones por tener padecimientos agregados y que, aún después de hacer todo lo que está en nuestras manos, lamentablemente fallecen.

Retos para proteger a las personas y sus derechos humanos

Nuestra labor como personal de enfermería es brindar a las personas contagiadas de Covid-19 una atención adecuada y humana para garantizar su derecho a la salud; ayudarlas a estar lo mejor posible durante su proceso de hospitalización. También orientar a las y los pacientes para que lleven una mejor calidad de vida, ya sea dentro o fuera de una unidad hospitalaria, así como a sus familiares; ése ha sido un gran reto.

Uno de los mayores desafíos durante esta pandemia ha sido crear conciencia en las personas sobre lo que se está viviendo, que lleven a cabo las medidas sanitarias para

Para Adriana Alanís formar parte del personal de salud se convirtió en una de sus metas: el estar preparada y tener los conocimientos necesarios para ayudar a cualquier persona a conservar la salud.



protegerse del contagio, ya que así también nos protegen a todo el personal de salud.

Enfrentando al coronavirus

En el área laboral, puedo decir que el proceso de adaptación para enfrentar la emergencia sanitaria, tanto estructural como personalmente, implicó un esfuerzo mayúsculo. Se adaptaron las unidades hospitalarias con el equipamiento necesario para brindar una mejor atención a las personas derechohabientes y no derechohabientes que requirieran hospitalización durante esta pandemia.



Como personal de salud recibimos capacitación para realizar una adecuada y efectiva colocación y retiro del equipo de protección personal, ya que de no hacerlo correctamente se genera una sensación de angustia por quedar expuesta a contagio.

En lo personal, inicio las medidas y los cuidados desde casa hasta mi área de trabajo con una correcta protección y reforzando mis defensas con una buena alimentación. Evito cambios bruscos de temperatura, realizo la limpieza y desinfección de mi hogar para evitar el riesgo de contagio, ya que como enfermera estoy en contacto, du-

rante 8 horas, con pacientes infectados de Covid-19, portando el equipo de protección personal con el cual llegamos a presentar sensación de ahogamiento, deshidratación, aumento de la temperatura corporal, mareos, fatiga y en ocasiones crisis de ansiedad.

Además, el miedo y la incertidumbre son constantes por la exposición al virus al estar en la primera línea de atención a las personas durante el proceso de evolución de la enfermedad, aunado a las complicaciones y la gravedad que puedan presentar. El miedo que se vive en el hospital se extiende hasta nuestro hogar, por la preocupación que

tenemos de contagiar o exponer a nuestra familia. Ese miedo nos lleva a extremar aún más nuestras medidas sanitarias.

Para mí, como enfermera y madre de dos hijas, una de 6 y otra de 4 años, es demasiado angustiante y desgarrador llegar a casa y no poder tener contacto con ellas, ya que puedo exponerlas al contagio. Porque todas las niñas y los niños siempre buscan muestras de cariño, un abrazo, un beso, y no poder hacerlo me entristece mucho, pero sé que es lo correcto, por su seguridad.

Adriana Alanís
considera que su trabajo le ha
dejado una gran satisfacción:
que incluso en las peores
condiciones puede adaptarse para
ejercer su profesión y ayudar a
las personas que lo necesitan,
dando el mejor cuidado y calidad
de atención a las y los pacientes.
“Cuando se tiene humanismo y
pasión por la profesión no
hay imposibles”, dice.



Otra problemática importante que enfrentamos como personal de salud es la inseguridad que se vive en las calles debido a las agresiones constantes de la gente que cree que somos una fuente peligrosa de contagio, y también por la discriminación hacia quienes portamos un uniforme clínico, del cual yo me siento muy orgullosa.

Las lecciones de la pandemia

A nivel profesional, este hecho me ha dejado una gran satisfacción, al darme cuenta que incluso en las peores condiciones puedo adaptarme para ejercer mi profesión, ayudando a las personas que lo necesitan, dando el mejor cuidado y calidad de atención a las y los pacientes. Cuando se tiene humanismo y pasión por la profesión no hay imposibles.

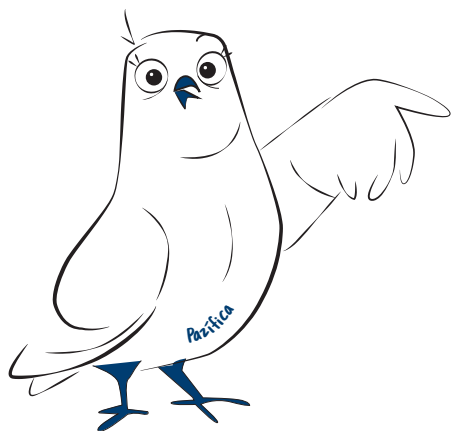
A nivel comunitario me ha dejado la experiencia de que ser más empática con todas las personas ayuda a que ellas salgan adelante, que debemos apoyarnos las unas a las otras, sin pensar en etiquetas. Y algo que creo nos ha dejado esta pandemia como sociedad es que, aunque suene gracioso, hemos aprendido a lavarnos las manos.

En el plano personal descubrí mi capacidad para sobrellevar una situación de esta magnitud. He cambiado rutinas, tanto en casa como en mi área laboral, pero sí extraño todas las actividades que realizaba con mis hijas, por ejemplo: llevarlas a sus clases de natación y de ballet; salir al cine o al parque los fines de semana, es decir, disfrutarlas al máximo, abrazarlas, besarlas y jugar con ellas. **CD**

Lo que debes saber sobre...

Una pandemia, ¿qué es y cómo se desarrolla?: el caso del coronavirus

La emergencia sanitaria que hoy enfrenta el mundo con la aparición y propagación del virus SARS-COV-2 o Covid-19, más conocido como *coronavirus*, hizo que los Estados implementaran medidas de prevención y atención, luego de que la Organización Mundial de la Salud (OMS) la clasificara como *pandemia*.



¿Cuál es la diferencia entre *brote*, *epidemia* y *pandemia*?

Un **brote epidémico** es la aparición repentina de una enfermedad infecciosa en un lugar específico y en un momento determinado. Un ejemplo son los brotes de enfermedades como la meningitis o el sarampión, los cuales pueden llegar a prolongarse hasta por dos o tres meses.

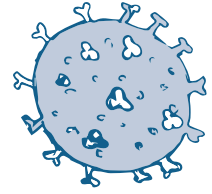
Se clasifica como **epidemia** cuando una enfermedad se propaga activamente debido a que el brote se descontrola y se mantiene en el tiempo, lo que hace que aumente el número de casos en un área geográfica concreta.

La **pandemia** es un brote epidémico que afecta a más de un continente y se declara como tal cuando los casos que se presentan en cada país ya no provienen de gente que ha estado en el extranjero, sino que el contagio se da entre personas que no han salido del país, se habla entonces de que hay *transmisión comunitaria*.

¿Cuáles son las fases de una emergencia?

De acuerdo con la OMS, una situación de emergencia –como la provocada por Covid-19– es un evento extraordinario que constituye un riesgo para la salud pública de un país, pero también puede afectar a otros más, e incluso a continentes, por ello, si ocurre la propagación internacional de alguna enfermedad, se requiere de una respuesta internacional coordinada.

La OMS distingue distintas fases, y cada una implica medidas específicas conforme el nivel de riesgo que conlleva.



Fases de una emergencia sanitaria (OMS)



Fase 1

Confirmación de comienzo de una pandemia

La OMS declara una pandemia al confirmar la presencia de una nueva cepa de un virus que está comenzando a causar brotes en por lo menos un país, se ha propagado a otros países con patrones de enfermedad consistentes, y causa una seria morbilidad y mortalidad en al menos un segmento de la población.



Fase 2

Epidemias regionales y multiregionales

Ocurre cuando los brotes y las epidemias estén sucediendo en varios países y la propagación, región por región, atraviesa el mundo.



Fase 3

Fin de la primera ola pandémica

El incremento de los brotes en los países o regiones afectados inicialmente ha parado o revertido, pero los brotes y las epidemias del nuevo virus están todavía ocurriendo en otro sitio.



Fase 4

Segunda o posteriores olas pandémicas

Basado en las experiencias pasadas, por lo menos una segunda ola severa de brotes causados por el nuevo virus sería esperable que ocurra dentro de los tres a nueve meses de la epidemia inicial en muchos países.



Fase 5

Fin de la pandemia

La OMS informará cuando el periodo de pandemia haya finalizado, lo que probablemente será después de dos o tres años.

¿Cómo y cuándo inició la pandemia por Covid-19 en México?, ¿cuáles fueron las medidas gubernamentales implementadas?

MEDIDAS GUBERNAMENTALES

FASE 1

Importación de casos

INICIO 28 de febrero
Registro del primer caso de un mexicano que había viajado a Italia.

FIN 22 de marzo

- Medidas básicas de higiene (lavado de manos, sana distancia, estornudo de etiqueta y limpieza continua).
- Seguimiento médico y epidemiológico a personas contagiadas.



FASE 2

Dispersión comunitaria

INICIO 23 de marzo
Registro de casos en personas que no viajaron al extranjero.

FIN 20 de abril

- Inicia la Jornada Nacional de Sana Distancia (Quédate en casa): Reforzamiento de medidas de higiene básicas en el entorno público e individual, y fortalecimiento del distanciamiento social-limitación voluntaria de la movilidad.
- Suspensión de actividades laborales no esenciales en los sectores público, privado y social. Las actividades esenciales son aquellas de la rama médica, seguridad y justicia, servicios básicos (agua, luz, etc.), transporte y alimentos.
- Suspensión de actividades escolares.
- Resguardo domiciliario sugerido a toda persona mayor de 60 años, mujeres embarazadas o personas que padezcan enfermedades crónicas o autoinmunes.
- Medidas especiales para la contratación de profesionales de la salud, la disponibilidad de infraestructura hospitalaria e insumos, además de recursos financieros suficientes.



