

# Manual de capacitación sobre derechos humanos y valores para niñas y niños de grupos vulnerables



FACULTAD DE  
HUMANIDADES  
Y CIENCIAS SOCIALES  
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA



**Universidad Autónoma de Baja California**  
Diciembre 2022

# Índice

<b>1</b>	Presentación
<b>2</b>	Introducción
<b>3</b>	Comienza la historia
<b>6</b>	Las necesidades y derechos humanos
<b>11</b>	¿Por qué surgen los derechos humanos?
<b>16</b>	La declaración universal de los derechos humanos
<b>19</b>	Valores de los derechos humanos
<b>23</b>	Derechos humanos de niñas, niños y adolescentes
<b>25</b>	Derechos humanos de las mujeres
<b>28</b>	Derechos humanos de las personas con discapacidad
<b>31</b>	Derechos humanos de las personas adultas mayores
<b>34</b>	Derechos humanos de los pueblos originarios
<b>37</b>	Derechos, responsabilidades y deberes de niñas, niños y adolescentes
<b>39</b>	Bibliografía

# Presentación

Este manual fue elaborado para cumplir con el anhelo compartido de que en nuestro país se ofrezca una educación sobre derechos y valores en la que las niñas y los niños aprendan sin importar su origen, condición personal, económica o social.

El objetivo de este manual es concientizar desde temprana edad a las infancias sobre como poder ejercer sus derechos y reconocer abusos e injusticias que impacten a su persona y sociedad.

Por último, agradecemos profundamente a los administrativos de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales de la Universidad Autónoma de Baja California campus Tijuana Otay, que por ellos se puede fomentar estos temas en la población infante de la ciudad.

# Introducción

Los derechos humanos se basan en el principio de respeto por el individuo. Su suposición fundamental es que cada persona es un ser moral y racional que merece que lo traten con dignidad. Se llaman derechos humanos porque son universales.

Mientras que naciones y grupos especializados disfrutan de derechos específicos que se aplican sólo a ellos, los derechos humanos son los derechos que cada quien posee (sin importar quién es o dónde vive) simplemente porque está vivo.

# Comienza la historia

¿Sabes lo que sucede en una guerra? Bueno, si no, no te preocupes. Te lo describo, es un suceso en el que el ser humano no trata muy bien a otro humano. Lo trata muy mal. Es un evento que saca lo peor de los seres humanos.



Entonces en nuestro mundo hemos tenido dos guerras mundiales en las que los seres humanos no fueron buenos, en las que robaban y hacían otros actos muy malos.

Después de la Segunda Guerra Mundial, el mundo decidió que necesitaban una organización que juntara a todas las naciones del mundo para que todo lo malo que sucedió en la guerra no se repitiera, por ello, en el año 1945 nacieron las Naciones Unidas, con 51 países en conjunto.

Actualmente, las Naciones Unidas tiene 193 países que forman parte de la Asamblea General de las Naciones Unidas.

**La Asamblea General está pendiente de temas que involucren la paz y seguridad, la tuya y la de todas y todos.**

Las Naciones Unidas escribieron una lista de normas a la que llamaron "Carta de las Naciones Unidas" y después, un 10 de diciembre de 1948, firmaron la "Declaración de los Derechos Humanos".

**¡Para refrescar!**

¿Después de cuál acontecimiento nacen las Naciones Unidas?

---

---

¿Cuándo se escribió la Declaración de los Derechos Humanos?

---

---



## Instrucciones

Este es el escudo de las Naciones Unidas, coloréalo a tu gusto:



# Las necesidades y derechos humanos

Como otros seres vivos que habitan también este mundo, plantas y animales, los seres humanos tenemos necesidades básicas.

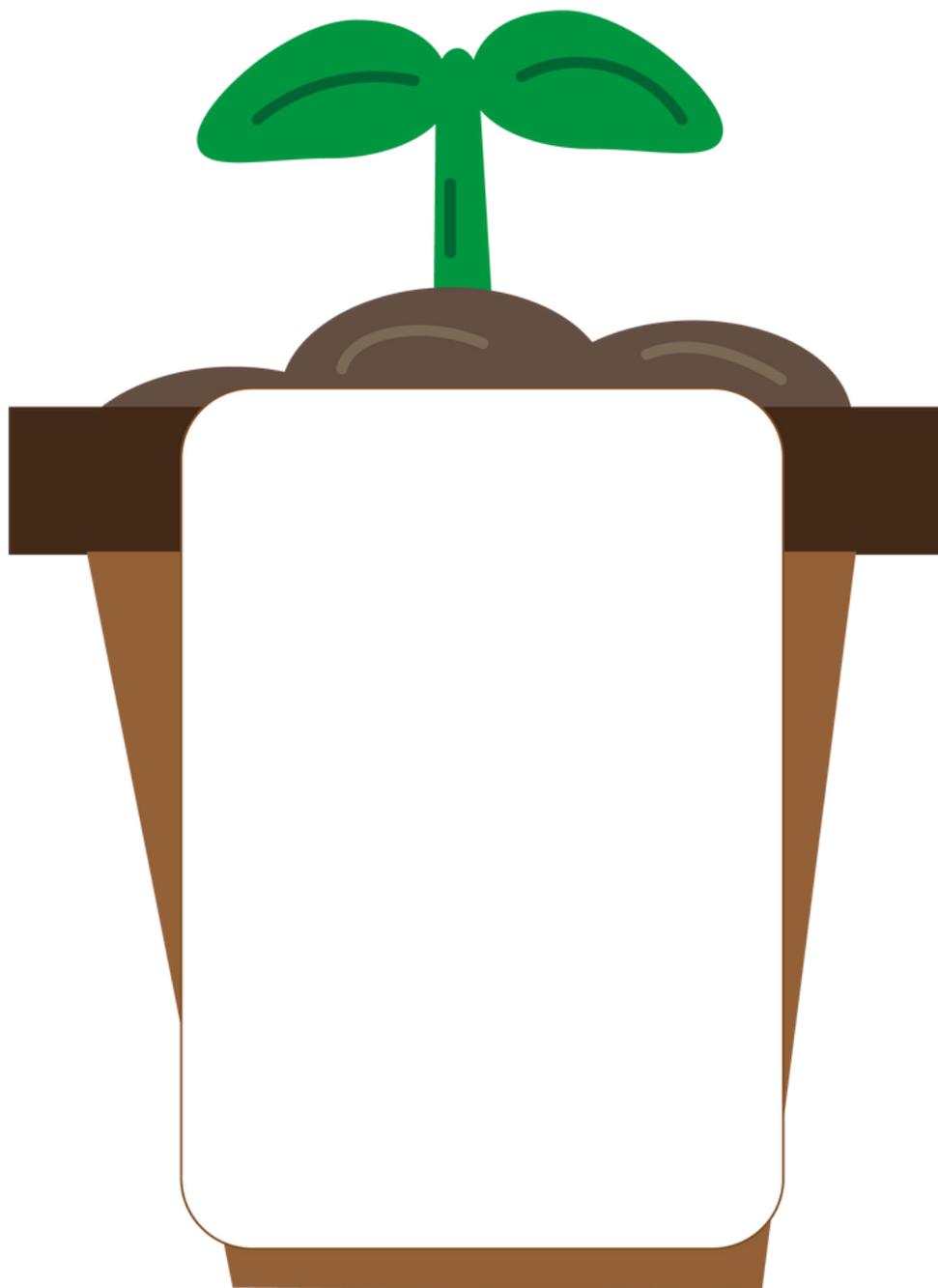
Las necesidades básicas son las características comunes a todos los seres humanos que se tiene que cumplir para permitir, favorecer y estimular el desarrollo de los seres humanos, incluyendo aspectos físicos, biológicos, emocionales y sociales.

