



GUIÓN PARA PRESENTACIÓN
de la
**Cartilla de derechos
de las mujeres**

Primera edición, 2025

D.R. Secretaría de las Mujeres

Subsecretaría de Igualdad Sustantiva

Coordinación de Cambio Cultural y Desarrollo de Capacidades

Esta publicación es de descarga libre y distribución gratuita

Prohibida su venta

Hecho en México



Gobierno de
México

Mujeres
Secretaría de las Mujeres



Contenido

1. ¿Qué es la *Cartilla de derechos de las Mujeres*?
2. ¿Cuál es su contenido?
3. ¿A quién le habla?
4. ¿Para qué nos sirve la *Cartilla*?
5. ¿Cómo argumentar con la *Cartilla*?

Consulta el video de la
Cartilla de derechos de las mujeres
en lenguas originarias



o visita: <https://www.youtube.com/watch?v=TBAAM-BafLI>

✿ ¿Qué es la Cartilla de derechos de las Mujeres?

Descarga la *Cartilla de derechos de las mujeres*



o visita: <https://www.gob.mx/mujeres>

La Secretaría de las Mujeres del Gobierno de México, respondiendo a la iniciativa de la actual presidenta Claudia Sheinbaum, elaboró la *Cartilla de derechos de las Mujeres*, como una acción estratégica para promover el bienestar, la equidad y el acceso a derechos de las mujeres en todo el país. Esta iniciativa forma parte de una política de bienestar integral orientada a reducir las desigualdades estructurales de género y a garantizar una vida libre de violencia para todas.

La *Cartilla* como parte de las políticas de bienestar, es una respuesta a las demandas históricas de visibilizar, garantizar y ejercer los derechos humanos de las mujeres y niñas en México y está dirigida a toda la población.

Fue creada como parte de una estrategia que busca promover el conocimiento, la organización comunitaria y la autogestión para garantizar los derechos en la vida cotidiana. Su publicación responde a décadas de lucha de las mujeres y al compromiso del Estado mexicano de saldar la deuda histórica con las mujeres, especialmente con aquellas que han vivido múltiples formas de discriminación: mujeres indígenas, afromexicanas, rurales, migrantes, con discapacidad, privadas de libertad, entre otras.

¿Cuál es su contenido?

Los derechos humanos son las **libertades, protecciones y garantías inherentes a todas las personas por el simple hecho de existir**. En el caso de las mujeres, estos derechos han sido ignorados, negados o incumplidos por siglos, debido a estructuras patriarcales, racistas y clasistas.

Un derecho no es un privilegio ni una concesión del Estado: es una conquista histórica nacida de la organización social y de las luchas colectivas. **Ejercer un derecho implica vivir con dignidad, autonomía y libertad.** La *Cartilla* nos recuerda que los derechos no son abstractos ni teóricos: se encarnan en la vida cotidiana, en el cuerpo, en la comunidad.

Defender y ejercer los derechos es una tarea política y colectiva, no sólo legal. No basta con que los derechos estén en el papel: necesitamos reconocerlos, exigirlos y garantizarlos en la práctica.



“Las mujeres se quedan en relaciones violentas porque quieren y les gusta sufrir”

Las mujeres que viven violencia, generalmente se enfrentan a situaciones en las que su agresor las aísla de sus redes de apoyo a través de procesos de manipulación y dominación, generando dependencia emocional y económica, que les impide ver que hay formas de salir de esa situación.

Asimismo, los agresores recurren a amenazas y chantajes y otros tipos de violencia para mantener el control sobre la mujer víctima de violencia. Por lo cual no se puede afirmar que las mujeres permanecen en una relación violenta porque así lo decidan libremente o por gusto.

“No todos los hombres son iguales”

Al hablar de machismo y patriarcado no se quiere decir que cada hombre en el planeta sea un agresor; sino que se habla de sistemas de dominación del género masculino sobre el femenino, sabemos que hay hombres que están construyendo maneras diferentes y no violentas de relacionarse con otras personas; sin embargo, los datos señalan que aún es necesario nombrar estos sistemas de dominación. Reconocemos que existen experiencias personales que marcan pautas diferentes; no obstante, el tema de dominación y de la violencia contra las mujeres continúa siendo un problema estructural.