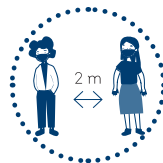
FASE 3

Brote activo y propagación en el territorio

INICIO 21 de abril
Los casos de contagio aumentan de manera rápida en varias regiones y superan los millares.

FIN 31 de mayo

- Extensión de la Jornada Nacional de Sana Distancia hasta el 30 de mayo.
- Ampliación de la suspensión de actividades no esenciales.
- Ampliación de la suspensión de actividades escolares.
- Implementación del Plan DN-III-E, conocido como Plan de auxilio para la población.
- Resguardo domiciliario sugerido a toda persona mayor de 60 años, mujeres embarazadas o personas que padezcan enfermedades crónicas o autoinmunes.
- Ampliación de la suspensión de actividades en todo espacio público (cines, teatros, parques, plazas y playas).
- Presentación del Plan gradual hacia la nueva normalidad:
 - 18 de mayo: reapertura de los Municipios de la esperanza.
 - 18 al 31 de mayo: preparación para la reapertura/actividades de construcción, minería y fabricación de equipo de transporte, consideradas como actividades esenciales.



NUEVA NORMALIDAD

INICIO 1 de junio
FIN - a la fecha

- Implementación del Plan gradual hacia la nueva normalidad: implementación del Sistema de semáforo por regiones para la reapertura de actividades sociales, educativas y económicas.





La nueva normalidad es el proceso de reactivación de actividades una vez que hayan disminuido los contagios por Covid-19.

Es una oportunidad para repensarnos en nuestra relación con la ciudad y su gobierno, y poner los derechos de todas y todos en el centro de nuestra convivencia y cotidianidad. Por ello, hasta que no exista una vacuna o medicamentos para combatir al virus, debemos adaptarnos a la nueva normalidad.

CIUDAD DEFENSA
JULIO-AGOSTO 2020



ACTIVIDADES DE LA NUEVA NORMALIDAD POR COLOR DEL SEMÁFORO EN LA CIUDAD DE MÉXICO

Actividades	● ○ ○ ○	○ ● ○ ○	○ ○ ● ○	○ ○ ○ ●	Descripción
Ocupación hospitalaria	mayor a 65% o dos semanas de incremento estable	menor a 65% y dos semanas de tendencia a la baja	menor a 50% y dos semanas de tendencia a la baja	menor a 50% al menos un mes con ocupación baja estable	
Medidas de salud pública y del trabajo					Las medidas de higiene básica y de sana distancia deben mantenerse durante todo el semáforo y en todos los espacios.
Laborales esenciales/no esenciales					En el semáforo rojo sólo se autorizan actividades esenciales; en el naranja podrán abrir otros sectores pero con una actividad reducida hasta pasar al semáforo amarillo; en todo momento se deberán aplicar protocolos y esquemas de trabajo que minimicen riesgos de contagio.
Espacio público abierto/cerrado					Los espacios públicos irán abriendo paulatinamente, en un primer momento los espacios abiertos y después los cerrados, con un aforo limitado, hasta estar en el semáforo verde.
Personas vulnerables					Las personas en situación de vulnerabilidad deberán permanecer en aislamiento hasta que el semáforo llegue a amarillo, donde podrán hacer salidas necesarias y tendrán prioridad en negocios y transporte.
Actividades escolares					Las y los estudiantes de educación básica, media y superior seguirán con sus clases a distancia hasta que las autoridades determinen el regreso a las aulas.

Para más información consulta:

- Gobierno de la Ciudad de México, *Plan gradual hacia la nueva normalidad en la Ciudad de México*, s. f., disponible en <<https://bit.ly/2ZmYj65>>.
- Comisión Interamericana de Derechos Humanos, *Pandemia y derechos humanos en las Américas*, Resolución I/2020, adoptada por la CIDH el 10 de abril de 2020, disponible en <<https://bit.ly/3crf5EP>>.
- Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos, *Directrices esenciales para incorporar la perspectiva de derechos humanos en la atención a la pandemia por Covid-19*, actualización al 5 de junio de 2020, disponible en <<https://bit.ly/3cpfk9T>>.

- Centro Nacional de Programas Preventivos y Control de Enfermedades, *Plan Nacional de Preparación y Respuesta ante la Intensificación de la Influencia Estacional o ante una Pandemia de Influenza*, s. f., disponible en <<https://bit.ly/2WNGpGQ>>.
- Todas las páginas fueron consultadas el 20 de mayo de 2020.

Clávate en el tema



Fotografía: Twitter de Clara Brugada Molina (@ClaraBrugadaM).

La desigualdad en los tiempos de la pandemia

Clara Brugada Molina*

Hoy es 2 de julio de 2020 y han pasado 127 días desde que se detectó el primer caso de SARS-COV-2 en México, en Iztapalapa, para ser más precisos. Ahora nuestro país acumula 238 000 casos confirmados y 29 000 defunciones. A nivel mundial, México se ubica en el lugar 61 de casos detectados con 1 850 registros por cada millón de habitantes y en el 21 en tasa de mortalidad.

La Ciudad de México y su área metropolitana se mantienen en primer lugar en el número de personas contagiadas y de defunciones. El 34% de los casos del país corresponden a personas que habitan en el Valle de México, y tan sólo en 16 demarcaciones territoriales de la Ciudad de México se concentra 20% del total nacional.

En esta misma fecha, Iztapalapa registraba 8 477 casos acumulados y 1 161 defunciones. Esto es, 466 casos por cada 100 000 habitantes, una letalidad de 13.7% y una tasa de mortalidad de 63.95 fallecimientos por cada 100 000 habitantes.

Es cierto, este municipio concentra la mayor cantidad de casos acumulados. También es cierto que es el más poblado del país, y

* Alcaldesa en Iztapalapa.

se encuentra en el lugar 21 de contagios por cada 100 000 habitantes, en el 72 de letalidad y en el 11 de la tasa de mortalidad.

Igual de cierto es que nuestra alcaldía ocupa el cuarto lugar en casos activos –atrás de Puebla, Mérida y León– con 515 contagios producidos en los últimos 14 días, y ocupa el sitio 71 entre los 200 municipios más poblados con casos activos por cada 100 000 habitantes.

Asimismo, aquí se concentra la mayor cantidad de personas en situación de pobreza, de ingresos precarios, con rezagos educativos acumulados, con una gran participación del empleo informal y rezago en servicios de salud y seguridad social. A pesar de que se cuenta con una cobertura superior a 97% en las redes de agua potable, 600 000 personas reciben [este vital líquido] una o dos veces por semana y miles más sufren de variación en el suministro.

Es verdad que la pobreza y la enfermedad van de la mano –la población de Iztapalapa concentra una mayor prevalencia de enfermedades crónicas–, y es cierto que la Covid-19 no distingue la condición social de las personas, pero igualmente es cierto que esa condición muchas veces es la que determina la gravedad de la enfermedad y el fallecimiento de éstas.

La Ciudad de México es una unidad geográfica, económica, política, social y cultural. Es imposible analizar esta pandemia de forma fragmentada, como si cada demarcación territorial estuviera aislada del resto y tuviera cada alcaldía todas las atribuciones federales y estatales para establecer las medidas de control de la pandemia.

Para detener la velocidad de los contagios, desde el ámbito que nos corresponde, hemos desplegado un conjunto amplio de acciones de gobierno, de apoyo al ingreso de las familias y la economía local, de difusión y de atención a situaciones de emergencia, todas éstas dirigidas a prevenir la expansión del virus.

Entre las acciones de gobierno, implementadas desde finales de marzo, destaco las siguientes: la suspensión de los carnavales de los pueblos y barrios originarios que concentraban alrededor de 300 000 personas; la cancelación de la representación pública de la Semana Santa de los ocho barrios y de todos los pueblos de Iztapalapa –ello evitó la congregación de más 2500 000 personas en la fase de expansión de la pandemia en el Valle de México–; la estricta restricción para realizar reuniones, cierre de espacios públicos y fiestas. Por otro lado, todos los establecimientos mercantiles y giros en tianguis y vía pública no esenciales suspendieron actividades a partir del 30 de marzo; en los tianguis y mercados públicos que funcionaron durante abril, la alcaldía estableció un cordón sanitario para evitar aglomeraciones y disminuir la posibilidad de contagios; a partir de mayo se suspendió la operación de todos los tianguis de Iztapalapa y con ello el flujo de más de medio millón de personas a la semana en estos espacios comerciales. Estas acciones, sin duda, contribuyeron a evitar miles de contagios y fallecimientos.

Este ha sido el aporte de Iztapalapa a la ciudad y al país. Con ello logramos controlar primero y luego disminuir la tasa de reproducción de contagios desde finales de mar-

zo hasta las últimas semanas, esto permitió mantener un ritmo de aumento de los contagios inferior al observado en la ciudad y el país, y con ello evitamos miles de contagios y fallecimientos.

Sabemos que para muchas personas el hecho de quedarse en casa significa dejar de percibir ingresos y medios para abastecer el hogar y alimentar a la familia. Por ello, impulsamos el programa Mercado, Comunidad de Abasto y Alimentación (Mercomuna), que implicó una transferencia económica en vales y apoyos alimentarios en especie a 116 000 hogares; así protegimos a las familias con mayor necesidad e impulsamos la economía local, ya que los vales sólo podían ser intercambiados en los pequeños negocios de los mercados y tiendas de la comunidad. En términos financieros implicó una transferencia de alrededor de 130 millones de pesos que significó una inyección a la economía de Iztapalapa; esto permitió atender dos derechos esenciales: el derecho a la alimentación y el derecho al trabajo.

La alcaldesa en Iztapalapa sabe que para muchas personas el hecho de quedarse en casa significa dejar de percibir ingresos y medios para abastecer el hogar y alimentar a la familia. Por ello, se ha impulsado el programa Mercado, Comunidad de Abasto y Alimentación.

La alcaldía también intervino en los 96 predios con alto nivel de hacinamiento donde habitan cerca de 29 000 personas, esto con dos fines principales: asegurar el derecho a la alimentación y el derecho a la salud. Se formaron comisiones de salud entre vecinos y vecinas, a quienes se capacitó para dar seguimiento a los habitantes de cada predio; junto con ello se formaron comisiones de sanitización para mantener las viviendas y las áreas comunes desinfectadas.

