



Derechos

de las

Mujeres





Derechos Humanos
Comisión Estatal Tabasco

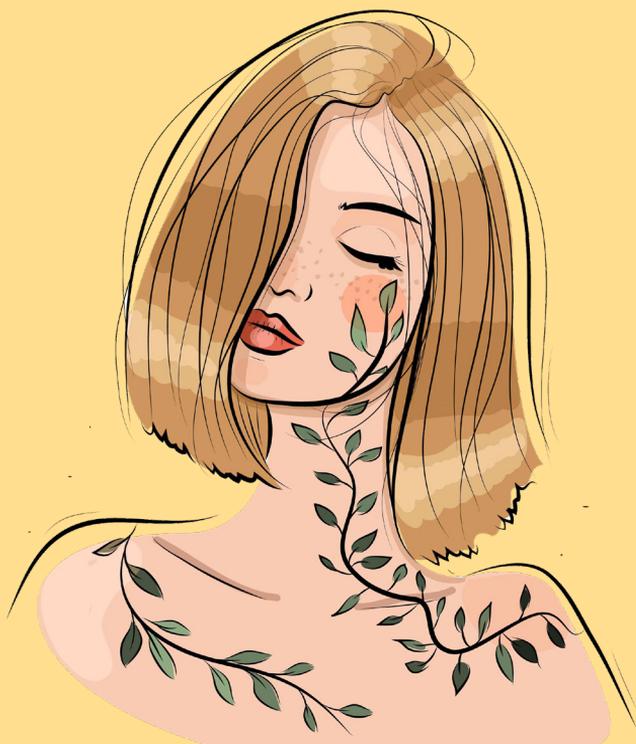
COMISIÓN ESTATAL DE LOS DERECHOS HUMANOS.

Boulevard Adolfo Ruíz Cortines No. 503
(Esquina con Francisco Javier Mina) Colonia Casa Blanca.
Villahermosa, Tabasco. C.P. 86060



No podemos dejar que las percepciones limitadas de los demás terminen definiéndonos.

-Virginia Satir





DERECHOS DE LAS MUJERES

Derecho a la Igualdad de Género

El varón y la mujer son iguales ante la ley...

Art. 4º constitucional Mujeres y hombres debemos gozar de nuestros derechos y tener acceso a ellos en condiciones de igualdad.

Para garantizar el cumplimiento de la igualdad, en México se promulgó en el 2006, la Ley General para la Igualdad entre Mujeres y Hombres Esta Ley dispone que la Federación, los estados y los municipios, establecerán las bases de coordinación para la integración y funcionamiento del Sistema Nacional para la Igualdad entre Mujeres y Hombres.

Derecho a la Educación

La educación es un derecho humano y constituye un instrumento indispensable para lograr los objetivos de la igualdad, el desarrollo y la paz. La igualdad de acceso a la educación y la obtención de educación son necesarias para que más mujeres se conviertan en agentes de cambio.

Las mujeres de todas las edades tenemos derecho a recibir educación que no sea discriminatoria y que promueva los valores de solidaridad, equidad, y respeto. Tenemos derecho a alcanzar niveles educativos cada vez más altos y recibir capacitación que permita ampliar nuestras posibilidades de desarrollo laboral.



Derecho a la Salud

Las mujeres tenemos derecho a disfrutar del más alto nivel posible de salud física y mental, así como decidir sobre nuestra propia fecundidad. La salud no es sólo la ausencia de enfermedades, sino un estado de pleno bienestar físico, mental y social.

Para disfrutar plenamente de nuestra salud tenemos derecho a:

Contar con servicios de salud accesibles y de buena calidad.

Servicios de salud que brinden atención integral y que tengan en cuenta las diferencias biológicas, médicas, psicológicas, laborales y económicas.

Una alimentación balanceada que permita nuestro pleno desarrollo.





Derechos Sexuales y Reproductivos

Las mujeres tenemos derecho a:

Decidir de forma libre sobre nuestro cuerpo y nuestra sexualidad.
Ejercer y disfrutar plenamente nuestra vida sexual.

Recibir información completa, científica y laica sobre sexualidad.

Expresar la sexualidad de manera libre e informada.

Tener servicios de salud sexual y salud reproductiva.