Aquellas que se satisfacen para poder desarrollar muy bien nuestras capacidades, vivir seguros de nosotras y nosotros mismos, sin miedo y tener la capacidad de relacionarnos con los demás.

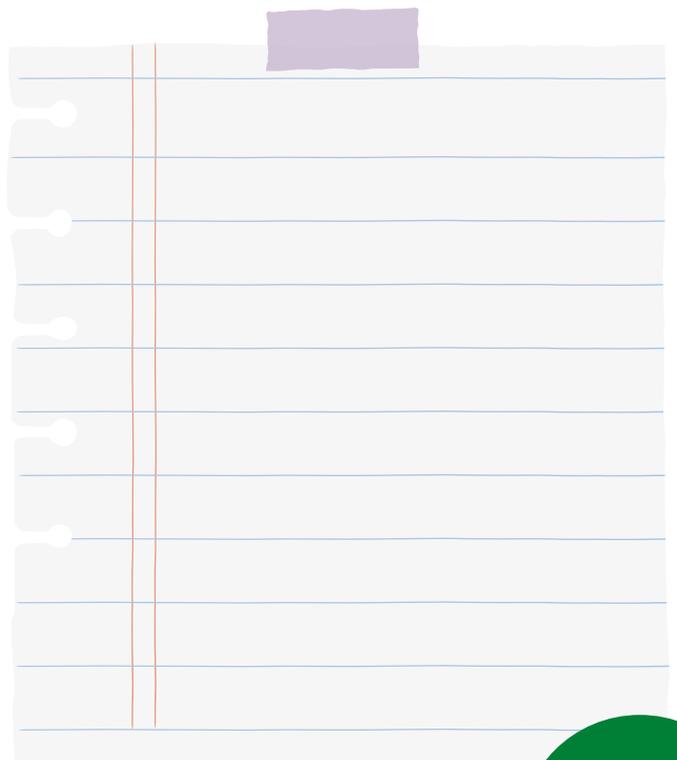
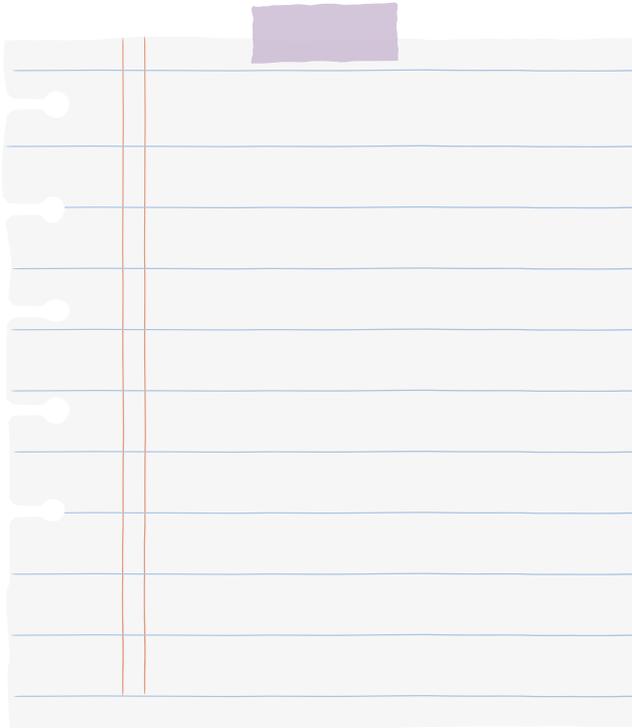
**Cubrir nuestras necesidades básicas es importante para vivir plenamente en todos los sentidos.**

## Instrucciones

Ya tienes conocimiento de que son las necesidades básicas. Escribe dentro de la maceta que necesita la pequeña planta para crecer como un árbol grande y fuerte.



Ahora escribe al lado de la niña y el niño qué necesitan los niños y las niñas para vivir y desarrollarse de una forma adecuada.



Entonces, las necesidades básicas se te tienen que ser satisfechas para que puedas desarrollarte muy bien en todos los aspectos, todas y todos tenemos las mismas necesidades básicas que se convierten en derechos.

No tiene nada que ver, recuerda, no tiene nada qué ver cómo luces, de dónde eres, cómo piensas, si eres niña o niño, pobre o rico, si tienes una discapacidad o no. Se te deben de ser satisfechas sí o sí.

¿Qué necesidades importantes has encontrado en la silueta de la niña y el niño?

---

---

¿Qué se necesita para satisfacer nuestras necesidades básicas?