También instauramos una estrategia de seguimiento y monitoreo de todas las personas con diagnóstico confirmado de Covid-19 y de sus entornos familiares, con el objetivo de detener la cadena de contagios y de dar seguimiento médico a quienes tenían síntomas para proporcionarles atención médica oportuna.

En Iztapalapa, la llegada de los primeros casos de contagio vino acompañada del inicio de la temporada de estiaje. Como ocurre cada año, el suministro de la red disminuyó lentamente hasta dejar a gran parte de sus habitantes sin agua. Para atajar esta crisis se pusieron todos los recursos de la alcaldía para garantizar el derecho al agua de las personas. En este lapso realizamos 59 000 viajes de pipas y distribuimos 59 millones de litros de agua de forma gratuita, sin ningún condicionamiento. Todas las colonias que sufrieron recorte de agua fueron atendidas hasta que la red de agua recuperó su plena funcionalidad. Aún se alimentan mediante este esquema aquellas zonas que históricamente han sido privadas del derecho al agua potable, constante, accesible y de calidad.



Para continuar con la prevención, durante el último mes y medio hemos realizado más de 7000 servicios de sanitización en instalaciones de los 20 mercados públicos y 116 populares (concentraciones comerciales), unidades habitacionales, espacios públicos, paraderos de transporte, edificios gubernamentales e instalaciones de seguridad y procuración de justicia. Estas acciones se han efectuado con perspectiva de derechos humanos y respeto a la dignidad humana.

Aproximaciones hacia el futuro

Esta pandemia ha dejado al descubierto la desigualdad social y territorial que existe en las ciudades. La concentración de rezagos en materia de salud, seguridad social e ingreso determinan la vulnerabilidad de los hogares frente a los desastres naturales o las enfermedades. En este caso, la pandemia nos ha revelado lo obvio, como también lo hicieron los sismos.

Iztapalapa y la región metropolitana más pobre de la ciudad enfrentan una grave situación en materia de acceso a satisfactores esenciales. Ello determina la incidencia y la gravedad de los casos por Covid-19.

En este breve lapso el mundo ha cambiado, vivimos en una realidad con efectos devastadores sobre la salud, la vida, la convivencia y la economía de todas las sociedades del mundo.

El costo humano y económico de esta pandemia es desastroso para la humanidad.

Estamos frente a una crisis global –que no termina– de consecuencias aún reserva-

das y en un aprendizaje constante y cotidiano de lo desconocido.

Para esa agenda futura apunto lo siguiente:

1. La salud es lo primero. La salud no es un negocio, es necesaria para la vida e implica un proceso educativo, por lo tanto, el presupuesto para la salud y la protección social no se reduce, se incrementa, y se fortalece el sistema público.
2. El apoyo a la ciencia y la tecnología es esencial para el desarrollo humano, social y económico de la nación y de las comunidades.
3. Las ciudades deben repensarse para transformarse en espacios para la gente y para la vida.
4. Vivienda digna, adecuada y decorosa, que ponga en el centro a las personas, no la plusvalía inmobiliaria.
5. Transporte público eficiente, suficiente y limpio.
6. Ampliación de la infraestructura para el uso de la bicicleta, y la protección de las personas ciclistas.
7. Ingreso ciudadano universal como sistema de protección social para todas las personas.
8. Derecho humano al acceso a internet.
9. La nación tiene una deuda social con los más pobres, transformar significa disminuir desigualdades.
10. El derecho al cuidado debe instituirse como un nuevo pilar de la política social.

Con esperanzas y muchas incertidumbres, esta pandemia cambiará mucho de lo que conocemos y sabemos. **CD**

Para que tomes en cuenta

La protección de los derechos humanos en contexto de pandemia



Una pandemia tiene múltiples impactos en la vida de las personas y en el ejercicio de sus derechos. Por ello, la autoridad debe adoptar políticas de prevención, detección, tratamiento, control y seguimiento de la enfermedad, así como considerar de manera integral el conjunto de derechos que pueden verse vulnerados y aplicar las medidas de protección antes y después de la pandemia.

Derechos humanos en contexto de pandemia: vulneración y protección

Debido a que existe un **alto** riesgo sanitario de **transmisión** y **contagio** del virus en la población, así como el riesgo de saturación de los sistemas de salud frente al incremento acelerado de casos, es preciso anticipar ciertas medidas.

Para contener los contagios se estableció un periodo de **aislamiento social** (cuarentena) y se suspendieron las actividades no esenciales. En la Ciudad de México se promovió el **Quédate en casa** voluntario, en otros estados de la república y en ciertos países estas medidas fueron obligatorias.

Libertad de movimiento

- Las medidas restrictivas no deben justificar el uso desproporcionado de la fuerza policiaca ni prácticas discriminatorias, tampoco deben obstaculizar el trabajo de quienes defienden derechos humanos.

Derecho a la salud / derecho a la vida

- Proteger la vida de todas las personas es la prioridad.
- Consolidar el sistema de salud para garantizar el acceso a la atención médica para todas las personas, protegiendo en todo momento la privacidad y los datos personales de las y los contagiados.
- Garantizar al personal de salud una remuneración adecuada y el equipo de protección y demás insumos para realizar su labor.

Es claro que la suspensión o restricción de actividades de forma prolongada impacta a la economía y tiene efectos particularmente adversos en las personas que pierden o ven limitada su **fuerza de trabajo y el medio de subsistencia** para ellas y sus familias.

Además, las personas que laboran deben hacerlo en estrictas condiciones de higiene y seguridad.

Derecho al trabajo

- Proteger los derechos laborales de las y los trabajadores.
- Fomentar las actividades económicas y la generación de empleo durante y después de la emergencia sanitaria.
- Contar con todas las medidas de seguridad e higiene en el trabajo para las personas que se mantienen activas y cuando las demás regresen a sus lugares de trabajo.

Derecho a la seguridad social

- Adoptar medidas para las personas que laboran en el sector informal, con el fin de mitigar la pérdida de recursos, durante y después de la emergencia.

Asimismo, hay que considerar que no todas las personas tienen **acceso al agua y el saneamiento** para seguir las medidas preventivas necesarias y así frenar los contagios, por ejemplo, el lavado de manos.

La pérdida de empleo y/o medio de subsistencia por la emergencia sanitaria impacta directamente el **nivel de vida de las personas y sus familias**, quienes ven limitado el acceso a bienes y servicios para satisfacer sus necesidades básicas de alimentación, vivienda, entre otras. De ahí la importancia de aplicar medidas al respecto.

Derecho a la alimentación

- Fomentar la producción y el abasto de alimentos, incluso a través de la entrega de despensas o comedores comunitarios, entre otras medidas.

Derecho a la vivienda

- Garantizar la seguridad de la vivienda con medidas extraordinarias para reducir o eliminar temporalmente el pago de rentas, hipotecas y/o servicios básicos.
- Suspender los desalojos y habilitar viviendas de emergencia para las personas y familias que las necesiten.

Derecho al agua y saneamiento

- Garantizar en todo momento el suministro de agua potable suficiente, continuo, accesible y de calidad, en su caso, a través de medios alternativos de suministro, como son las pipas de agua.

Un aspecto importante son los espacios educativos. Al ser las escuelas lugares propicios para el contagio, las actividades educativas son de las primeras que se restringen en un contexto de pandemia, lo que afecta las **oportunidades educativas** de niñas, niños, adolescentes y jóvenes.

Derecho a la educación

- Garantizar la continuidad de la educación de niñas, niños, adolescentes y jóvenes, a través del aprendizaje a distancia, entre otras medidas.

Por otro lado, el encierro y las medidas de aislamiento social tienen **impactos en la salud mental** de las personas. Las emergencias sanitarias pueden generar miedo en la población y exacerbar las violencias; en particular para las niñas, los niños y las mujeres, así como las personas mayores, que son los grupos de población más vulnerables de sufrir violencias en el seno familiar.

Derecho a la salud mental

- Garantizar atención accesible, adecuada y de calidad a la salud mental de las personas, en el contexto de pandemia.

Derecho a la vida libre de violencia

- Implementar medidas que den respuestas rápidas y efectivas para la prevención y atención de las violencias.

Las situaciones de pandemia suelen provocar pánico y esta afectación se acentúa al ser acompañada de **noticias falsas y desinformación**.

Derechos a la información, libertad de expresión y participación

- Proporcionar información amplia, completa, oportuna y accesible relacionada con la pandemia y su evolución, así como los medios para protegerse a sí mismo, a su familia y comunidad de contenidos falsos.

Es preciso tener presente que la deforestación, la agricultura industrial, el mercado ilegal de fauna silvestre, el cambio climático y otros tipos de **degradación ambiental** incrementan el riesgo de futuras pandemias.

Derecho a un medio ambiente sano

- Garantizar un medioambiente seguro, limpio, saludable y sustentable, asegurando el continuo monitoreo ambiental y sin debilitar ni suspender supervisiones ambientales.

Ante una pandemia, los Estados deben considerar las necesidades y el impacto diferenciado de ésta en los grupos históricamente excluidos o de riesgo en particular. Deben adoptar medidas específicas para proteger sus derechos humanos, así como prohibir y erradicar cualquier acto de discriminación en su contra.

