

# El respeto a los derechos humanos de las **personas adultas mayores**



# El respeto a los derechos humanos de las **personas adultas mayores**



TVG

*El respeto a los derechos humanos  
de las personas adultas mayores*

Primera edición: diciembre, 2023

ISBN: 978-607-729-617-1

**D. R. © Comisión Nacional  
de los Derechos Humanos**

Periférico Sur 3469,  
esquina Luis Cabrera,  
col. San Jerónimo Lídice,  
demarcación territorial  
La Magdalena Contreras,  
C.P. 10200, Ciudad de México.

Dirección editorial: Benjamín Alejandro García González

Subdirección de diseño: Lili Elizabeth Montealegre Díaz

Diseño de forros: Karen Melissa Sánchez Espinosa

Formación: Jessica Quiterio Padilla

Corrección de estilo y cuidado de la edición:

Iván López Alemán

Jefe de departamento de formación y diseño de

publicaciones: Carlos Santiago Amézquita Villamizar

Impreso en México

*El respeto a los derechos humanos de las personas  
adultas mayores*, editado por la Comisión Nacional de  
los Derechos Humanos, se terminó de imprimir en  
diciembre de 2023 en los talleres de CORPORACIÓN  
MEXICANA DE IMPRESIÓN (COMISA), General Victoriano  
Zepeda núm. 22, colonia Observatorio, demarcación  
territorial Miguel Hidalgo, C.P. 11860, Ciudad de México.  
El cuidado de la edición estuvo a cargo de la Dirección  
Editorial de esta Comisión Nacional. El tiraje consta de  
2 000 ejemplares.

Este material fue elaborado con papel certificado  
por la Sociedad para la Promoción del Manejo  
Forestal Sostenible, A.C. (Certificación FSC México).

PUBLICACIÓN GRATUITA  
PROHIBIDA SU VENTA

## El respeto a los derechos humanos de las personas adultas mayores

---

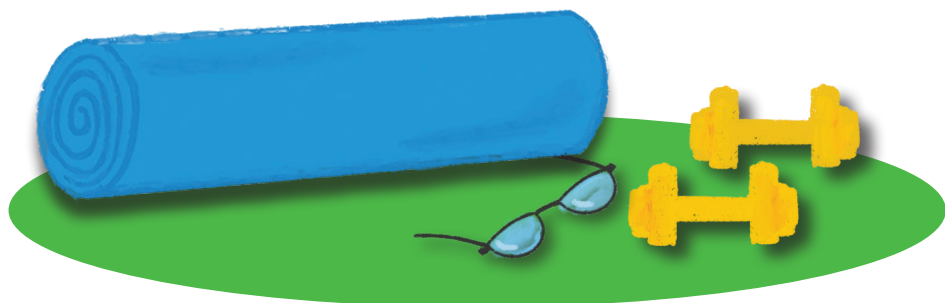
**D**esde hace bastantes años, se ha extendido la idea de que envejecer es malo. En sociedades como la nuestra, donde el ritmo de vida acelerado de las ciudades y el modelo económico marcan la pauta de lo que está bien, la vejez se considera un periodo de carencias, deterioro, enfermedad y vulnerabilidades. Todo esto ha reforzado el falso estereotipo de que una persona adulta mayor es una carga para sus familiares, pues se asume que no puede valerse por sí misma ni tomar sus propias decisiones.



Prejuicios como éstos ocasionan que las personas adultas mayores sufran discriminación por su edad. Se les discrimina cuando son excluidas de un trabajo o ignoradas en la toma de decisiones en su familia o su comunidad, y, peor aún, es muy frecuente que padezcan maltrato físico y abandono.

Se les niega así un trato igualitario, debido a que la sociedad les asigna características que considera negativas. Como consecuencia, este grupo de la población enfrenta grandes dificultades para disfrutar y ejercer sus derechos y libertades fundamentales. Pero la vejez no es en sí misma mala o negativa; más bien, el contexto social es el que coloca a una persona adulta mayor en una situación de vulnerabilidad. Por eso, la discriminación (por edad o por el motivo que sea) ¡es un delito!

