

# GUÍA

de Derechos y Protección en contextos de movilidad:

## Salud

UNFPA

UNHCR ACNUR
La Agencia de la ONU para los Refugiados

Save the Children

Médecins du Monde

# GUÍA

de Derechos y Protección en contextos de movilidad:

**Salud**

Aunque estés lejos de tu lugar de origen, tus derechos viajan contigo y no tienen fronteras. En México, las leyes nos protegen y estamos aquí para recordarte que tu dignidad es innegociable.

Aquí encontrarás información para reconocer estos derechos, identificar posibles barreras y saber dónde solicitar atención u orientación.

**Las rutas y servicios disponibles pueden variar según la entidad donde te encuentres.**



## TU DIGNIDAD NO TIENE FRONTERAS

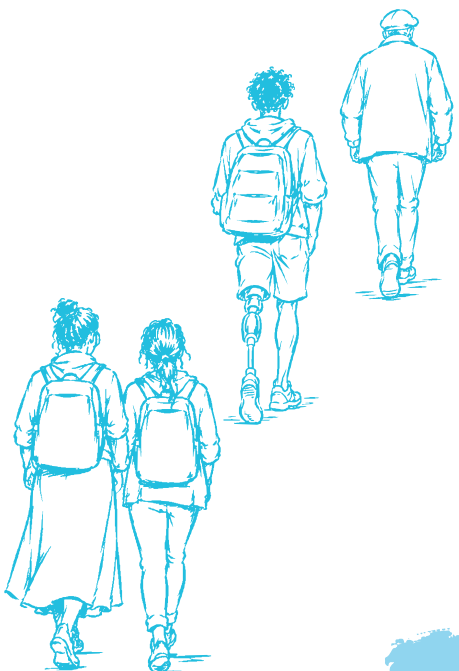
**En México, la Constitución (en sus Artículos 1 y 4) establece que todas las personas gozamos de los mismos derechos.** No importa de dónde vengas o a dónde vayas, qué idioma hables o cuál sea tu situación ante las autoridades migratorias: **tenemos derecho a ser tratadas con respeto y a vivir con bienestar.**

## ¿Sabías que...?

**El Artículo 11 de la Constitución** protege tu derecho a buscar asilo o el reconocimiento de la condición de refugiado. En México, la igualdad es ley y las autoridades deben garantizarnos una vida digna en todo momento, aunque la solicitud para el reconocimiento de la condición de refugiado aún no haya iniciado formalmente.



Para que se respete nuestra igualdad, **la ley prohíbe cualquier tipo de discriminación basada en:**



- Origen étnico, nacional o lugar de procedencia.
- Sexo o identidad de género.
- Color de piel, rasgos físicos, cultura o religión.
- Edad.
- Si vivimos con alguna discapacidad.
- Preferencia sobre quienes amamos o nos relacionamos.
- Situación económica, social o familiar.
- Situación migratoria, la falta de documentos o la etapa en la que se encuentre tu solicitud de protección.
- Cualquier otro motivo.



# Tu Derecho a tener una SALUD INTEGRAL

Tenemos el derecho a la protección de la salud; **esto incluye el bienestar físico y mental,** la mejora de la calidad de vida y el acceso a servicios de salud y de asistencia social, siendo una prestación gratuita cuando no contamos con seguridad social.

**En México existen servicios de salud públicos para personas con o sin seguridad social:**

| Servicios públicos para personas con seguridad social | Servicios públicos para personas sin seguridad social |
|---|---|
| **IMSS:** atiende a las personas registradas con empleo formal y a sus familias. | **IMSS Bienestar:** brinda atención en unidades médicas y hospitales públicos para quienes no cuentan con seguro social. |
| **ISSSTE:** atiende a personas que son trabajadoras del Estado. | **Atención médica ofrecida por entidades federativas:** en algunos estados de México, el servicio de salud, lo ofrecen los gobiernos estatales. |



**IMPORTANTE:**
En toda atención médica, independientemente de ser pública o privada, el personal debe tratarte con respeto, dignidad y profesionalismo. Si consideras que te negaron o rechazaron la atención médica en alguna instancia de salud pública, puedes considerar lo siguiente:

1. Solicitar el motivo de la negativa y el nombre y cargo de quien lo comunica
2. Pedir apoyo al área de Trabajo Social o el área Directiva de la Unidad
3. Solicitar una referencia si es que el servicio no está disponible
4. En caso de necesitar apoyo adicional puedes acudir a la Comisión de Derechos Humanos

# TU DERECHO a la Salud Sexual y Reproductiva

## ¿Sabías que...?

Tenemos derecho a la plena autonomía corporal. Esto significa que solo tú tienes el poder de decidir sobre tu cuerpo, el uso de anticonceptivos, si quieres o no planear una familia y cómo cuidar tu salud. Las normas oficiales **(NOM-005 y NOM-004)** prohíben que alguien más decida por ti.