GRUPO DE POBLACIÓN	PROTECCIÓN
 Personas mayores, con enfermedades crónicas y mujeres embarazadas	Adoptar las medidas necesarias para que permanezcan en casa durante todo el tiempo que dura la pandemia y existan riesgos de contagio, gozando de permiso con goce de sueldo y demás prestaciones en caso de que sean personas trabajadoras.
 Mujeres	Implementar medidas con enfoque de género para facilitar la denuncia y erradicar la violencia de género en todas sus modalidades y tipos.
 Niñas, niños y adolescentes	Reforzar las medidas de protección de la niñez, así como las alternativas para el juego y esparcimiento en casa.
 Pueblos indígenas	Garantizar que la intervención gubernamental sea culturalmente aceptada y respetuosa de los derechos de los pueblos indígenas, en particular de su derecho a la consulta y libre determinación, y al acceso a la información en su idioma.
 Personas con discapacidad	No suspender los apoyos para personas con discapacidad ni las posibilidades de contacto con sus familiares, que se debe realizar con el debido cuidado.
 Personas lésbicas, gays, bisexuales, transexuales, transgénero, travestistas, intersexuales, queer, asexuales y otras (LGBTIQ+)	Proteger a las personas LGBTIQ+ contra la discriminación y la violencia en el seno familiar o comunitario.
 Personas afrodescendientes	Adoptar medidas de atención prioritaria para personas afrodescendientes para que gocen sus derechos en igualdad de condiciones que las demás.
 Personas trabajadoras y voluntarias del servicio de limpia	Reconocer la labor de las personas trabajadoras y voluntarias del servicio de limpia, y reforzar las medidas integrales de seguridad y protección para garantizar que en su actividad no arriesguen su salud y su vida.
 Personas privadas de la libertad	En caso de ser necesario por razones sanitarias, restringir las visitas de manera transparente, pero esta medida no debe prolongarse de manera innecesaria.
 Personas migrantes	No limitar el acceso a la atención de la salud o medidas de protección social por la condición migratoria.

Para profundizar sobre esta información consulta:

- Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México, infografías y boletines, disponibles en <<https://cdhcm.org.mx/>>.
- Pandemia y derechos humanos en las Américas*, adoptado por la Comisión Interamericana de Derechos Humanos en su Resolución 1/2020, del 10 de abril de 2020, disponible en <<https://bit.ly/3crf5EP>>.
- Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos, *Directrices esenciales para incorporar la perspectiva de derechos humanos en la atención a la pandemia por Covid-19*, actualizado al 5 de mayo de 2020, disponible en <<https://bit.ly/3cpfk9T>>.

pectiva de derechos humanos en la atención a la pandemia por Covid-19, actualizado al 5 de mayo de 2020, disponible en <<https://bit.ly/3cpfk9T>>.

- Centro Nacional de Programas Preventivos y Control de Enfermedades, *Plan Nacional de Preparación y Respuesta ante la Intensificación de la Influenza Estacional o ante una Pandemia de Influenza*, Cenaprece-Secretaría de Salud, s. f., <<https://bit.ly/2WNGpGQ>>, todas las páginas fueron consultadas el 11 de mayo de 2020.

Entrevista con...

Araceli Damián González*

Es especialista en política social y medición de la pobreza, actualmente es directora general del Consejo de Evaluación del Desarrollo Social de la Ciudad de México (Evalúa Ciudad de México), que recientemente publicó el informe *Impacto del Covid-19 en la pobreza y en la población en riesgo en la Ciudad de México*, el cual se puede consultar en <<https://bit.ly/3ekccXL>>.

Para esta edición de *Ciudad Defensora* conversamos sobre la emergencia sanitaria por Covid-19 y su impacto en la vida económica y social de las personas que habitan y/o transitan en la Ciudad de México.

¿Cuál es la magnitud de la emergencia sanitaria para la ciudad?

El riesgo por la pandemia de coronavirus está muy asociado a la condición socioeconómica en general: a mayor ingreso, mayor seguridad; a menor ingreso, más vulnerabilidad y problemas.

* Doctora en Economía de la Urbanización por la Universidad de Londres, Inglaterra; maestra en Desarrollo Urbano por El Colegio de México y licenciada en Diseño de los Asentamientos Urbanos por la Universidad Autónoma Metropolitana. Profesora-investigadora (SNI-III) de El Colegio de México.



Fotografías: Cortesía Araceli Damián González.

En Evalúa Ciudad de México hicimos una estimación a partir de una encuesta del Instituto Nacional de Geografía y Estadística (INEGI), la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares de 2018. En ese año, 41% de las personas vivía en pobreza, 20% en pobreza extrema y las que no vivían en esta situación era casi 60%. Con todos estos determinantes estimamos que alrededor de 1 000 000 de hogares en la Ciudad de México –que representan 36%– se encuentran en una condición de alto grado de vulnerabilidad derivado de lo que hoy ocurre con la pandemia y la crisis económica, es decir, más de la tercera parte de los hogares capitalinos está en situación de riesgo.

¿Cómo influye la situación de desigualdad en el actual contexto de la pandemia por Covid-19 y quiénes son los grupos en mayor riesgo?

Los estratos altos en la Ciudad de México representan apenas 8% de la población, en este grupo poblacional se concentra la mayor riqueza, y si bien van a tener afectaciones en sus ingresos, también poseen una serie de recursos acumulados que les permite hacer frente a la situación de crisis de una mejor manera. Pueden perder parte de su ingreso, pero no van a vivir en pobreza, porque muchos son empresarios, tienen inversiones en la bolsa de valores.

Luego está el estrato medio, que normalmente se constituye por grupos poblacionales que tienen empleos más estables y con acceso a la seguridad social, si se quedan sin empleo también cuentan con redes sociales

con las que pueden sobrellevar la situación. Por ejemplo, el gobierno, tanto federal como de la Ciudad de México y de los estados, está haciendo un esfuerzo por no despedir gente, estas personas son más estables económicamente y pertenecen a la población de clase media.

Otro grupo poblacional es el que llamamos de *satisfacción mínima*, que abarca cerca de 30% de las personas en la ciudad. Este es el grupo más numeroso en términos de los estratos de ingreso, es igualmente muy vulnerable porque ante cualquier baja en su

**Araceli Damián
señala que alrededor
de 1 000 000 de hogares
en la Ciudad de México
–que representan 36%–
se encuentran en una
condición de alto grado
de vulnerabilidad debido
a la pandemia y la crisis
económica actual.**





ingreso se coloca en situación de pobreza. La mayoría tiene sus empleos en el sector informal, y quienes trabajan en el sector formal tienen menores ingresos, no cuentan con seguridad social, están empleadas por medio de contratos muy poco favorables para su estabilidad, y son las primeras personas que pierden su empleo.

¿Cuáles son las buenas prácticas de políticas y acciones de desarrollo social y sustentable implementadas en la Ciudad de México debido a la pandemia?

El programa Mi beca para empezar es una experiencia novedosa y muy exitosa, es el mejor ejemplo, incluso para toda América Latina. Es el único gobierno de una ciudad

que ha hecho un programa tan grande, extensivo y comprometido con la población que menos recursos tiene.

Esta beca está dirigida a niñas y niños que asisten a la escuela pública, desde el nivel preescolar hasta la secundaria. Antes se llamaba Niñas y Niños Talento, pero solamente tenían acceso niñas y niños con un promedio de calificaciones de 9 y más; entonces creaba divisiones en las escuelas entre las niñas y niños talento y el resto de las niñas y niños, dejando atrás a quienes más lo necesitaban.

En Evalúa Ciudad de México identificamos que la población que más padece pobreza en porcentaje son las niñas y los niños menores de 18 años, en comparación con el resto de la población, entonces el gobierno decidió introducir Mi beca para empezar. Este

programa ha servido muchísimo al gobierno de la ciudad porque ha permitido inyectar recursos extra a hogares que sabemos que necesitan el apoyo, porque la población que asiste a escuelas públicas es la que tiene menos recursos. Este programa cubre 50% de los hogares en pobreza, estamos hablando de 470 000 hogares aproximadamente.

Esta beca es un programa universal que no está condicionado y además está dirigido, simple y sencillamente, a dar una estabilidad en el ingreso, y ahí está el punto: vivimos una pandemia en la que de la noche a la mañana hay gente que se quedó sin recursos.

Dicho programa se reforzó con el programa Mercado, Comunidad de Abasto y Alimentación (Mercomuna), el cual se maneja en las alcaldías con el padrón de Liconsa. Esto permitió que muy rápidamente se dispensara un recurso adicional a las familias inscritas en el padrón, las que de verdad lo necesitan.

Desafortunadamente, los hogares con población de cero a cinco años que no asiste a la escuela, queda fuera de cualquier programa. El siguiente paso es buscar la forma de llegar a acuerdos para canalizar recursos y terminar de cubrir a toda la infancia, incluso con un apoyo pequeño. Lo importante es saber que podemos proteger el ingreso familiar en situaciones como la de pandemias o crisis.

Otra acción importante es el programa de alimentos de los Comedores sociales que el gobierno capitalino ha mantenido abiertos durante esta pandemia; permite que las personas que se quedaron sin ingresos o con ingresos muy bajos tengan la certeza de que al menos pueden acceder a una o dos comidas

al día. Este apoyo no es condicionado, no se pide ningún requisito. Hay comedores móviles ubicados cerca de los hospitales públicos para [que asistan quienes] tienen a sus familiares internados, también hay comedores en zonas muy pobres y vulnerables adonde acuden personas en situación de calle.

En el sector salud, una acción muy importante es la entrega de un kit a las personas que se identifican con Covid-19, el cual contiene un oxímetro, que se usa para medir la frecuencia cardíaca y la saturación del oxígeno en la sangre, un termómetro para medir la temperatura, dosis de medicamento para controlar la temperatura y una tarjeta con 1000 pesos para que puedan tener un apoyo. La idea es que no salgan de su hogar y tengan un recurso mínimo durante su aislamiento.

Otro programa que se debe valorar es el Programa de Protección de Medioambiente (Altepetl 2020) que está a cargo de la Secretaría del Medio Ambiente de la Ciudad de México, con el cual se destinan mil millones de pesos para apoyar a las y los productores de alimentos de la ciudad en este contexto de pandemia y que puedan seguir distribuyéndolos en tiendas y comercios locales.

Es importante resaltar que estamos ante una situación que principalmente vulnera el derecho de las personas a la vida y a la salud y hay que pensar la política social como una forma de proteger a las familias de todos los riesgos que conlleva una emergencia sanitaria. Estos programas son buenas prácticas en favor de las personas que menos tienen, son un derecho y nadie puede ser excluido. **CD**

Escucha las voces



Fotografía: Michelle Bachelet/Twitter.