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS), las personas adultas mayores son



aquellas que tienen 60 años o más, ya que esa edad es la expectativa de vida promedio en el mundo. La Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores, vigente para la República mexicana, establece que el Estado mexicano debe garantizar las mejores condiciones de salud, educación, nutrición, vivienda, desarrollo integral y seguridad social, entre otras. Por eso, si tienes 60 años o más, en nuestro país tienes derecho a:

- ◆ la igualdad y no discriminación por razones de edad
- ◆ la vida y la dignidad en la vejez
- ◆ la independencia y la autonomía
- ◆ la participación e integración comunitaria
- ◆ la seguridad
- ◆ una vida sin ningún tipo de violencia
- ◆ no padecer tortura ni penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes
- ◆ brindar consentimiento libre e informado en el ámbito de la salud
- ◆ recibir servicios de cuidado a largo plazo
- ◆ la libertad personal
- ◆ la libertad de expresión y de opinión
- ◆ el acceso a la información
- ◆ la nacionalidad
- ◆ la libertad de circulación
- ◆ la privacidad y la intimidad
- ◆ la seguridad social
- ◆ un trabajo digno
- ◆ la salud
- ◆ la educación
- ◆ la cultura
- ◆ la recreación, el esparcimiento y el deporte

- ◆ la propiedad
- ◆ la vivienda
- ◆ un medio ambiente sano
- ◆ la accesibilidad y la movilidad personal
- ◆ derechos políticos
- ◆ la libre reunión y asociación
- ◆ igual reconocimiento como persona ante la ley
- ◆ el acceso a la justicia

Según la Encuesta Nacional de Discriminación (ENADIS, 2022), 30.5% de las personas adultas mayores de nuestro país cree que sus derechos se respetan «poco», en tanto que 29.5% dice que «algo». La encuesta también señala que las principales dificultades a las que se enfrentan estas personas son recibir una pensión insuficiente (o no recibir pensión alguna), falta de oportunidades laborales, maltrato y abandono, dependencia económica, poco acceso a servicios de salud y despojo o robo de sus bienes.

El 13 de diciembre de 2022, nuestro país ratificó un documento muy importante: la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores, que representa un gran avance para el reconocimiento, la protección, el pleno goce y ejercicio de los derechos humanos y las libertades fundamentales de más de 18 millones de personas adultas mayores que viven en México (INAPAM, junio 2023).

La Convención promueve el envejecimiento activo y saludable, uno en el que exista bienestar físico, mental y social, para poder participar en actividades sociales, económicas, culturales, espirituales y cívicas, con protección, seguridad y atención.

La meta es ampliar la esperanza de vida saludable y la calidad de vida de todas y cada una de las personas en la vejez, para que ésta deje de entenderse como algo negativo y comience a pensarse como lo que es: una etapa en la vida de las personas que debe experimentarse a plenitud.





# OFICINAS REGIONALES

Contamos con 16 sedes regionales  
en la república mexicana y una sede principal  
en las siguientes entidades federativas:

## **TIJUANA, BAJA CALIFORNIA**

Calle Misión de San Javier Núm. 10610,  
Zona Urbana Río Tijuana, C.P. 22010,  
Tijuana, Baja California.  
Tels. 664 633 3400 y 664 634 3622  
Número gratuito: 800 027 5151

## **LA PAZ, BAJA CALIFORNIA SUR**

Calle Mutualismo Núm. 460,  
entre Bravo y Rosales, Col. Centro,  
C.P. 23000, La Paz, Baja California Sur.  
Tels. 612 123 6398,  
612 129 4437 y 612 129 4438  
Número gratuito: 800 838 4377

## **HERMOSILLO, SONORA**

Av. Oaxaca Núm. 150, esquina Plaza  
Centenario y Edificio San Enrique,  
Col. Centro, C.P. 83000,  
Hermosillo, Sonora.  
Tel. 631 311 0006  
Número gratuito: 800 672 5935

## **TORREÓN, COAHUILA**

Av. Juárez s/n, interior 104 Planta Baja,  
Palacio Federal, Col. Centro,  
C.P. 27000, Torreón, Coahuila.  
Tel. 871 222 5636  
Número gratuito: 800 838 4410

## **REYNOSA, TAMAULIPAS**

Calle Ignacio Zaragoza Núm. 265,  
Local 1 esquina Mariano Escobedo,  
Zona Centro, C.P. 88500,  
Reynosa, Tamaulipas.  
Tels. 899 188 0040, 899 922 4263,  
899 922 4264, 899 922 4266  
Número gratuito: 800 508 2999