---

---

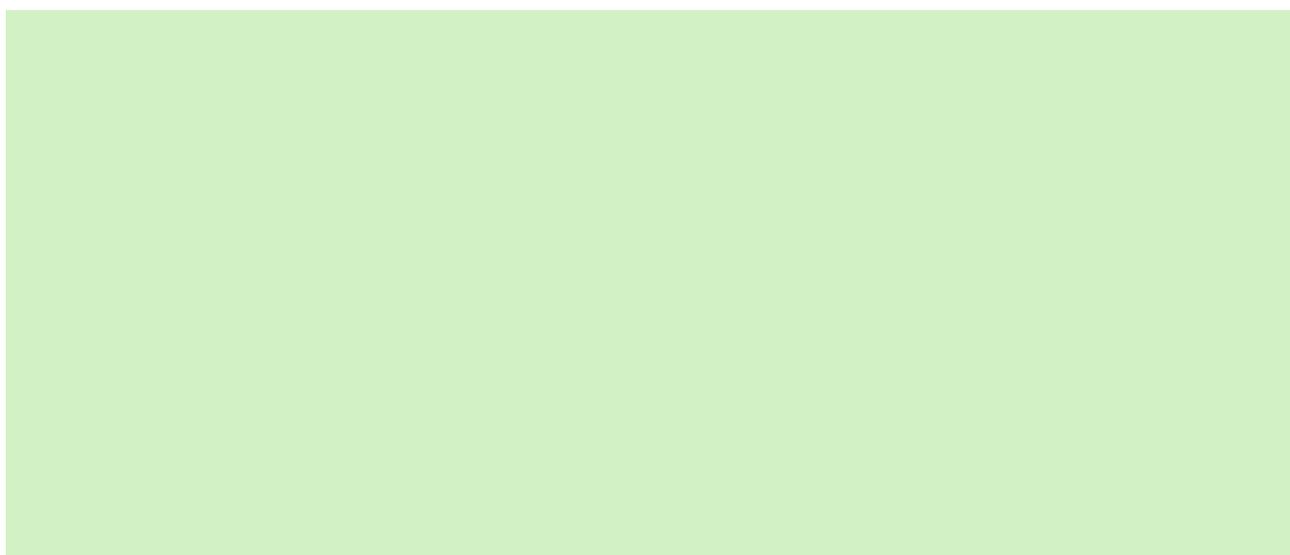
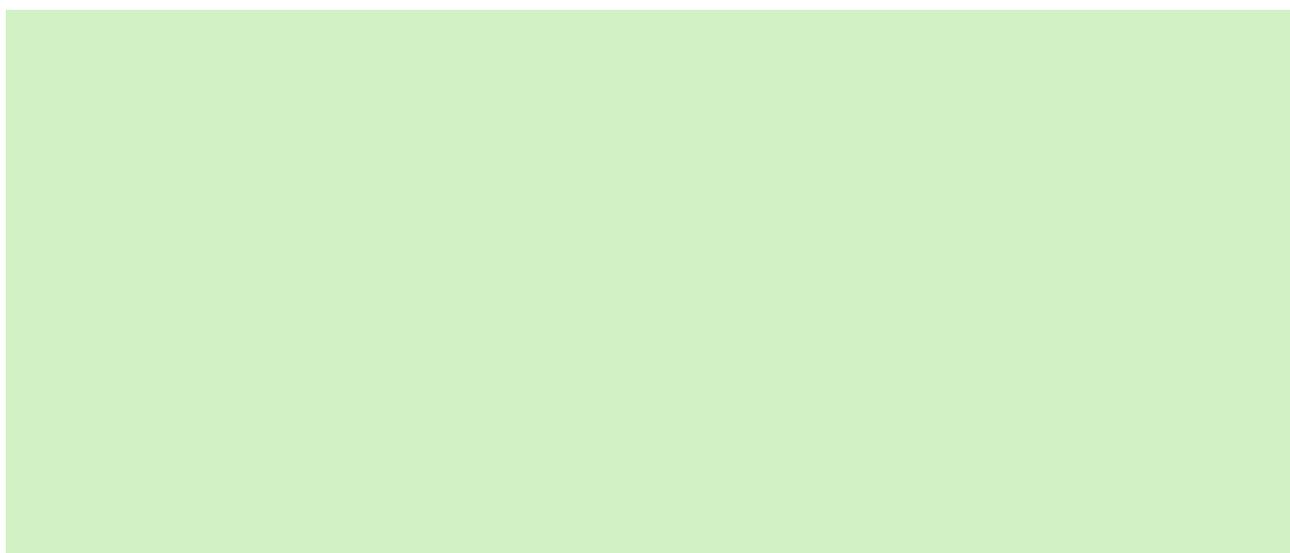
Todas y todos necesitamos respirar, comer, dormir, recibir cariño y tener una familia, y lo necesitamos desde que nacemos, así que satisfacer una necesidad básica es un derecho que todas y todos tenemos.



Nuestros derechos humanos tienen como base nuestras necesidades básicas, las cuales no tenemos que confundir con privilegios o deseos; por ejemplo, los juguetes que recibes por ser un día especial como navidad o tu cumpleaños, son deseos porque no son tan necesarios para vivir y crecer fuerte y sano, como lo es que comas o que vayas al doctor cuando estas enfermo.

### **Instrucciones**

En los siguientes recuadros dibuja, en uno lo que creas que son necesidades básicas y en el otro, privilegios o deseos.



# ¿Por qué surgen los derechos humanos?



¿Recuerdas que te mencioné lo de la Segunda Guerra Mundial? Bueno, los derechos humanos nacen después de este terrible momento de la historia humana, en la que la dignidad de muchos seres humanos no era respetada. Los derechos humanos nacen para defenderla.

La dignidad es lo que nos permite vivir con derecho propio sobre la tierra, merecer respeto y no ser víctimas de ningún tipo de acto malévolo, y nos da la posibilidad de vivir una vida de acuerdo a nuestro propios anhelos, sueños y valores.

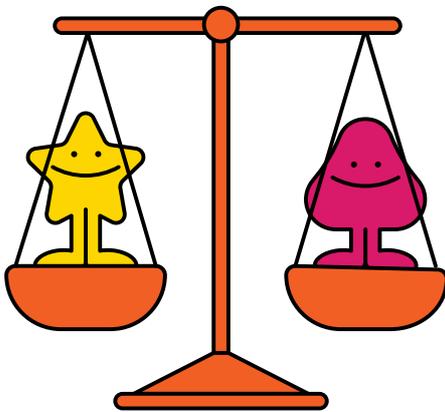
La dignidad y los derechos van de la mano como si fueran dos hermanitos, pues la dignidad es la base de los derechos y los derechos son los mismo que defienden a la dignidad de las personas.