En lugar de amenazar a los periodistas o sofocar las críticas, los Estados deberían alentar un debate saludable sobre la pandemia y sus consecuencias. Las personas tienen derecho a participar en la toma de decisiones que afectan sus vidas, y un medio independiente es un medio vital para esto.

Michelle Bachelet, alta comisionada de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos.



Fotografía: Comité Español de ACNUR.

Juntos podemos y debemos prevenir la violencia en todas partes, desde las zonas de guerra [hasta] los hogares de las personas, mientras trabajamos para vencer a la Covid-19.

António Guterres, secretario general de las Naciones Unidas.



Fotografía: Human Rights Watch.

A medida que los gobiernos comienzan a ampliar su respuesta en la salud pública, la amenaza planteada por la Covid-19 es una razón para reafirmar, en lugar de abandonar, los derechos de todas las personas. Eso significa dar prioridad a la ciencia sobre la política, cuidar a los que están en mayor riesgo, evitar la censura, limitar los confinamientos y generar la confianza del público que es esencial para una respuesta efectiva.

Kenneth Roth, director ejecutivo de Human Rights Watch.



Fotografía: Claudia Sheinbaum/Twitter.

Nos gusta pensar en nuestra excepcionalidad, que como la Ciudad de México no hay dos. Y es cierto, la responsabilidad cívica y la solidaridad de los [y las] habitantes de la ciudad es admirable, y [en] la pandemia del coronavirus no ha sido la excepción. Como nunca, es momento de innovar y poner los derechos de todas y de todos en el centro de nuestra convivencia y cotidianidad [...] Regresaremos más fuertes, pero distintos.

Claudia Sheinbaum Pardo, jefa de Gobierno de la Ciudad de México.

Desde la Comisión

La emergencia sanitaria y los derechos humanos.

La labor de la CDHCM frente a la pandemia de Covid-19

Nashieli Ramírez Hernández*

Desde donde nos leas, la Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México (CDHCM) te saluda y desea que te encuentres bien. La actual pandemia mundial causada por la enfermedad Covid-19 nos une como humanidad ante el desafío de mantener fortalecida la exigencia y la garantía de los derechos humanos, tanto a nivel individual como en nuestras comunidades, ciudades y países.

En los meses recientes, desde la CDHCM nos hemos mantenido en alerta ante el avance de la pandemia, reiterando el llamado para garantizar el cuidado y la salud de las personas, así como a evitar que las acciones de control de la emergencia sanitaria generen crisis y violenten tus derechos humanos.

Ante esta situación te preguntarán: ¿qué le toca hacer a la CDHCM?

Durante la pandemia, la CDHCM se ha mantenido activa, atendiendo las medidas de sana distancia recomendadas por el gobierno de la ciudad, con acciones urgentes, solidarias y creativas para vigilar la situación de los derechos humanos de quienes habitamos y transitamos en la capital mexicana.



¡La CDHCM trabajando!

Durante esta pandemia, la CDHCM se ha mantenido activa y te ha acompañado en todo momento, atendiendo las medidas de sana distancia recomendadas por el gobierno de la ciudad, y realizando una serie de acciones urgentes, solidarias y creativas para vigilar la situación de los derechos humanos de quienes habitamos y transitamos en la capital mexicana.

* Presidenta de la Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México.

Las medidas de sana distancia a las que nos sumamos en la CDHCM han priorizado siempre la atención de las personas usuarias. Por ello, gracias al trabajo de personal de guardia, se ha mantenido el servicio de atención presencial durante las 24 horas del día en nuestra sede para aquellos casos de absoluta necesidad y urgencia, tomando en cuenta filtros de seguridad e higiene para la protección y prevención de alguna posibilidad de contagio y en seguimiento al Protocolo de Actuación en Infecciones Respiratorias por Coronavirus (Covid-19) para el Personal de la CDHCM en 2020.

Asimismo, hemos solicitado a las personas usuarias a que atiendan, en la medida de sus posibilidades, la recomendación gubernamental de #QuedateEnCasa, por lo que se les ha invitado a recibir atención en línea en www.cdHCM.org.mx y por teléfono al número 55-5229-5600, que son dos vías accesibles que funcionan las 24 horas del día, en caso de que las personas requieran orientación jurídica para prevenir, investigar y/o atender posibles violaciones a sus derechos humanos.

Entre las problemáticas de atención urgente en la Ciudad de México, hemos identificado un incremento de la violencia de género durante el confinamiento. Quizás tú o alguna mujer que conoces han sufrido esta situación y te has preguntado ¿qué se puede hacer? Como una acción innovadora, en la Comisión habilitamos en mayo una línea telefónica de apoyo a mujeres víctimas de amenazas y de violencia de género en casa, y por medio del número 55 3335 0082 hemos brindado atención a través de llamadas, mensajes de texto SMS y de WhatsApp

todos los días y las 24 horas, lo cual se ha acompañado del hashtag **#CDHCMAmiga**. ¡Las mujeres no están solas!

Rompe el silencio

#CDHCMAmiga

ANTE LA VIOLENCIA **TE VEMOS Y TE ESCUCHAMOS**

Durante la emergencia sanitaria quedarse en casa no siempre es seguro para las mujeres que conviven con su agresor.

La violencia no se justifica.

24 horas, todos los días 55 3335 0082

De la misma forma, a partir de la necesidad de saber cómo han vivido la emergencia sanitaria las niñas, niños y adolescentes en México, en la CDHCM nos lanzamos a preguntarles por medio de la consulta virtual **#InfanciasEncerradas** ¿cuáles son sus inquietudes y preocupaciones?, ¿cómo les tratan sus familiares? ¿cuáles son sus pasatiempos?, ¿qué dificultades enfrentan al estudiar en casa y qué elementos disponen para ello?, entre otras. A través de este ejercicio escuchamos las voces de nuestras infancias y adolescencias, lo que permitirá impulsar, divulgar y difundir la política pública en favor de la garantía y el respeto de sus derechos en esta *nueva normalidad*. Queremos decirlas a



las niñas, niños y adolescentes que desde la CDHCM seguiremos trabajando para que puedan vivir y desarrollarse en un contexto favorable y para que el proyecto de vida que elijan se haga realidad.

Con respecto a otras actividades realizadas por la CDHCM, desde los primeros momentos de la emergencia sanitaria derivada de la Covid-19 redoblamos nuestra labor de atención y vigilancia de los derechos de diversos grupos de atención prioritaria. Con el apoyo de personal de la Comisión acompañamos las acciones de gobierno orientadas a brindar ayuda emergente a personas artesanas pertenecientes a comunidades indígenas residentes de la Ciudad de México y a personas trabajadoras sexuales.

Mediante visitas a los 12 centros penitenciarios de la Ciudad de México también acompañamos a las personas privadas de la libertad para observar las acciones sanita-

rias y verificar la implementación adecuada del Protocolo del Sistema Penitenciario. Con el mismo fin acudimos a las instalaciones de El Torito y el Centro Especializado para Adolescentes.

Asimismo, en la CDHCM emprendimos una campaña masiva de comunicación en las redes sociales, con infografías breves y creativas, para sensibilizar a la sociedad sobre los derechos y cuidados de los grupos de atención prioritaria con los que seguramente convives cotidianamente en estos tiempos de pandemia: personas con discapacidad; niñas, niños y adolescentes; personas afrodescendientes; personas trabajadoras y voluntarias del servicio de limpieza; personas mayores, y sobre los diversos tipos de familias.

Por medio de boletines informativos también mantuvimos los llamados durante la emergencia sanitaria para atender problemáticas que ocurren en la vida cotidiana, por ejemplo: para prevenir y erradicar actos de discriminación en contra de personas de la población lésbica, gay, bisexual, transexual, transgénero, travestista, intersexual, queer, asexual y otras (LGBTITQA+); para prevenir el retroceso en la salud integral de las personas en el espectro autista con la aplicación de medidas informadas, flexibles y adaptadas a ellas; para cumplir con las obligaciones laborales y cívicas que aseguren el salario puntual y completo a las personas trabajadoras del hogar; cancelar la asistencia del personal al centro de trabajo mientras dure ésta, entre otras.

Otro grupo de especial atención y en constante riesgo es el de las y los periodistas que a diario nos informan sobre la situa-

ción de la pandemia por la Covid-19. Por ello, desde la Comisión publicamos y difundimos una guía para su protección en el ejercicio de su labor profesional; asimismo, reiteramos la exigencia de que todas las autoridades proporcionen, en la medida de sus responsabilidades, la información más amplia, oportuna y accesible relacionada con esta pandemia. Todo ello con el beneficio de forjar una sociedad mejor informada, y que cada uno y una de sus integrantes tengan la capacidad de toma de decisiones en su entorno individual y en sus comunidades.

Finalmente, frente a este momento inusual que se está viviendo en el mundo, en la CDHCM reconocemos el aporte de la academia y de las y los especialistas en temas de derechos humanos, por lo que lanzamos la convocatoria especial para la próxima edición de la revista digital *Métodos* con el tema Pandemia y derechos humanos: el caso de la enfermedad de coronavirus. A la que les invitamos a escribir, ¡participen!

Los derechos humanos en la nueva normalidad

Tras la primera oleada de la pandemia por Covid-19 en México y en la capital, en la CDHCM nos mantenemos de pie y continuamos con nuestra labor de defensa, protección, promoción y difusión de los derechos humanos de la población en el proceso de desconfinamiento social para avanzar gradualmente hacia lo que el gobierno federal ha llamado la *nueva normalidad*.