## Nuestros derechos en cualquier consulta médica:



**Decisión Libre:** Nadie puede imponerte un método anticonceptivo, tienes derecho a decidir el uso de ellos y el tipo que más se adapte a tu situación. Puedes hacer preguntas, solicitar tiempo para decidir y aceptar o rechazar un método o procedimiento. Es tu cuerpo, es tu decisión.



**Atención Obstétrica Humanizada (NOM-007):** Si estás embarazada, tienes derecho a acceso de control prenatal, postnatal y del embarazo; además de a recibir información clara, participar en las decisiones y que se respeten tus preferencias y prácticas culturales siempre que sean clínicamente seguras.



**Atención para Todas:** Si perteneces a un pueblo indígena, afrodescendiente o no hablas español, tienes derecho a una atención que respete tu cosmovisión y a recibir información clara y en tu idioma. Si vives con una discapacidad, la información, la comunicación y los espacios deben ser accesibles.



**Protección a Adolescentes (Nom-047):** Si viajas sola o acompañada, tienes derecho a una “escucha en privado” con el personal médico para hablar libremente de tu cuerpo, sexualidad, salud mental o riesgos, sin que tu familia o personas cuidadoras estén presentes durante esa conversación.

**IMPORTANTE:** Según el **Art. 6 de la Ley de Migración,** todas las personas tenemos garantizados todos los derechos reconocidos en la Constitución, sin que estos dependan de su situación migratoria, o del avance de cualquier procedimiento ante instancias de gobierno como por ej., la Comisión de Ayuda a Refugiados (COMAR) o la Secretaría de Relaciones Exteriores (SRE). Específicamente, conforme el **Art. 8 las personas en movilidad tienen derechos a recibir cualquier tipo de atención médica independientemente de su situación migratoria.**

**¡La salud es un derecho, no un privilegio!**

# Estas son las Normas Oficiales Mexicanas (NOM) que te protegen

*Las Normas Oficiales Mexicanas (NOM) establecen reglas que deben cumplir productos, procesos, servicios o instalaciones en el país. Las NOM no son lo mismo que las leyes, pero ambas son obligatorias. Recuerda que estas Normas protegen tus derechos, llévalas contigo:*

| | |
|---|---|
| **NOM-004**<br>https://unf.pa/4yiphZk | Establece los criterios obligatorios para la integración, uso, manejo, archivo, conservación y confidencialidad del expediente clínico. Define al expediente como el conjunto de datos de salud del paciente y garantiza su titularidad, privacidad y el acceso a un resumen clínico cuando sea solicitado. |
| **NOM-005**<br>https://unf.pa/4zv8LWZ | Describe los criterios para la prestación de los servicios de planificación familiar. Establece los lineamientos para la consejería, selección y prescripción de métodos anticonceptivos, garantizando el derecho a decidir de manera libre, informada y segura sobre la salud reproductiva. |
| **NOM-007**<br>https://unf.pa/4B0IgtY | Describe cómo deben ser atendidas las mujeres y personas gestantes que están embarazadas durante su proceso de gestación, la atención en el parto y el postparto, así como para la persona recién nacida. Establece lineamientos que priorizan el respeto, la dignidad y la seguridad. |
| **NOM-046**<br>https://unf.pa/4eaTN03 | Describe las formas de prevención, detección y atención de la violencia sexual y contra las mujeres en el sector de salud. Aquí se establece la violencia sexual como urgencia médica y el acceso a la interrupción voluntaria del embarazo por razón de violación. |
| **NOM-047**<br>https://unf.pa/4hJkUBD | Describe sobre los criterios de atención integral a la salud a personas de 10 a 19 años. Principalmente establece el derecho a tener privacidad y confidencialidad en su atención si así lo desea, así como elegir si desean ser acompañadas, o no, durante la atención médica. |
| **NOM-020**<br>https://unf.pa/4dyDgTr | Describe las características que garantizan servicios dignos, seguros y con pertinencia cultural, priorizando la reducción de la mortalidad materna mediante un enfoque centrado en la persona. Detalla los insumos médicos esenciales y los mecanismos de supervisión para asegurar que el proceso reproductivo sea una experiencia positiva y libre de violencia. |