## ¿Qué son los derechos humanos?

Son los que defienden que vivas tranquilo y seguro. Nos corresponden simplemente por ser personas. Siempre los vas a tener sin importar tu edad, que seas niña o niño, tu estatura, tu religión, color de piel, si eres pobre o rico, tu ciudad o país de nacimiento, etcétera.

Los derechos humanos son:

- **Inalienables e indivisibles:** No se nos pueden dar unos y otros no, tenemos todos los derechos, están en nuestra naturaleza humana.



- **Son iguales y no discriminan a nadie:** El no excluir a nadie de los derechos humanos y que todas y todas los tengamos por igual, todos somos iguales.

- **Universales:** Protegen a todas las personas del mundo sin importar el país.



- **Permanentes:** Siempre son válidos, no importa la hora, el día, el mes o el año. No se te pueden quitar en ningún momento de tu vida.

Como ya te has dado cuenta, todas y todos tenemos diferentes formas de ser y de pensar: algunos somos más alegres que otros, algunos son callados y a otros les gusta platicar sin parar, otros tenemos la piel más oscura o clara, diferente color de ojos, unas personas son mujeres y otros hombres. Esas diferencias nos hacen únicos y especiales, no hay alguien que sea igual a ti, cada quien tiene su propia esencia.

Sin embargo, todos tenemos las mismas necesidades básicas, el mismo amor a la vida, el mismo deseo de sentirnos protegidos y de tener la libertad de opinar y expresar nuestros sentimientos como son debidos, merecer un trato con respeto y justo, todo esto es la igualdad.

La igualdad nos une a todas las personas y es lo que permite que podamos vivir en paz y en armonía.

Todas y todos tenemos que recibir el mismo trato sin importar nuestro aspecto ni la manera en la que pensamos, esto es vivir en igualdad.



# Un gato azul



En un mundo llamado Tierra Patitas con ríos en los que nadaban muchos peces para comer y casitas echas de cosas cómodas como cojines, cobijas y uno que otro peluche, habitaban únicamente gatitos de todos los colores. Negros, blancos, grises, con rayas, con manchas, y los naranjas. Todos vivían en armonía hasta que un día nació un gato que para ellos era muy raro, un gato azul.

Entonces todos los gatos, en especial los anaranjados, lo molestaban y le negaban estar cerca de los ríos de los peces que habían. El gato azul no sabía porqué lo molestaban hasta que un día se dio cuenta de que era “diferente” a los demás, su color no era como el de los demás. Entendió que los demás gatos no lo querían y le negaban lo que todos los demás tenían.

Cansado de esto, el gato azul decidió hablar con todos los gatos para explicarles que su color no cambiaba nada, pues él seguía siendo un gato como todos y cada uno de Tierra Patitas.

Desde ese día los gatos entendieron que ni su color ni sus manchas o rayas los hacía diferentes, pues todos eran gatos y todos merecían dormir tranquilos en sus camas y comer pescado.

**¡Para pensar!**

¿Por qué los gatos anaranjados molestaban al gato azul?

---

---

¿Crees que los gatos eran justos con el gato azul?

---

---

¿Qué crees que hubiera pasado si el gato azul no decía nada?

---

---



# La Declaración Universal de los Derechos Humanos

Después de la Segunda Guerra Mundial, en el que muchas personas perdieron todo, sus casas, sus familias y sus propias vidas. Se les quitó la libertad y dignidad a muchas personas buenas por un largo tiempo. También muchas fueron maltratadas por su religión, por sus apariencias, por a que presidente seguían e inclusive por la elección de a quien amaban.

Un día un grupo de personas decidió reunirse, cansadas de que esto pasara y decididas a evitar que estos actos volvieran a pasar. Estas personas juntas redactaron un documento importantísimo en el que trataron de resumir los derechos que tenemos los seres humanos y que todo el mundo tiene que respetar.

Esta Declaración tiene 30 artículos en los que se mencionan los derechos humanos que tenemos todas y todos sin importar nada, ni nuestra edad, nacionalidad, si eres pobre, rico, hombre o mujer. Todos los derechos aplican para todos.



Es uno de los escritos que más ha sido traducido, 500 idiomas para decirte un número, son muchos, ¿verdad?



Recuerda que los derechos humanos son universales, por eso hay tantas traducciones.

En la Declaración Universal de los Derechos Humanos dice que todas y todos tenemos derecho a:

- una vida digna.
- la libertad.
- un nombre y nacionalidad
- la igualdad.
- no ser maltratado.
- la información
- trabajar y recibir un salario digno.
- la salud.
- la educación.
- la cultura.
- la identidad cultural
- un medio ambiente sano.
- la paz.

## Instrucciones

Encuentra en la sopa de letras algunos de los derechos que tenemos.

- Paz
- Cultura
- Libertad
- Vida digna
- Información
- Salud
- Educación
- Trabajo
- Nacionalidad
- Nombre

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

# Valores de los derechos humanos

Los valores son lo que te rigen como persona que se notan en tus cualidades y actitudes de tu persona. De ellos depende que lleves una vida buena, alegre y en armonía tanto contigo mismo como con los demás, una en la que te puedas desarrollar plenamente.

Ya que sabes sobre la Declaración Universal de los Derechos Humanos, las Naciones Unidas plantearon como valores de los derechos humanos la libertad, la igualdad, la solidaridad, la dignidad y la paz.

## ¡Para pensar!

¿Qué es para ti la libertad?

---

¿Qué es para ti la igualdad?

---

¿Qué significa para ti la dignidad?

---

¿Qué es para ti la solidaridad?

---

¿Qué significa para ti la paz?

---

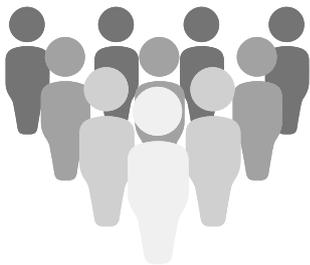
Aquí están las definiciones de los valores que te van a servir.

**Solidaridad:** Es el valor de tener la relación con los demás y tener mutua cooperación, ya que, muestra el interés de cada uno de nosotros y nosotras por el bien del otro. Es algo natural del ser humano, pues no podemos vivir en soledad, preferimos vivir acompañados, porque somos sociales por naturaleza.