Este momento es único y debe ser mejor aprovechado, ya que tanto al gobierno como

La CDHCM continúa con su labor de defensa, protección, promoción y difusión de los derechos humanos de la población en el proceso de desconfinamiento social para avanzar gradualmente hacia lo que el gobierno federal ha llamado la nueva normalidad.



a la sociedad y a los organismos públicos autónomos de derechos humanos nos plantea desafíos, pero también abre espacios de oportunidad para ver con nuevos ojos y enfrentar con una voluntad más firme problemas como la violencia, el desempleo y la desigualdad que nos aquejan. En este contexto en la CDHCM reiteramos el llamado al Gobierno de la Ciudad de México para colocar en el centro de la atención de esta emergencia a los grupos en situación de mayor vulnerabilidad.

Desde la CDHCM te decimos a ti, que vienes y transitas por la Ciudad de México, que estaremos acompañando de cerca el curso hacia la *nueva normalidad*, esforzándonos por atender de forma oportuna y puntual a las personas usuarias que lo requieran, brindándoles un soporte institucional y desarrollando estrategias sociales que se adecuen al contexto emergente, siempre desde la defensa, el respeto y la garantía de todos los derechos humanos.

¡En la crisis, la defensa de los derechos humanos nos fortalece! 

En números

Emergencias sanitarias y derechos humanos en México

A lo largo de la historia, México ha sufrido distintas emergencias sanitarias que han generado mayores afectaciones a la población que enfrenta condiciones de alta marginación, exclusión y discriminación.

En esta sección se presentan algunos datos sobre emergencias sanitarias de gran escala en la historia de nuestro país, entre ellas la más reciente causada por la enfermedad de Covid-19.



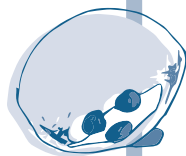
EMERGENCIAS SANITARIAS EN MÉXICO



1545-1550

Cocoliztli (salmonella)

La bacteria ocasionó el deceso de 15 millones de personas en el país, principalmente de identidad indígena. Se considera la segunda peor epidemia en la historia, después de la peste negra que mató a 25 millones de personas en Europa en el siglo XIV.



1921-1956

Paludismo o malaria

Es una enfermedad causada por la picadura del mosquito Anopheles. Esta epidemia ocasionó la muerte de 24 000 personas por año durante ese periodo en el país. En 2018 fueron reportados 736 casos en territorio mexicano. La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que México podrá erradicarla en 2030.

1918

Gripe española

Esta epidemia ocasionó la muerte de 500 000 personas en el mundo durante ese año, a causa de un virus de influenza tipo A (el cual infecta a humanos), del subtipo H1N1 (una mutación del virus originada por reordenamiento de virus humano, porcino y aviar).

2009

Gripe AH1N1

El 11 de junio la OMS declaró la emergencia sanitaria mundial por la influenza H1N1 de origen porcino iniciada en México. Ocasionó la muerte de 1 000 personas en nuestro país y aproximadamente la de 15 000 en el mundo.

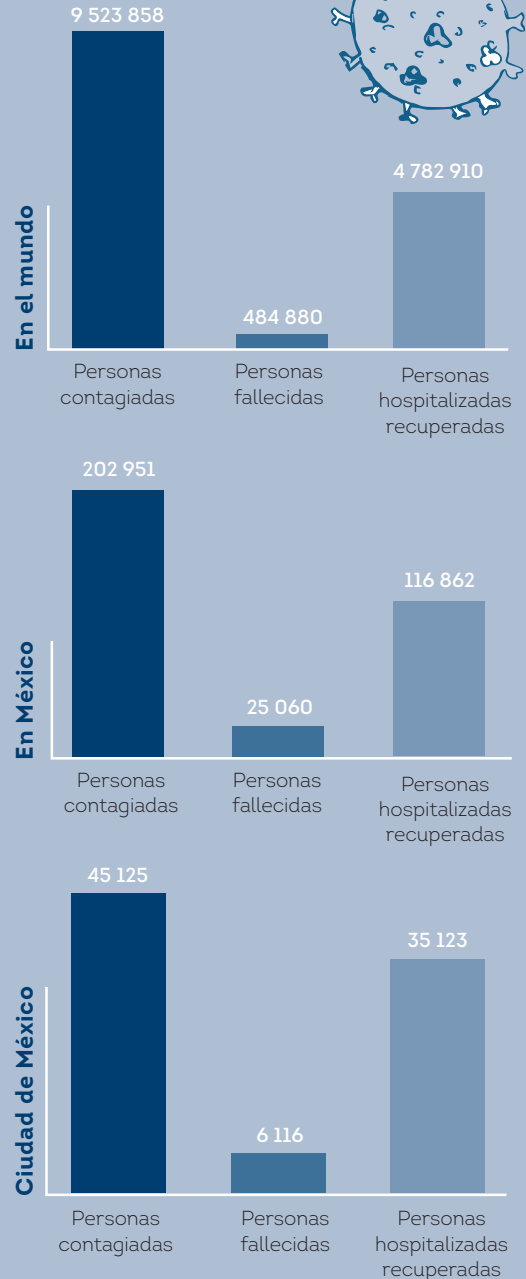
2015

Virus Zika

La OMS emitió la alerta epidemiológica por el virus Zika. En México los primeros casos se detectaron en Nuevo León y Chiapas. La infección del virus durante el embarazo puede causar microcefalia y otras malformaciones congénitas, también se asocia a otras complicaciones del embarazo, por ejemplo, el parto prematuro y el aborto espontáneo. Se estima que a nivel mundial mata a un millón de personas al año.

LA PANDEMIA POR LA ENFERMEDAD COVID-19

Diciembre 2019-junio 2020



MÉXICO EN CUARENTENA



Una encuesta de Consulta Mitofsky realizada en mayo de 2020 a 7 997 personas mayores de 18 años residentes en México, con dispositivos con acceso a internet, evidenció cómo las y los mexicanos han vivido el aislamiento social. ¿Te identificas?

Sentimientos experimentados



- 74% preocupación
- 68.7% tranquilidad o paz
- 52.2% aburrimiento
- 49.1% ansiedad
- 33.3% irritabilidad o enojo
- 24.7% depresión

Comparado con los hábitos antes del aislamiento social:



- 69.5% navegó más por internet
- 62.6% realizó más limpieza en el hogar
- 54.9% vio más noticias
- 53.4% interactuó más en redes sociales
- 49.9% escuchó más música
- 48.6% leyó más
- 37.4% subió de peso
- 35.5% comió mejor



Hábitos en el aislamiento social:

- 37.7% durmió peor
- 34.9% comió más con familiares que no viven juntos
- 34.1% hizo menos ejercicio
- 27% hizo más compras en línea
- 26.2% rezó más
- 23.3% tomó menos vino, cerveza o alcohol
- 11.4% fumó menos



A causa del aislamiento social:

- 60.2% disminuyó sus ingresos
- 35.7% trabajó desde casa (home office)



Actividades realizadas para ocupar tiempo libre:

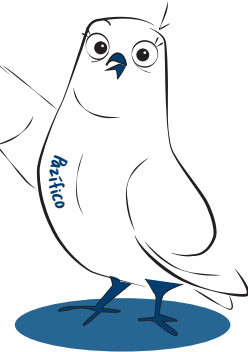
- 77.2% vio series, películas o programas de televisión
- 74.7% cocinó
- 68% realizó mejoras en su casa
- 35.5% tomó cursos en línea
- 32.2% realizó manualidades
- 25.2% jugó videojuegos



Al retomar actividades cotidianas las cosas volverán a ser:

- 80.2% las actividades de antes ya no volverán a ser igual
- 57.3% habrá más compras en línea
- 55% tendrá mayor respeto por el personal médico
- 52% habrá más trabajo desde casa (home office)
- 50.3% cuidará más su salud
- 36% cuidará más el medioambiente
- 31% se acercará más a la religión

Conoce
los efectos del
distanciamiento social
en México en los
diferentes niveles de
ocupación.



Personas trabajadoras del hogar (no remuneradas)



69.8% no realizó otras actividades por las que recibiera ingresos

72.6% dijo que aumentó el trabajo en el hogar

61.1% aumentó la ayuda de su familia en el trabajo del hogar

Estudiantes



85.4% ha tenido miedo de perder el año escolar

81.7% ha tomado clases en línea

65.1% ha aprendido poco o nada en sus clases en línea

53.1% preferiría que se repitiera el ciclo escolar

Personas trabajadoras independientes



93.1% hizo uso de sus ahorros personales

89.7% disminuyó sus gastos personales

55.5% ha cerrado sus negocios

45.6% consideró que tardará más de un año en recuperar su nivel de ingresos

41.2% vio disminuir sus ingresos

23.1% consideró que tardará de 1 a 3 meses en recuperar su negocio

Personas empleadas



58% vio reducido su salario hasta en 75%

42.2% consideró que tiene seguro su trabajo

41.8% consideró que trabajar en casa le produjo menos estrés

31.9% realizó trabajo en casa (home office)

38.2% dijo que está en riesgo su trabajo

32.9% consideró ser más productivo trabajando desde casa

22.5% consideró que la relación con su jefe o jefa mejoró

11.8% perdió su trabajo

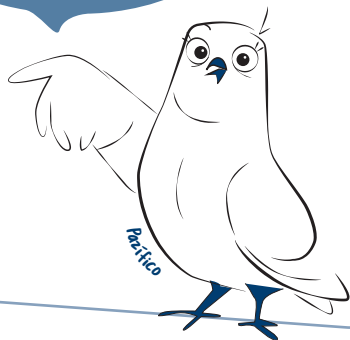
Para más información consulta:

- Gobierno de México, *Covid-19 Datos*, disponible en <<https://bit.ly/2zfy07g>>.
 - Coordinación Nacional de Protección Civil, *Epidemias en México*, disponible <<https://bit.ly/3ebeSpB>>.
 - Roberto Ariel Abeldano Zúñiga y Ana María González Villoria, *Desastres en México de 1900 a 2016: patrones de ocurrencia, población afectada y daños económicos*, disponible en <<https://bit.ly/2LKGDt8>>.
 - Reuters, *Coronavirus: Estas son las cinco emergencias sanitarias que ha declarado la OMS en el pasado*, disponible en <<https://bit.ly/2yklqTR>>.
 - Consulta Mitofsky, *Mexicanos en cuarentena*, disponible en <<https://bit.ly/36nlazV>>.
- Todas las páginas fueron consultadas el 15 de junio de 2020.