# Directorio de Emergencia y Protección

Todos los teléfonos son gratuitos desde un número mexicano.

| Institución y contacto | ¿Para qué sirve? |
|---|---|
| **Emergencias** **911** | Auxilio inmediato en peligro o urgencia médica |
| **Línea de las Mujeres** **079** | Atención a mujeres en situación de violencia |
| **Red Nacional de Refugios** **800 822 4460** | Centros de atención y refugios seguros para mujeres en situación de violencia |
| **Consejo Ciudadano** **55 5533 5533** | Apoyo emocional y denuncia de violencia<br>Atención por llamada o WhatsApp |
| **Policía Cibernética** **088** | Denuncia y atención por violencia digital |
| **Comisión Nacional de Derechos Humanos CNDH** **800 715 2000** | Quejas contra autoridades de salud o migración |

**Todos estos servicios son gratuitos.**
**Si alguien te pide dinero, es un delito.**







| Institución y directorio | ¿Para qué sirve? |
|---|---|
| **Centros especializados de atención a la Violencia**<br>https://unf.pa/4s1aUXK | Centros de salud especializados de Atención a la Violencia Basada en Género y Violencia Sexual.<br>Brindan atención psicológica, atención médica, planes de seguridad y orientación. |
| **Directorio de Centros de Justicia para las Mujeres**<br>https://unf.pa/4s0mvXl | Asistencia para mujeres e hijos e hijas de sobrevivientes de Violencia Basada en Género.<br>Brindan servicios integrales médicos, psicológicos y jurídicos. |
| **Directorio de Servicios Amigables para Juventudes**<br>https://unf.pa/4yS0UmE | Servicios de Salud Sexual y Reproductiva para personas de 10 a 19 años.<br>Brindan información, orientación, consejería, atención médica, psicológica y métodos anticonceptivos de forma confidencial. |
| **Directorio de servicios esenciales para la Interrupción Legal del Embarazo**<br>https://unf.pa/4hHDutU | Centros de salud que practican la Interrupción Legal del Embarazo.<br>Brindan atención a mujeres, niñas, adolescentes y personas con capacidad de gestar. |
| **Directorio de servicios esenciales para la atención al VIH e ITS**<br>https://unf.pa/4rYKHcu<br>https://unf.pa/3Un8A0Y | Centros de salud para prevención y atención de personas con VIH e infecciones de transmisión sexual.<br>Brindan atención médica, psicológica, pruebas de ITS, pruebas de VIH y tratamientos. |
| **Directorio de servicios esenciales para la atención a la salud mental y adicciones**<br>https://unf.pa/3UpH4jo<br>**800-911-2000** | Brindan atención para asuntos de salud mental, consumo y adicción a sustancias psicoactivas. |
| **Mapas de servicios**<br>https://unf.pa/4yjBFIJ | Mapas de servicios esenciales para personas en movilidad. |

# Notas:

# Notas:

# Notas:

Recuerda que cuentas con el acompañamiento de las organizaciones. No permitas que el temor a los trámites o la falta de documentos te detengan. Tu voz cuenta y tu vida es valiosa.

**¡Nosotras caminamos contigo!**

UNFPA

Más información:
Correo electrónico:
unfpa.mexico@unfpa.org
mexico.unfpa.org

UNHCR ACNUR
La Agencia de la ONU para los Refugiados

Teléfono de atención:
800 226 8769 o
800 283 2718

WhatsApp de atención:
+52 55 7005 5950 y
+52 55 2535 2950

Correo electrónico:
mexmeatencion@unhcr.org

Médecins du Monde

Atención de lunes a viernes de
8:00 am a 5:00 pm

Teléfono en Tapachula:
962 243 4198

Teléfono de atención a la Violencia Basada en Género:
962 269 8798

Save the Children

Teléfono y WhatsApp
de atención:
916 187 02 21

Correo electrónico:
proteccion.mx@savethechildren.org