## **AGUASCALIENTES, AGUASCALIENTES**

Calle Francisco I. Madero Núm. 447,  
Zona Centro, C.P. 20000,  
Aguascalientes, Aguascalientes.  
Tel. 449 910 0080  
Número gratuito: 800 822 4737

## **VERACRUZ, VERACRUZ**

Av. Víctimas del 5 y 6 de Julio  
Núm. 1045, Col. Ignacio Zaragoza,  
C.P. 91910, Veracruz, Veracruz.  
Tels. y fax: 229 924 9208, 229 937 1490,  
229 980 6727 y 229 980 6225  
Número gratuito: 800 561 8509

## **MORELIA, MICHOACÁN**

Avenida del Estudiante Núm. 102,  
Col. Matamoros, C.P. 58240,  
Morelia, Michoacán.  
Tels. 443 147 8280 y 443 340 1045,  
Número gratuito: 800 849 5054

**ACAPULCO, GUERRERO**

Calle Cristóbal Colón Núm. 12,  
Fracc. Costa Azul, C.P. 39850,  
Acapulco de Juárez, Guerrero.  
Tels. 744 435 0400, 744 481 0719,  
744 481 2264, 744 481 0675,  
744 481 2447 y 744 481 2454  
Número gratuito: 800 838 4595

**OAXACA DE JUÁREZ, OAXACA**

Calle Fuerza Aérea Mexicana  
Núm. 804, Col. Reforma (antes  
calle Naranjos) Oaxaca de Juárez,  
Oaxaca, C.P. 68050.  
Tels. y fax: 951 454 1621  
Número gratuito: 800 838 4080

**SAN CRISTÓBAL DE LAS CASAS, CHIAPAS**

Calle Josefa Ortiz de Domínguez  
Núm. 28, Barrio Santa Lucía, C.P. 29250,  
San Cristóbal de las Casas, Chiapas.  
Tels. 967 678 1881 y 967 678 6530  
Número gratuito: 800 523 7185

**TAPACHULA, CHIAPAS**

Calle 15 Oriente Núm. 20,  
entre 3 y 5 Norte, Col. Centro,  
C.P. 30700, Tapachula de Córdova  
y Ordóñez, Chiapas.  
Tel. 962 620 1466, Fax: 962 626 6889  
Número gratuito: 800 523 7185

**CD. JUÁREZ, CHIHUAHUA**

Av. de la Raza Núm. 5784 entre Av. del  
Charro y C. Lago de Pátzcuaro,  
Col. Minerva, C.P. 32370,  
Cd. Juárez, Chih.  
Tels. 656 227 7150, 656 639 0941  
y 656 639 0942  
Número gratuito: 800 670 1640

**SAN LUIS POTOSÍ, SAN LUIS POTOSÍ**

Valentín Gama Núm. 1029,  
Col. Jardín, C.P. 78270,  
San Luis Potosí, San Luis Potosí.  
Tel. 444 454 0707  
Número gratuito: 800 327 7070

**VILLAHERMOSA, TABASCO**

Calle Ceiba, cerrada Cantabria,  
Núm. 318 Col. 1º de mayo, C.P. 86190,  
Villahermosa, Tabasco.  
Tel. 993 313 3999  
Número gratuito: 800 696 1800

**MÉRIDA, YUCATÁN**

Calle 60, Núm. 283 entre 23 y 25,  
Col. Alcalá Martínez, C.P. 97050,  
Mérida, Yucatán.  
Tels. 999 942 1888 y 999 920 5920  
Número gratuito: 800 822 5434

**CIUDAD DE MÉXICO,**

Periférico Sur, 3469  
Col. San Jerónimo Lídice,  
Alcaldía La Magdalena Contreras,  
C.P. 10200  
Tel. 555 681 8125  
Número gratuito: 800 715 2000

# ¿Cómo presentar una queja en la Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH)?



## Sede Marco Antonio Lanz Galera

Periférico Sur 3469,  
Colonia San Jerónimo Lídice,  
Demarcación Territorial  
La Magdalena Contreras,  
C.P. 10200, CDMX.



Tel.:  
**55 56 81 81 25**

Número gratuito:  
**800 715 2000**



**correo@cndh.org.mx**  
**atencionciudadana.cndh.org.mx**