¿A dónde acudir?

Si requieres apoyos de salud, emocionales o económicos, o tus derechos humanos no han sido respetados en esta época de pandemia...

Recuerda que si tienes síntomas de Covid-19 o alguna persona familiar o conocida lo presenta, puedes llamar a los siguientes números:



Línea Locatel

☎ 55 5658 1111

Emergencias

☎ 911

También puedes enviar un mensaje SMS a:

Servicio de Información SMS COVID-19

• Mensaje SMS con la palabra Covid19 al 51515

Si has pasado por momentos de miedo, enojo o tristeza durante la pandemia y requieres apoyo psicológico, llama a los siguientes números donde te brindarán contención emocional.



Emergencias

☎ 911

Línea de la vida

☎ 800 911 20 00

Línea UNAM

☎ 55 5025 0855

Locatel

☎ 55 5658 1111

Centros de Integración Juvenil

☎ 55 5215 1212, o al WhatsApp: 55 4555 1212

Unidad de Inteligencia Epidemiológica Sanitaria

☎ 800 0044 800

Consejo Ciudadano de la Ciudad de México

☎ 55 5533 5533

Hospital Psiquiátrico Dr. Juan N. Navarro

☎ 55 55732855

Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz

☎ 800 953 1704 y 5655 3080

Si quieres información sobre los servicios y apoyos del Gobierno de la Ciudad de México en el contexto de la emergencia sanitaria, revisa lo siguiente.

Jefatura de Gobierno de la Ciudad de México

El Gobierno de la Ciudad de México desarrolló un portal sobre coronavirus que ofrece información sobre el semáforo epidemiológico, las medidas sanitarias y los programas de apoyo para la ciudadanía de la capital del país, los cuales puedes consultar en las siguientes páginas web.

🌐 <https://www.jefaturadegobierno.cdmx.gob.mx/>
<https://covid19.cdmx.gob.mx>

También puedes visitar el portal del Gobierno federal:

🌐 <https://coronavirus.gob.mx/>

Otros apoyos del Gobierno de la Ciudad de México son:

Mi beca para empezar

Como apoyo a la economía familiar durante la emergencia sanitaria, en la Ciudad de México se han depositado 500 pesos adicionales a las y los niños y jóvenes inscritos al programa Mi beca para empezar.

🌐 <https://www.mibecaparaempezar.cdmx.gob.mx/>

Fondeso

Este proyecto apoya a las PyMES con 50 000 microcréditos de 10 000 pesos, con 0% de interés, a pagarse en dos años, y con cuatro meses para realizar el primer pago.

🌐 <https://www.fondeso.cdmx.gob.mx/>

Altépetl

Apoya la producción agrícola, agropecuaria y agroalimentaria, el rescate y preservación de la zona forestal. Si eres productora o productor rural del suelo de conservación de la Ciudad de México, durante la emergencia sanitaria cuentas con apoyos especiales.

🌐 <https://www.sedema.cdmx.gob.mx/programas/programa/altepetl>

Secretaría de Trabajo y Fomento al Empleo

En el contexto de la pandemia por Covid-19 la Secretaría del Trabajo local otorga apoyos económicos, así como atención y asesoría legal, a las personas residentes de la Ciudad de México que perdieron su empleo formal durante la emergencia sanitaria, a personas trabajadoras no asalariadas, trabajadoras del hogar y a personas trabajadoras eventuales, mediante los programas:

Seguro de desempleo.

Acción social.

Apoyos a personas trabajadoras no asalariadas Asesoría especializada para trabajadoras del hogar.

Servicios de intermediación laboral.

Para más información sobre los apoyos y trámites que desees realizar consulta:

🌐 <https://www.trabajo.cdmx.gob.mx/covid19>

Consulta
y contacta a las
siguientes instituciones
encargadas de proteger
y defender tus derechos;
sus servicios son
gratuitos.



Consejo para Prevenir y Eliminar la Discriminación de la Ciudad de México

Brinda atención a personas que hayan sufrido discriminación y desarrolla acciones de promoción, difusión y educación para construir una cultura a favor de la igualdad y la no discriminación en la Ciudad de México.

☎ 5512 8639 y 5341 3010.

✉ contactocopred@gmail.com

🌐 <https://www.copred.cdmx.gob.mx>

Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México

Asesora y orienta a todas las personas acerca de la protección y promoción de sus derechos humanos, así como de los órganos competentes ante los cuales pueden acudir para hacerlos valer.

☎ 5229 5600.

🌐 <https://cdhcm.org.mx/>

Si eres mujer y has sufrido violencia durante la pandemia, a través de la línea de atención telefónica **#CDHCMamiga** 55 3335 0082, podrás comunicarte con este organismo en cualquier momento, las 24 horas.

Haz una llamada telefónica, envía un mensaje SMS o de WhatsApp, ya sea para recibir asesoría o presentar denuncias.

También puedes contactar a alguna de las delegaciones de la CDHCM en las alcaldías. Busca los teléfonos al final de la revista. **CD**

La historieta



¡Hola! Reciban un saludo de aliento. Sabemos que la pandemia por la enfermedad de Covid-19 ha traído desafíos a tu vida y tu comunidad.

Por ello, hablaremos de la salud mental, que también ha sido afectada con la crisis sanitaria y sus repercusiones sociales y económicas.

Quizá has sentido miedo a contagiarte o has experimentado enojo y tristeza si ha fallecido una persona querida. Con la inquietud de estar en casa, sin poder salir, sin empleo y la preocupación de conseguir tu propio sustento o el de tu familia.



Todas son emociones humanas, pero si se presentan mucho, y por largo tiempo, pueden causar malestar en ti y quienes te rodean.



Mantén la comunicación

con tus familiares y amigos



Para enfrentar esta pandemia, el gobierno ha previsto acciones para garantizar y proteger el derecho humano a la salud mental.

Este derecho implica que se asegure tu salud y bienestar físico, mental y social de forma integral, es decir, que estés bien de tu cuerpo y tu mente.



Todas las personas pueden ser afectadas, sin embargo, hay sectores de mayor riesgo debido a la violencia y la precariedad de sus entornos.

Son las niñas, niños y adolescentes; mujeres; personas mayores; personas con discapacidad y personas con condiciones de salud mental.

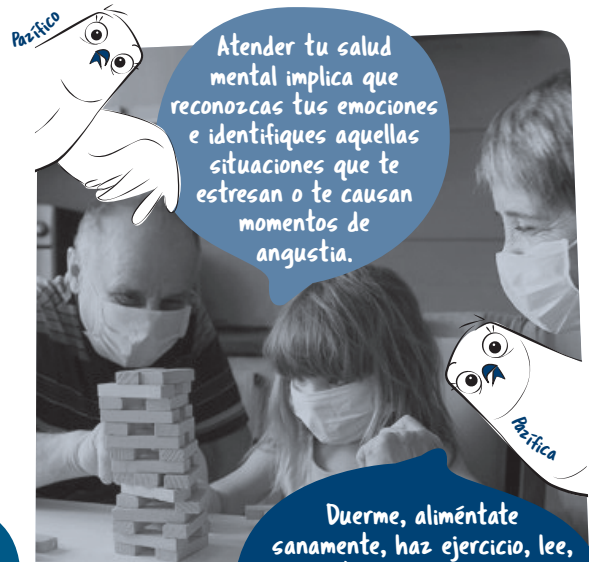


Pazifika



También el personal médico en sus actividades cotidianas ha visto afectados sus derechos humanos.

Sí, por ejemplo: a la integridad, seguridad, y salud física y mental.



Atender tu salud mental implica que reconozcas tus emociones e identifiques aquellas situaciones que te estresan o te causan momentos de angustia.

Duerme, aliméntate sanamente, haz ejercicio, lee, escribe tus emociones, escucha música, juega y platica con tus hijos e hijas y familiares, cocina en familia, contempla la naturaleza que te rodea.

Si necesitas apoyo psicológico o emocional, no dudes en pedir ayuda. La afectación a la salud mental debe ser tratada.

En esta emergencia sanitaria las acciones y pensamientos positivos, respetuosos y solidarios favorecerán no sólo tu bienestar físico y emocional, sino el de tu comunidad.

Tu participación es fundamental para tener una sociedad sana, tolerante, pacífica y equitativa. ¡Podemos hacerla una realidad!



Acércate a las instituciones públicas que te pueden brindar apoyo emocional. Encuéntralas en ¿A dónde acudir?, en la pág. 34.



¡A ponerte las pilas!

Te invitamos a reflexionar sobre los derechos de todas las personas durante la emergencia sanitaria por Covid-19 y seguir las medidas de higiene.

Actividad

Completa las siguientes oraciones con las palabras que correspondan en cada espacio. Una vez terminado el ejercicio verifica, al final de la sección, que tus respuestas sean correctas.

1. El _____ garantiza la disponibilidad, accesibilidad, aceptabilidad y calidad de los servicios e instalaciones de salud, medicamentos, y atención en condiciones de igualdad y no discriminación.
2. Las _____ integran un grupo de población especialmente vulnerable a la pandemia del Covid-19 o coronavirus, por ello requieren de atención especial.
3. Las autoridades deben proteger los _____ de las y los trabajadores, y adoptar medidas que fomenten las actividades económicas y de generación de empleo durante y después de la emergencia sanitaria.
4. Durante todo el Plan gradual hacia la nueva normalidad es indispensable seguir las medidas sanitarias, entre ellas: el uso de _____ si salimos de nuestras casas.
5. Como una forma de prevención del contagio, la higiene personal es importante, por ello hay que _____ frecuentemente y/o usar gel antibacterial.
6. A las acciones de no saludar de mano y/o beso, y a mantenerse a 2 metros alejado de las demás personas se le llama: _____.
7. Es la acción de cubrir la boca con la parte interna del codo al estornudar: _____.