*“La distribución de los trabajos de la casa
es un asunto privado”*

Durante mucho tiempo, debido a los roles y estereotipos de género, se pensó que las actividades del hogar estaban destinadas para las mujeres como su obligación, y que lo que pasaba en los hogares era un asunto privado en el que ni el gobierno ni el Estado debían de intervenir. Sin embargo, esta situación invisibiliza las violencias que las mujeres vivían en sus hogares y las dobles o triples jornadas de trabajo que las mujeres desempeñan.

Por lo que es importante reconocer que lo personal es político, y que los trabajos de cuidado se deben democratizar, reconocer y redistribuir de manera igualitaria entre todas las personas que habitan en un hogar.



En la **Cartilla de Derechos de las Mujeres** se presentan estos derechos:

1. **A ser libre y feliz**
2. **A vivir en familia, en paz y con bienestar**
3. **A la educación**
4. **A la salud**
Acceso a servicios de salud física, mental, sexual y reproductiva
5. **A la vivienda**
6. **Comunitarios**
Al acceso a servicios públicos
Al acceso a la tierra y a los bienes naturales
7. **A una identidad y a tener autonomía**
Libre desarrollo de la personalidad
8. **A la cultura**
9. **A la libre expresión y al libre tránsito**
10. **Al acceso a la justicia**
11. **A la participación política**
12. **Digitales:**
Al acceso a internet
A vivir los espacios digitales sin violencia
A expresarnos sin miedo ni censura
A recibir protección en caso de acoso digital
13. **De las niñas y las adolescentes:**
A ir a la escuela
A descansar y al esparcimiento
A tener creencias religiosas o culturales
A manifestar tus ideas libremente
14. **A un trabajo digno y a un salario igualitario**
15. **A una vida libre de violencias**

y a la igualdad sustantiva

¿A quién le habla?

**Promover y proteger los derechos de las mujeres
no es una tarea exclusiva de las mujeres.**

*Todas las personas,
independientemente de nuestro género, edad o rol social,
debemos asumir esta responsabilidad porque:*

- Las mujeres somos **más de la mitad de la población**. Garantizar sus derechos beneficia al conjunto de la sociedad.
- La igualdad sustantiva sólo puede lograrse mediante un **cambio cultural profundo** que involucre a todas las personas.
- La promoción de los derechos de las mujeres **fortalece la justicia social, la paz comunitaria y el desarrollo humano**.
- Los hombres también **tienen un papel esencial como aliados conscientes**, transformando prácticas que generan violencia y promoviendo relaciones igualitarias.

El cumplimiento de estos derechos es un deber colectivo, que interpela a las instituciones del Estado, pero también a las comunidades, las escuelas, las familias y los espacios laborales.

***“A los hombres también los matan y los matan más”
o “Los hombres también sufren violencia”***

En un mundo donde las mujeres son oprimidas sistemáticamente por su género, fue necesario crear un término para nombrar el grado de violencia más extremo que pueden vivir: **el feminicidio**. Y no es que los hombres no sufran o no los maten, sino que **las causas de dicha violencia –no menos importantes– no se basa en su género** sino en otras desigualdades como el racismo y el clasismo que también debemos atender. La categoría de feminicidio sirve para visibilizar la violencia de género en su punto máximo que sufren las mujeres en nuestro país.

“Las mujeres también son violentas”

La violencia es algo aprendido socioculturalmente, por ello, las mujeres también pueden reproducir diferentes tipos de violencias, por ejemplo, comentarios sobre el cuerpo e identidad de otras personas, cuestionar o invisibilizar a mujeres trans o lesbianas; así como reproducir ideas clasistas y racistas, entre muchas otras. Por ello, **en comunidad debemos cuestionar qué violencias estamos reproduciendo en nuestros espacios y tomar las acciones necesarias para erradicarlas**.



“Yo crecí en un matriarcado porque las mujeres de mi familia son las que mandan”

El patriarcado es un sistema de dominación y opresión que puede ser reproducido tanto por hombres como por mujeres, aunque de formas diferenciadas. Como forma de dominación, está presente en muchas partes del mundo y el hecho de que en nuestras experiencias haya mujeres que manden, no necesariamente implica que se estén cuestionando las lógicas patriarcales. Al contrario, puede ser que las estén reproduciendo, de allí la importancia de poder identificar y reconocer cómo estamos reproduciendo dichas lógicas.