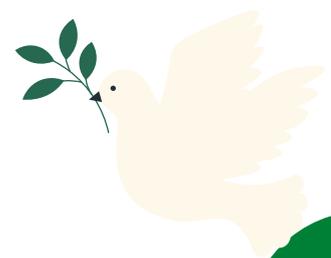
**Dignidad:** Es el derecho que tienen todo ser humano, simplemente por serlo, de ser respetado y valorado por como es, sin importar sus características ni condiciones.

**Libertad:** Es lo que nos permite tener la capacidad de elegir como actuar y como expresarse. Pero la libertad no es total porque vivimos en una sociedad y tenemos que respetar el derecho de las demás personas, para que podamos construir una sociedad más justa y humana.



**Igualdad:** Sin importar tus condiciones o características mereces lo mismo que los demás. Ser iguales no significa ser idéntico o que estemos en las mismas condiciones. Nadie es más o menos humano, ni nadie tiene menos derecho a vivir feliz que otro.

**Paz:** Es un estado de bienestar, estabilidad y tranquilidad que implica respeto y justicia. No es simplemente la ausencia de la guerra o el conflicto, es también buscar una solución mediante el dialogo.



## **Instrucciones**

Dibuja en cada cuadro un acto o comportamiento que represente dicho valor.

**Igualdad**

**Solidaridad**

**Dignidad**

**Libertad**

**Paz**

# La CNDH

La CNDH (Comisión Nacional de los Derechos Humanos) es una organización mexicana, creada en 1992 y se encarga de que tus derechos y el de todos los mexicanos sean protegidos. Esta organización está aprobada por la ONU.



# Derechos humanos de niñas, niños y adolescentes

¡Todos tenemos derechos desde que nacemos! La ley dice que los niños y niñas son aquellos seres humanos que tengan menos de 12 años de edad, y los adolescentes los que cuentan con 12 años y sean menores de 18.

Recuerda que tienes derecho a no ser discriminado, a ir a la escuela, a la protección de tu salud, a vivir una vida sin violencia, a expresarte libremente y que el lugar en donde vivas sea seguro y cuentes con lo necesario para tu bienestar.

## ¡Para refrescar!

De acuerdo a la ley, ¿qué edad máxima tiene un niño?

---

---

Escoge 3 derechos que sean los más importantes para ti.

---

---

## Instrucciones

Resuelve la siguiente sopa de letras encontrando las palabras de la lista.

- Bienestar
- Educación
- Seguridad
- Discriminación
- Salud
- Violencia

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

# Derechos humanos de las mujeres

¡Además de todos los derechos que ya hemos aprendido anteriormente, las mujeres tienen derechos especiales! La ley también cuida que estos derechos sean cumplidos especialmente para ellas.

La igualdad de género es muy importante, esto quiere decir que los hombres y las mujeres tengan el mismo trato y nadie sea menos.

¡Ahora es tiempo de aprender que otros derechos especiales tienen las mujeres!

Las mujeres deben de tener el mismo trato en el trabajo, por ejemplo: si un hombre y mujer hacen el mismo trabajo, los dos deben de recibir el mismo dinero como pago. Además, deben de poder participar en la política, como cuando votamos para elegir un nuevo presidente, las mujeres también tienen derecho a votar y por último, sus derechos reproductivos, ellas pueden decir si quieren o no tener hijos y si sí quieren tener hijos, ellas deben de ser las que elijan cuándo tenerlos.

## ¡Para refrescar!

Si Juan y María trabajan en una empresa haciendo el mismo trabajo, pero Juan gana más dinero que María, ¿es igualdad de género?

---

---

Todos le dicen a Karla que tenga un hijo, pero Karla no quiere tener hijos. ¿Karla debería de tener hijos? ¿Por qué?

---

---

---



## Instrucciones

Colorea a las siguientes mujeres ejerciendo sus derechos



# Derechos humanos de personas con discapacidad

Una persona con discapacidad son todas aquellas que tienen alguna dificultad para hablar, caminar, mirar, actuar, o bien, hacer una actividad como la mayoría lo hace.

Y como te hemos mostrado anteriormente, los derechos nos protegen a todos ¡No importa cómo seamos! Todos debemos ser protegidos por la ley. A pesar de que muchas personas con discapacidad tengan que estar bajo el cuidado de otra persona por el resto de su vida.

Muchas veces, las personas que tienen algún tipo de discapacidad, cuando quieren buscar un trabajo, no son contratadas y son rechazadas al pensar que no lograrán cumplir como los otros empleados. O muchos estudiantes son rechazados de escuelas por no contar las condiciones para tener alumnos con discapacidad.

Es por eso que las personas con discapacidad tienen derecho a un trato igualitario, digno y en caso de no cumplirse cuentan con el apoyo de la ley.

## ¡Para refrescar!

¿Una persona con discapacidad merece el mismo trato que otra persona que no tiene?

---

---

---

---

Juan usa silla de ruedas porque no puede caminar, pero ninguna escuela cuenta con rampas y espacio para que las personas en silla de ruedas puedan estudiar. ¿Qué debería hacer la escuela?

---

---

---

---

## **Instrucciones**

Dibuja a una persona que cuente con alguna discapacidad y explica cómo podrías ayudarle:

---

---

---

---

# Derechos humanos de las personas adultas mayores

Cuando los adultos pasan de los 60 años se les consideran adultos mayores, eso quiere decir que sus derechos cambian un poco a los que tenían antes. Por ejemplo, tienen derecho a que su familia les proteja y les cuide, como cuando estén enfermos o se sientan cansados, para que se sientan cómodos en todo momento.

Hay derechos que no cambian aunque tengan más años, como su derecho a tener una casa con agua, luz y con vestimenta y comida para ellos, a poder trabajar en lo que ellos quieran, derecho a practicar deporte o arte, ¡incluso derecho a estudiar! También tienen derecho a votar cada que haya elecciones en el país, para elegir al nuevo presidente y gobernantes.



## ¡Para refrescar!

¿Conoces a alguna persona que sea adulta/o mayor? Puede ser alguno de tus abuelos, tíos, vecinos, maestros. Si es así, cuéntanos, ¿cuáles son las cosas que les gusta más hacer? Por ejemplo, ver la televisión, ir a bailar, jugar fútbol, ir a la playa.