Vivir libres de violencia sexual.

Ninguna persona debe acosar, hostigar, abusar o explotarnos sexualmente.





Derecho a una Vida Sin Violencia

La violencia contra las mujeres tiene diversas manifestaciones. Estas pueden ser físicas, sexuales, psicológicas, económicas, patrimoniales y obstétricas.

El acoso sexual, la coerción o la privación arbitraria de la libertad son otras expresiones de la violencia de género.

Estas se pueden dar tanto en la vida pública como en la privada.

Existen leyes nacionales e internacionales que reconocen que tener una vida libre de violencia es un derecho humano de las mujeres.

Para prevenir la violencia y combatirla, tenemos derecho a:

Contar con servicios de ayuda adecuada y eficiente para evitar y combatir la violencia dentro y fuera del hogar.

Que se prevengan, investiguen y castiguen los actos de violencia contra las mujeres cometidos por cualquier persona, incluidos los funcionarios públicos o miembros de la policía, las fuerzas de seguridad, el ejército y las fuerzas armadas.

Que no se aluda o se aplique ninguna costumbre, tradición o principio religioso como pretexto para justificar la violencia contra las mujeres.





Derecho al Trabajo

Para la igualdad en el ámbito laboral tenemos derecho a: Recibir salario justo e igual al que perciben los hombres por el mismo trabajo.

Tener horarios laborales justos entre hombres y mujeres que nos permitan compartir las responsabilidades del hogar. Esto implica permisos y licencias por maternidad y paternidad.

Trabajar sin que importe el estado de embarazo, nuestro estado civil o cualquier otra condición especial.

Que no nos discriminen para ocupar puesto alguno por el hecho de ser mujeres.



Derecho al Desarrollo

La desigualdad de oportunidades entre hombres y mujeres es una barrera que impide el desarrollo pleno de la humanidad. Las mujeres tenemos muchas limitaciones para tener acceso al poder, la educación, la capacitación y los recursos productivos. Como resultado de estas condiciones, las mujeres vivimos de manera más severa la escasez de oportunidades, dando como resultado lo que hoy conocemos como: feminización de la pobreza.



Derecho a la Participación Política

Es importante promover una conciencia de participación equitativa desde los espacios familiares, laborales, comunitarios hasta la toma de decisiones en ámbitos públicos como en las instituciones gubernamentales, la administración pública, los órganos legislativos y los tribunales judiciales.

Derecho a un Medio Ambiente Sano

La degradación ambiental tiene efectos negativos sobre la salud, el bienestar y la calidad de vida de la población. Para un medio ambiente sano tenemos derecho a:

Recibir capacitación en el manejo adecuado de los recursos naturales y en la conservación del medio ambiente, aire no contaminado, agua limpia, alimentos no tóxicos, entre otros.

El uso de tecnología adecuada que no implique peligro para la salud y la vida del planeta. Participar en los planes de ordenamiento ecológico territorial.

Que en las políticas de desarrollo se incluya la perspectiva de género.

Participar en la toma de decisiones en políticas públicas para alcanzar un medio ambiente sano.





Derecho a la Información

Los medios de comunicación tienen una gran influencia en la forma de pensar y actuar de los seres humanos. Lamentablemente promueven estilos que proyectan imágenes discriminatorias hacia las mujeres.

La presencia de las mujeres en los medios de comunicación ha sido especialmente de uso decorativo, mientras que los hombres dirigen, deciden y son propietarios de los medios de comunicación.

Las mujeres tenemos derecho a que los medios de comunicación contribuyan a una cultura de equidad y eviten difundir estereotipos que desvalorizan a las mujeres. Así como

Al acceso a la información.

La libre expresión.

A que no se promueva ningún tipo de violencia contra las mujeres.

Tenemos derecho a contar con espacios en los medios de comunicación para difundir información sobre nuestros derechos.





¡La CEDH te defiende!

Contáctanos

Oficina Central

993 315 35 45
993 315 34 67

dirquejas@cedhtabasco.org.mx

Oficina Regional
Tenosique

934 342 2418

regional@cedhtabasco.org.mx



[@cedhtabasco](https://www.instagram.com/cedhtabasco)

www.cedhtabasco.org.mx