“Confío más mi seguridad en amigos hombres, las mujeres sólo le ponen el pie a otras”

Las redes de apoyo son fundamentales para todas las personas, por ello es importante promover una visión comunitaria de apoyo y cuidados. Por lo que si una compañera se siente cómoda con amigos hombres está bien, pero recordemos que **la competencia entre mujeres es producto del machismo** y que la debemos cuestionar para evitar reproducir estas ideas como que las mujeres nos ponemos el pie entre nosotras.

“Nos quieren adoctrinar con la ideología de género”

La expresión “ideología de género” es una forma **despectiva de denominar a la lucha de las mujeres y personas sexodiversas**, recordemos que toda lucha que esté a favor de ampliar los derechos para que todas las personas podamos vivir dignamente no es una imposición ideológica, ni un adoctrinamiento. Lo que se busca son **acciones afirmativas para el buen vivir, y poder alcanzar la igualdad sustantiva entre todas las personas**.



¿Para qué nos sirve?

Hoy más que nunca, la difusión, apropiación y defensa de la Cartilla de Derechos de las Mujeres es fundamental.

Vivimos en una sociedad marcada por desigualdades estructurales, donde millones de mujeres aún enfrentan barreras para ejercer plenamente sus derechos.

La Cartilla de derechos de las Mujeres:

- Visibiliza **derechos que muchas veces se desconocen**.
- Proporciona a las mujeres y comunidades **información clara**.
- Fomenta la **organización y la autogestión**.
- Construye **redes comunitarias** para la defensa de los derechos.

Invitamos a que este material no se quede como un documento, sino que sea una herramienta viva, colectiva, popular y transformadora en círculos de reflexión, escuelas, barrios, sindicatos, asambleas y familias.



¿Cómo argumentamos con ella?

“¿Por qué una Cartilla de derechos de las Mujeres y no de los hombres? —¿Por qué una Secretaría de Mujeres y no una de hombres?”

La *Cartilla de derechos de las Mujeres* surge de la necesidad del reconocimiento de los derechos de todas las mujeres, para que los conozcan, puedan ejercerlos, defenderlos y exigir su cumplimiento, ya que históricamente los derechos de las mujeres no habían sido reconocidos.

Hablar de derechos de las mujeres no implica que las mujeres tengan derechos especiales o privilegios frente a los hombres, si no que a partir de las desigualdades estructurales, se ha hecho necesario señalar que los derechos humanos también son derechos de las mujeres, ya que durante muchos años estuvieron en la ley, pero sin cumplirse.

“Ni feminismo ni machismo”

Al decir eso se está partiendo de que ambas son ideologías que reproducen violencias y generan desigualdades. El machismo es una forma de discriminación sexista que consiste en un conjunto de actitudes de superioridad de los hombres frente a las mujeres. Por otro lado, el feminismo es un movimiento político, social y cultural que busca erradicar las desigualdades que afectan a las mujeres para el pleno goce de sus derechos humanos.

“La peor enemiga de una mujer es otra mujer”

Este supuesto parte de que a las mujeres se nos ha enseñado a competir entre nosotras para la validación masculina. Dentro de un sistema machista que genera violencias, las mujeres también podemos reproducir violencias entre nosotras. Por eso, la lucha feminista aboga por la sororidad, que implica romper estas relaciones de competencia entre mujeres.

“Las madres son las que educan a los machos”

El machismo forma parte del sistema patriarcal y lo reproducimos todas las personas. El trabajo de cuidados y de crianza es asignado socialmente a las mujeres, como una obligación; pero no olvidemos que las madres no son las únicas que educan. Los padres ausentes reproducen el machismo al no hacerse cargo de sus hijos e hijas, y esta ausencia también educa. La crianza y la educación no son responsabilidad de las mujeres solamente, son responsabilidad de toda la familia y de la comunidad.

“Las mujeres trans no existen, son hombres vestidos de mujer”

Las mujeres somos diversas, y nuestra identidad no está definida a partir de los órganos reproductivos como nos han hecho creer. En realidad el género ha sido una construcción sociocultural que ha permeado en la interpretación biológica de los cuerpos. La identidad de género es un derecho de todas las personas y no podemos violentarlas por ello; les invitamos a hacer el esfuerzo por respetar los pronombres con los que las personas se sienten más cómodas.