---

---

---

---

Ya que conociste los derechos de los adultos mayores, ¿cuál otro derecho agregarías tú para ellos?

---

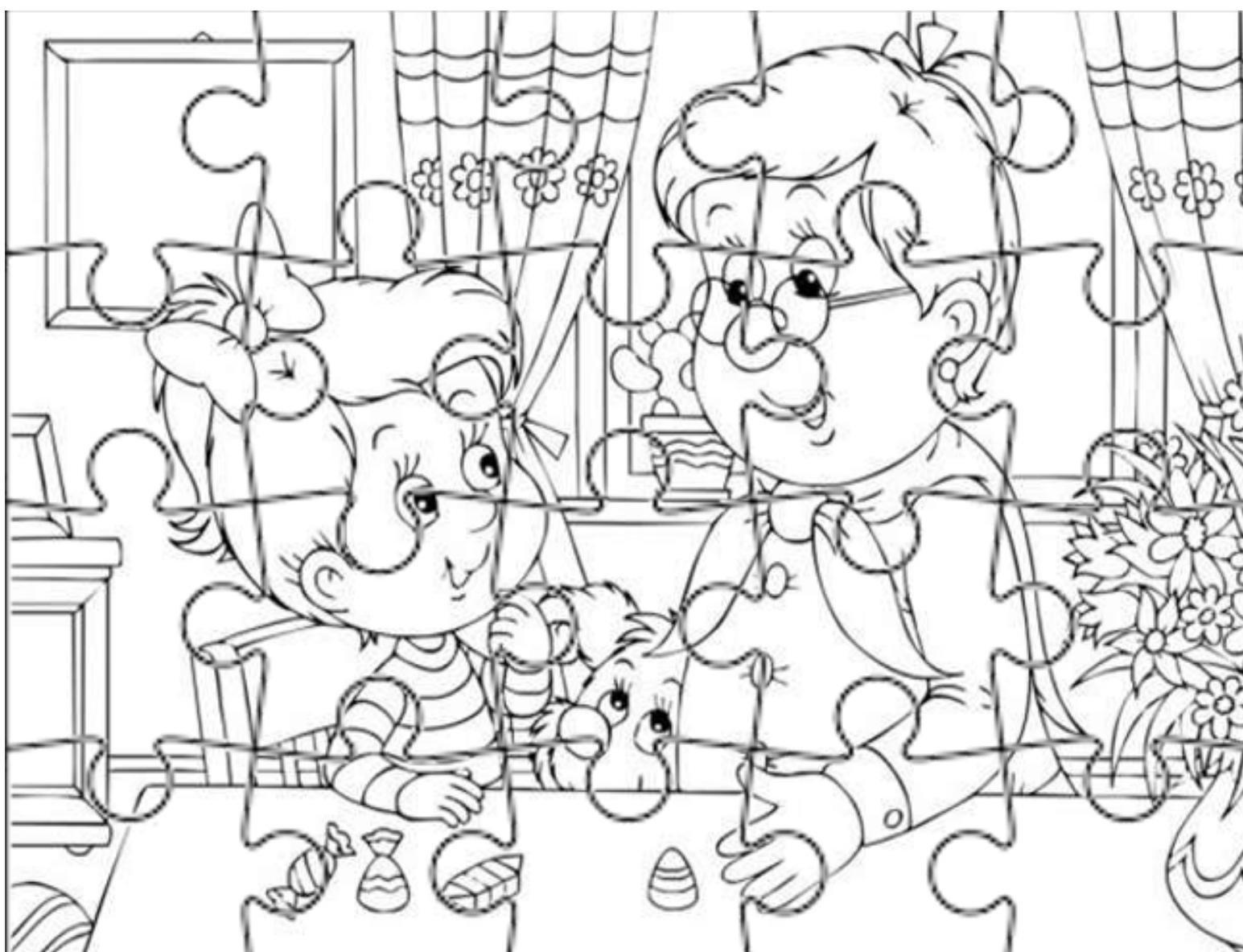
---

---

---

## Instrucciones

Primero, colorea el dibujo siguiente. Después, pide ayuda a un adulto para que puedas recortar el rompecabezas con cuidado.



# Derechos humanos de los pueblos originarios

Los pueblos originarios en nuestro país son muy importantes, ya que los grupos indígenas fueron los primeros en poblar nuestro país y actualmente son una gran parte de la población mexicana, lo que significa que cuentan con derechos humanos. Uno de los más importantes es que tienen derecho a seguir hablando en lenguas indígenas, sin tener que aprender español, para eso también tienen derecho a tener un traductor cuando lo necesiten, ya que la mayoría sólo utilizan lenguas indígenas durante toda su vida.

Los pueblos indígenas tienen celebraciones diferentes al resto del país, y es su derecho celebrarlas de acuerdo a sus tradiciones, sin ser discriminados por ello ni por su vestimenta, lenguaje u origen, cuentan con el derecho a la libertad.



## ¡Para refrescar!

¿Sabes de alguna palabra que provenga de algún idioma indígena?

---

---

---

---

¿Conoces el nombre de alguna comunidad indígena? Si necesitas ayuda, puedes preguntarle a un adulto.

---

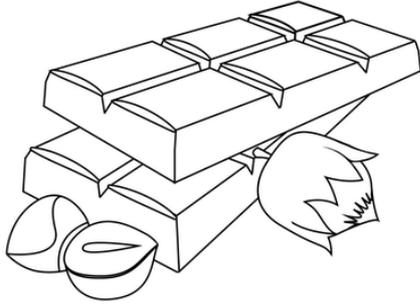
---

---

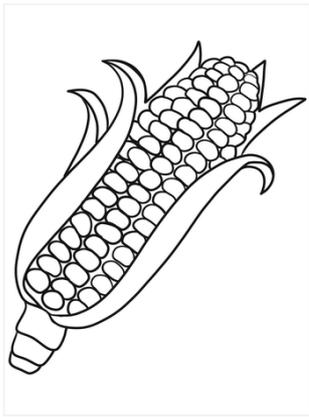
---

## Instrucciones

Une el dibujo con la palabra que sea su significado en lengua náhuatl y después coloréalo.



