

20.2%

DE LA POBLACIÓN MEXICANA MAYOR DE 18 AÑOS, DECLARÓ HABER SIDO DISCRIMINADA, DE ACUERDO CON LA ÚLTIMA ENCUESTA NACIONAL DE DISCRIMINACIÓN.**

1 DE MARZO: DÍA DE LA CERO DISCRIMINACIÓN

DISCRIMINACIÓN Y SALUD

¿QUÉ ES LA DISCRIMINACIÓN?

TODA DISTINCIÓN, EXCLUSIÓN O RESTRICCIÓN QUE BASADA EN EL ORIGEN ÉTNICO O NACIONAL: SEXO, EDAD, DISCAPACIDAD, CONDICIÓN SOCIAL O ECONÓMICA, CONDICIONES DE SALUD, EMBARAZO, LENGUA, RELIGIÓN, OPINIONES, PREFERENCIAS SEXUALES, ESTADO CIVIL O CUALQUIER OTRA, QUE TENGA POR EFECTO IMPEDIR O ANULAR EL RECONOCIMIENTO O EL EJERCICIO DE LOS DERECHOS Y LA IGUALDAD REAL DE OPORTUNIDADES DE LAS PERSONAS.*

¿CÓMO SE MANIFIESTA?

La discriminación se manifiesta de diferentes formas como:



¿POR QUÉ SE DISCRIMINA?

Los motivos más frecuentes de discriminación de acuerdo a la ENADIS** son:



¿SER DISCRIMINADA/O AFECTA LA SALUD?

Sí, discriminar a una persona puede tener algunos efectos en su salud como:

- Aislamiento
- Ansiedad
- Conductas violentas
- Depresión
- Estrés
- Problemas con la pareja y/o la familia
- Problemas de autoestima y/o para crear nuevos vínculos
- Puede predisponer al desarrollo de adicciones

¿QUÉ HACER?

Si fue discriminada o discriminado, el apoyo psicológico es uno de los recursos a los que puedes recurrir, cuando se sienta emocionalmente inestable ante la situación que vivió.

Contar con acompañamiento es de gran ayuda, incluso si la discriminación no es actual y ha dejado secuelas traumáticas.

* Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación, (L.F.P.E.D.), Reformada, Diario Oficial de la Federación (D.O.F.), 19 de enero de 2023, (México).
** Secretaría de Gobernación / Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación, (2017). Encuesta Nacional sobre Discriminación ENADIS 2017 "Principales resultados". Editorial CONAPRED, https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:CCrzhme3CFWJ:https://www.conapred.org.mx/userfiles/files/PtcionENADIS2017_08.pdf&cd=3&hl=es&ct=clnk&gl=mx&client=firefox-b-d