Lavarse las manos

Cubre bocas

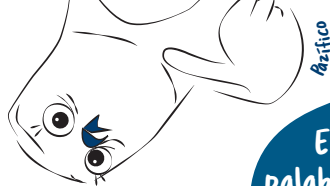
Derecho a la salud

Derechos laborales

Personas mayores

Estornudo de etiqueta

Sana distancia



Encuentra las
palabras relacionadas
con los derechos
humanos y el
Covid-19.

Sopa de letras

U A V N O I C A R E P U C E R N Ñ Q W B
W O F N W E Y M D Ñ U Q J O P B D U Q Y
F X V R Ñ X A O T N E I M A L S I A G J
Z S X F C V L S F C Y S Ñ Q A A E A M E
W U Ñ K A T E N C I O N I A Z N C M E J
A D C D U H K K E Y Q F L D A A B B D L
J R F K V V G J O V A J E T N D Q O I Z
U V Y Y Q A F P K L L N Y J E I H A C Ñ
C B O U R S A M O T N I S E T S S M O S
O O E L P M E Z Q N V I M A N T X Y S A
J J N A G K F M N F X N F C E A A K S R
Ñ Z V T J A I M E D N A P Y R N M W P E
S O S K A M K S O C F U D J A C M P N M
A C P A M G O V G U E B N F U I Q R E R
L X J Q B E I C U B R E B O C A S N G E
U G D X O E C O R O N A V I R U S Q Z F
D I G F Ñ B U V I A B H V A E M P D P N
C P R H A M D R H Z M I X C C M D W X E
Q W R G I K K R P C U N S K O S T N F B
T D Ñ N O I C A N I M I R C S I D O N N

- | | | |
|----------------|-----------------------|--------------------|
| 1. Aislamiento | 7. Cubrebocas | 13. Pruebas |
| 2. Apoyos | 8. Empleo | 14. Síntomas |
| 3. Atención | 9. Enfermeras | 15. Recuperación |
| 4. Contagio | 10. Médicos | 16. Salud |
| 5. Coronavirus | 11. No discriminación | 17. Sana distancia |
| 6. Cuarentena | 12. Pandemia | |

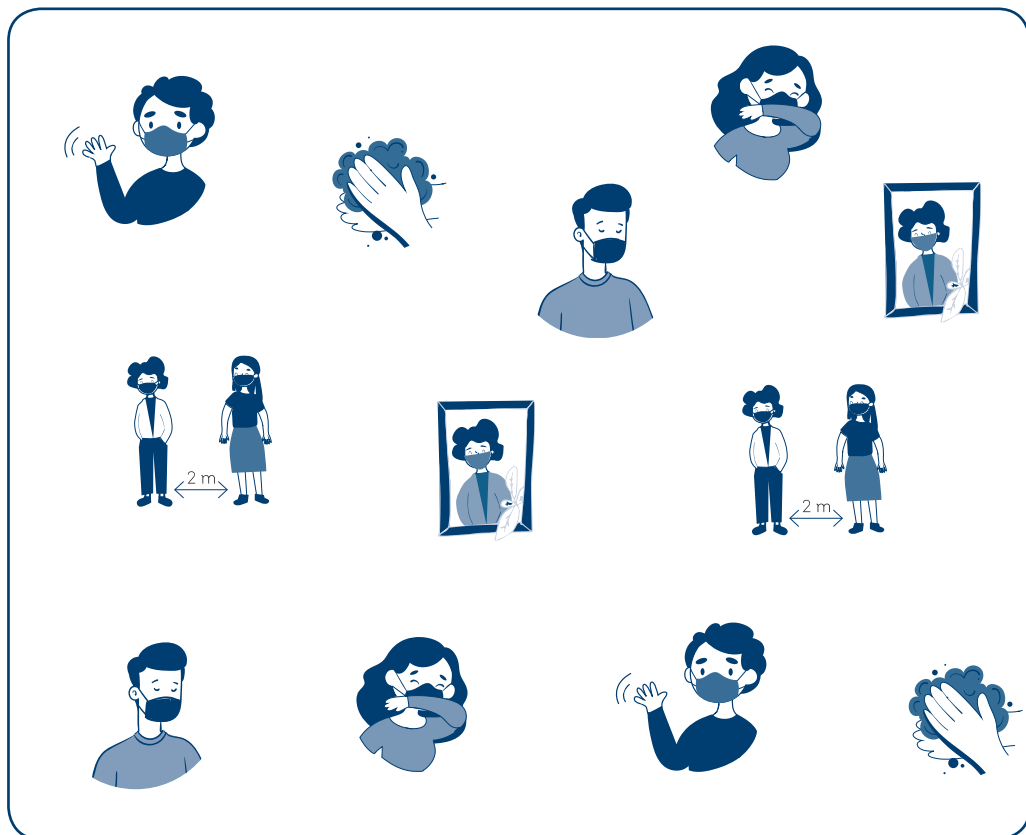


Envíanos tus
comentarios o sugerencias sobre
el contenido de la revista al correo
<ciudad.defensora@cdhcm.org.mx>.

Tripas de gato

Instrucciones:

1. Se requiere de dos personas para jugar y dos lápices de diferente color.
2. Se juega por turnos.
3. La primera persona debe ubicar una pareja de pictogramas y unirlos mediante una línea curva. Entre más curvas tenga será más divertido el juego.
4. La segunda persona debe ubicar otra pareja de pictogramas y unirlos, y así sucesivamente hasta terminar todas las parejas de pictogramas.
5. Las líneas de una persona no deben cruzar las líneas de la otra.
6. Gana quien una más parejas de pictogramas.

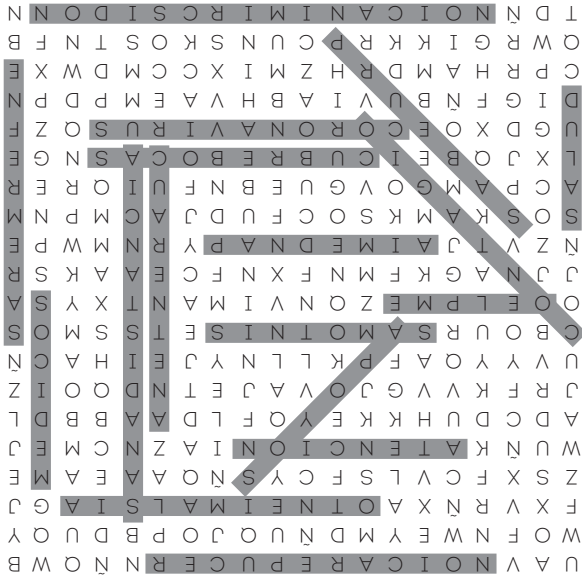


Soluciones! A ponerle las pilas!

Actividad

1. El derecho a la salud garantiza la disponibilidad, accesibilidad, aceptabilidad y calidad de los servicios e instalaciones de salud, medicamentos, y atención en condiciones de igualdad y no discriminación.
2. Las personas mayores integran un grupo de población especialmente vulnerable a la pandemia del Covid-19 o coronavirus, por ello requieren de atención especial
3. Las autoridades deben proteger los derechos laborales de las y los trabajadores, y adoptar medidas que fomenten las actividades económicas y de generación de empleo durante y después de la emergencia sanitaria.
4. Durante todo el Plan gradual hacia la nueva normalidad es indispensable seguir las medidas sanitarias, entre ellas: el uso de cubrebocas si salimos de nuestras casas.
5. Como una forma de prevención del contagio, la higiene personal es importante, por ello hay que lavarse las manos frecuentemente y/o usar gel antibacterial.
6. A las acciones de no saludar de mano y/o beso, y a mantenerse a 2 metros alejado de las demás personas se le llama: sana distancia.
7. Es la acción de cubrir la boca con la parte interna del codo al estornudar: estornudo de etiqueta.

Sopa de letras





Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México

Av. Universidad 1449,
col. Pueblo Axotla,
demarcación territorial Álvaro Obregón,
01030 Ciudad de México.
Tel.: 5229 5600.

Página web:
<https://cdhcm.org.mx>

Correo electrónico:
cdhdf@cdhcm.org.mx

 @CDHCMX  CDHCM  /CDHDF1

DELEGACIONES DE LA CDHCM EN ALCALDÍAS

Azcapotzalco

Calz. Camarones 494,
col. Del Recreo,
02070 Ciudad de México.

Coyoacán

Av. Río Churubusco s/n,
esq. Prol. Xicoténcatl, primer piso,
col. San Diego Churubusco,
04120 Ciudad de México.

Cuajimapla de Morelos

Prol. 16 de septiembre s/n, entre av. Veracruz
y Mariano Escobedo, col. Contadero,
05230 Ciudad de México.

Cuauhtémoc

Río Danubio s/n, esq. Río Lerma,
primer piso del mercado Cuauhtémoc,
col. Cuauhtémoc,
06500 Ciudad de México.

Gustavo A. Madero

Calz. de Guadalupe esq. Fortuna, planta baja,
col. Tepeyac Insurgentes,
07020 Ciudad de México.

Iztacalco

Av. Río Churubusco esq. av. Té s/n,
edificio B, planta alta,
col. Gabriel Ramos Millán,
08000 Ciudad de México.

Iztapalapa

Aldama 63,
col. San Lucas,
09000 Ciudad de México.

La Magdalena Contreras

José Moreno Salido s/n,
col. Barranca Seca,
10580 Ciudad de México.

Miguel Hidalgo

Parque Lira 94,
col. Observatorio,
11860 Ciudad de México.

Milpa Alta

Av. México s/n, esq. Guanajuato,
col. Villa Milpa Alta, Barrio Los Ángeles,
12000 Ciudad de México.

Tláhuac

José Ignacio Cuéllar 22,
col. El Triángulo,
13470 Ciudad de México.

Venustiano Carranza

Prol. Lucas Alamán 11, esq. Sur 89, primer piso,
col. El Parque,
15960 Ciudad de México.

Xochimilco

Francisco I. Madero 11,
Barrio El Rosario,
16070 Ciudad de México.