Elotl



Comalli



Papalotl



Chocolatl

# Derechos, responsabilidades y deberes de niñas, niños y adolescentes

Ahora que ya conoces los derechos que tienes, también es importante conocer las responsabilidades que tenemos que cumplir. Uno de los más importantes es respetar a las personas que nos cuidan y que están a nuestro alrededor, así como a los demás niños, niñas y adolescentes que conocemos. También debemos cuidar a la naturaleza, como a los animales y a las plantas y flores que nos rodean. Y no olvidemos lo más importante, ¡nosotros mismos! Es nuestro deber cuidar de nosotros mismos, nuestro cuerpo y sentimientos son importantes.

## ¡Para refrescar!

Escribe un derecho que conozcas y una responsabilidad que tenga que ver con ese derecho, por ejemplo: tengo derecho a estudiar, mi deber es sacar buenas calificaciones.

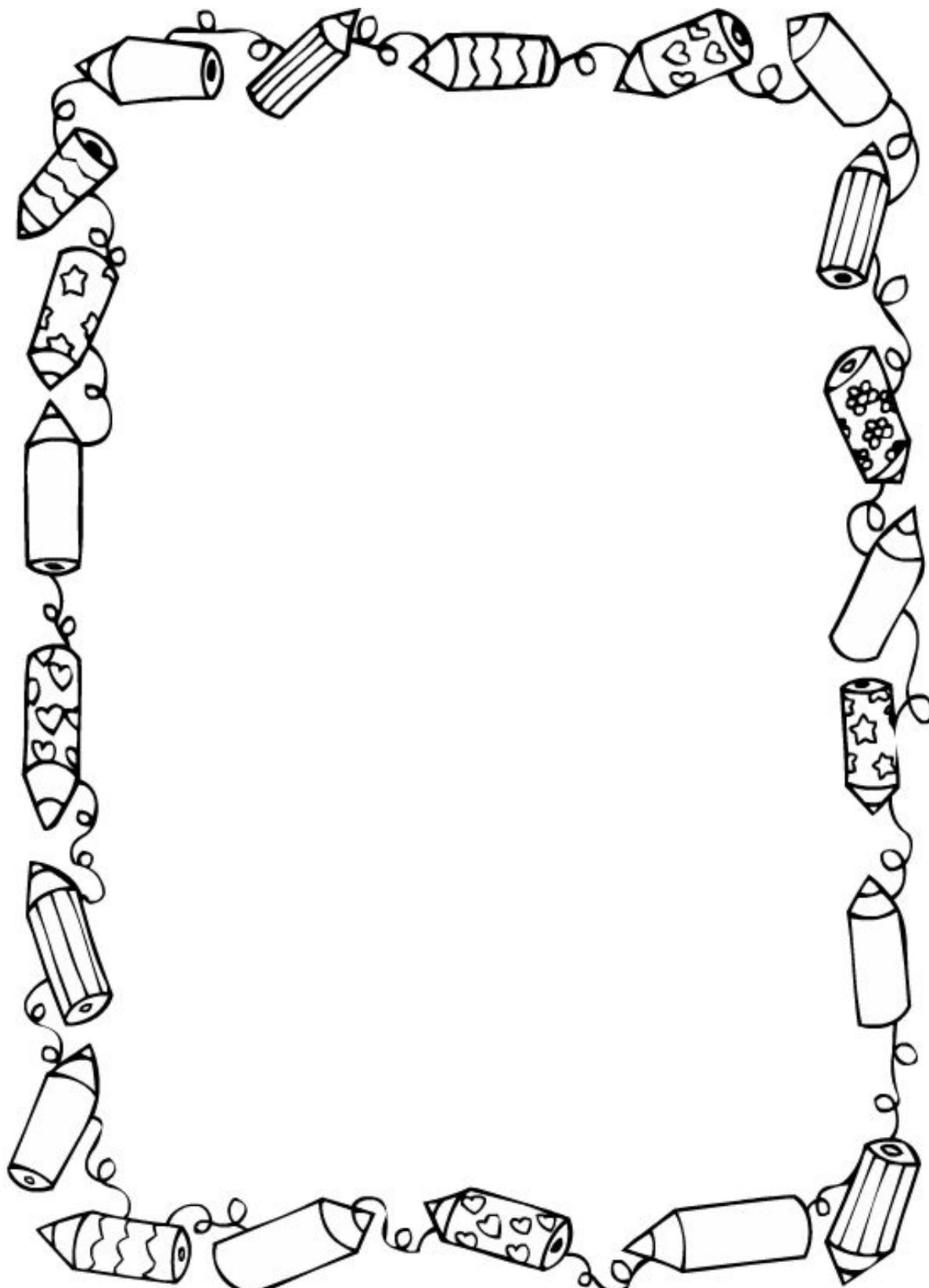
---

---

---

## Instrucciones

Haz un dibujo de ti mismo cumpliendo un deber.



# Bibliografía

Caballero, V., 2018. *Manual para niñas y niños que quieren aprender derechos humanos*. Recuperado el 12 de diciembre del 2022 en: [https://www.codhey.org/sites/all/documentos/Ninios/Doctos/ManualNNDH.pdf?fbclid=IwAR2Xw3YugWOiUaJ6YnjytjUQpxE-TAZz4OvKvNhm3uh7vT69E9\\_REcul9MI](https://www.codhey.org/sites/all/documentos/Ninios/Doctos/ManualNNDH.pdf?fbclid=IwAR2Xw3YugWOiUaJ6YnjytjUQpxE-TAZz4OvKvNhm3uh7vT69E9_REcul9MI)

Comisión Nacional de los Derechos Humanos Mexicanos (CNDH), 2020. *Derechos de las personas adultas mayores*. Recuperado el 12 de diciembre del 2022 en: <https://www.cndh.org.mx/derechos-humanos/derecho-de-las-personas-adultas-mayores>

Comisión Nacional de los Derechos Humanos Mexicanos (CNDH), 2018. *Derechos de los pueblos y comunidades indígenas*. Recuperado el 12 de diciembre del 2022 en: <https://www.cndh.org.mx/derechos-humanos/derechos-de-los-pueblos-y-comunidades-indigenas>

Comisión Nacional de los Derechos Humanos Mexicanos (CNDH), 2018. *Derechos humanos de las niñas y niños*. Recuperado el 12 de diciembre del 2022 en: [https://www.cndh.org.mx/ni%C3%B1as-ni%C3%B1os/derechos-humanos-de-ninas-y-ninos?fbclid=IwAR1Z51IDdTkbON5HqezO7jzy6LO8-PTjF2poTfTwC\\_QOg5p3kvo6QW7PkG8](https://www.cndh.org.mx/ni%C3%B1as-ni%C3%B1os/derechos-humanos-de-ninas-y-ninos?fbclid=IwAR1Z51IDdTkbON5HqezO7jzy6LO8-PTjF2poTfTwC_QOg5p3kvo6QW7PkG8)

Comisión Nacional de los Derechos Humanos Mexicanos (CNDH), 2014. *¿Qué son los derechos humanos?* Recuperado el 12 de diciembre del 2022 en: [https://www.cndh.org.mx/derechos-humanos/que-son-los-derechos-humanos?fbclid=IwAR2ZYIZM1OfIHKM\\_ewrc-jTVlyxAszceXyk5T2l4mcYuAnZSUHCXtoLVPSA](https://www.cndh.org.mx/derechos-humanos/que-son-los-derechos-humanos?fbclid=IwAR2ZYIZM1OfIHKM_ewrc-jTVlyxAszceXyk5T2l4mcYuAnZSUHCXtoLVPSA)

Comisión Nacional de los Derechos Humanos Mexicanos (CNDH), 2014. *Los principales derechos de las personas con discapacidad.* Recuperado el 12 de diciembre del 2022 en: [https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/cartillas/2015-2016/33-dh-princi-discapacidad.pdf?fbclid=IwAR0l1NWouKhsY7EB3ZEP\\_hfjxDFYGtg6litMptbT7z6J77NXPIjWAYIKUhw](https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/cartillas/2015-2016/33-dh-princi-discapacidad.pdf?fbclid=IwAR0l1NWouKhsY7EB3ZEP_hfjxDFYGtg6litMptbT7z6J77NXPIjWAYIKUhw)

García, M., 2019. *La libertad.* Recuperado el 12 de diciembre del 2022 en: [https://www.redalyc.org/journal/3759/375967492001/html/?fbclid=IwAR0oUsQybpTvnAi\\_Y6lvkf-Bg5q8TAvxrMuaTVR53IC-XzpFrdWyvn7C6eE](https://www.redalyc.org/journal/3759/375967492001/html/?fbclid=IwAR0oUsQybpTvnAi_Y6lvkf-Bg5q8TAvxrMuaTVR53IC-XzpFrdWyvn7C6eE)

Gobierno de la Ciudad de México, 2020. *Derechos humanos de las mujeres y niñas.* Recuperado el 12 de diciembre del 2022 en: <https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/conoce-tus-derechos?fbclid=IwAR0vWk-X1VgNLXdJFPMkrW4vYFPyW5JcjcmezExuJFDJlj1aGbz7Tn5OFbA#:~:text=Derecho%20a%20no%20ser%20discriminado,salud%20y%20a%20la%20seguridad%20social>

Gobierno de México, 2016. *Ley de los derechos de las personas adultas mayores*. Recuperado el 12 de diciembre del 2022 en: <https://www.gob.mx/inapam/documentos/ley-de-los-derechos-de-las-personas-adultas-mayores>

Gobierno de México, DIF Tabasco, 2014. *Derechos y deberes de niñas, niños y adolescentes*. Recuperado el 12 de diciembre del 2022 en: <http://dif.tabasco.gob.mx/sipinna/derechos-y-deberes-de-ninas-ninos-y-adolescentes>

Lamm, E., 2017. *La dignidad humana*. Recuperado el 12 de diciembre del 2022 en: [https://salud.gob.ar/dels/entradas/la-dignidad-humana?fbclid=IwAR2qcZXAY3yPp\\_zTFFHk8AH6GF3UY4WeWWqWnwT732foV2eKtjel-uv3sNI](https://salud.gob.ar/dels/entradas/la-dignidad-humana?fbclid=IwAR2qcZXAY3yPp_zTFFHk8AH6GF3UY4WeWWqWnwT732foV2eKtjel-uv3sNI)

Naciones Unidas, 2014. *La declaración universal de derechos humanos*. Recuperado el 12 de diciembre del 2022 en: <https://www.un.org/es/about-us/universal-declaration-of-human-rights?fbclid=IwAR08mGZ5CXQ8eYaRPKVJFWWhYAJKcuvvJWAI-oBsFnlv61HSqKayl-ABueYZc>

Oficina de las Naciones Unidas Contra la Droga y el Delito, 2019. *Ética y valores universales*. Recuperado el 12 de diciembre del 2022 en: [https://www.unodc.org/documents/e4j/IntegrityEthics/MODULE\\_2\\_-\\_Ethics\\_and\\_Universal\\_Values\\_-\\_Spanish.pdf?fbclid=IwAR3bYjnK1nfy7XWW5QULW2ieHcJacVZhjSYIEDH0ACzHme9VPIHB1vkKp40](https://www.unodc.org/documents/e4j/IntegrityEthics/MODULE_2_-_Ethics_and_Universal_Values_-_Spanish.pdf?fbclid=IwAR3bYjnK1nfy7XWW5QULW2ieHcJacVZhjSYIEDH0ACzHme9VPIHB1vkKp40)

Rokseth, T., 2016. *Definir y enseñar la paz*. Recuperado el 12 de diciembre del 2022 en: [https://es.unesco.org/courier/2018-1/definir-y-ensenar-paz?fbclid=IwAR0oUsQybpTvnAi\\_Y6lvkf-Bg5q8TAvxrMuaTVR53IC-XzpFrdWyvn7C6eE](https://es.unesco.org/courier/2018-1/definir-y-ensenar-paz?fbclid=IwAR0oUsQybpTvnAi_Y6lvkf-Bg5q8TAvxrMuaTVR53IC-XzpFrdWyvn7C6eE)

Soberanes, J., 2010. *Igualdad, discriminación y tolerancia en México*. Recuperado el 12 de diciembre del 2022 en: <https://www.redalyc.org/pdf/885/88520288009.pdf?fbclid=IwAR0-CFCmVZh6VISIjDHztZKcSByYI5F8sTvlyQGhEx9v0jWFoLvFxlDy868>



FACULTAD DE  
**HUMANIDADES  
Y CIENCIAS SOCIALES**  
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA