

SISTEMA NACIONAL PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LA FAMILIA

Cartilla para niñas, niños y adolescentes migrantes

Mis pasos protegen tus pasos



Gobierno de
México

Salud
Secretaría de Salud

SNDIF
SISTEMA NACIONAL PARA
EL DESARROLLO INTEGRAL
DE LA FAMILIA

INM
SECRETARÍA DE GOBERNACIÓN
INSTITUTO NACIONAL DE MIGRACIÓN

INPI
INSTITUTO NACIONAL
DE LOS PUEBLOS
INDÍGENAS

***Niñas, niños y adolescentes
mexicanos(as) o extranjeros(as)
tenemos más de 20 derechos,
pero algunos de estos
son más importantes
para ti durante tu viaje***

**Algunos de tus
derechos en
México son:**



Derecho a la **dignidad**.



Derecho a la **libertad de
trasladarme** en mi país
y en otros países.



Derecho a la **vida y
a la seguridad**.



Derecho a **no ser
discriminada(o)**.



¿Sabías que **corres riesgos al migrar?**

Si eres extranjera (o) e ingresas a México sin cumplir con los documentos o requisitos, **no es un delito.**

Si eres mexicana (o) y viajas acompañada (o), no necesitas permiso para viajar a cualquier parte de nuestro país, **pero si lo haces solo o sola, se elevan los riesgos** en tu camino.

Algunos de ellos son:



Maltrato: que otra persona lastime tu cuerpo, ofenda o humille.

Prostitución: que una persona cobre dinero por encerrarte, engañarte u obligarte a hacer algo con otra persona.

Tráfico de órganos: que vendan los órganos de tu cuerpo.

Secuestro: que una persona te quite tu libertad para hacerte daño o para pedir a tus familiares un rescate o cualquier beneficio.

Asalto: Que te roben tus pertenencias.

Trabajar para narcotraficantes: hay gente que se dedica a vender drogas y engañar a las personas diciendo que les va a ayudar a llegar a un lugar o que van a ganar dinero, pero, no es así; lo que hacen es obligarte a trabajar en cosas que son peligrosas e ilegales.

Abuso sexual: cuando alguien te toca o lastima tu cuerpo, incluyendo tus partes íntimas (las que cubre tu ropa interior).

Personas con malas intenciones: hay personas que te ofrecen trabajo, comida o dinero fácil de conseguir; pero, pueden tener intenciones de quitarte tus documentos, el dinero, tus cosas o hacerte algún daño.

También existen otros peligros en el camino:

- Quedarte sin agua en el desierto, sufrir quemaduras por el sol o pasar frío: trata de caminar por la sombra (siempre que te sea posible), usar ropa con manga larga, gorra o sombrero y tomar agua constantemente.
- Al cruzar el río, te puedes ahogar o dar mucho frío si te quedas con la ropa mojada o húmeda.
- Ser mordido o picado por animales.
- Sufrir caídas. Si te sientes cansada(o), trata de descansar en la medida de lo posible e identifica si te sientes muy cansada(o).
- Hambre. Trata de comer, tu cuerpo está haciendo un gran esfuerzo y necesita comida. Recuerda que te puedes quedar sin alimentos durante tu viaje.
- Muerte.



Si necesitas un lugar donde estar seguro:

Si estás viajando y no cuentas con un documento migratorio, aún así, tienes derechos a que te canalicen a un centro de asistencia social o para migrantes; te proteja la Procuraduría de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes; notifiquen a tu consulado; y no te separen de tu familia; así como obtener el documento de visitante por razones humanitarias, lo cual regulariza tu estancia en México.



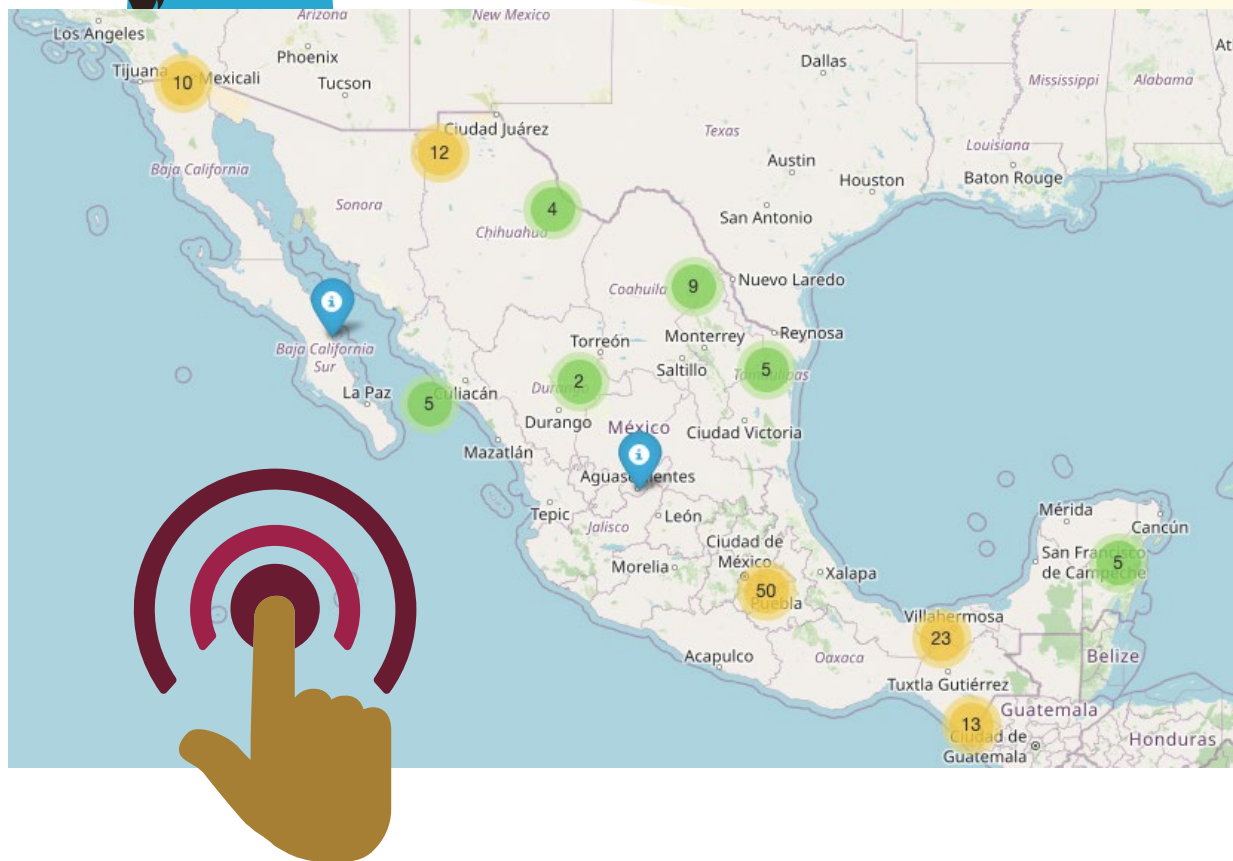
Ponte en contacto con alguna Procuraduría de Protección para que te canalicen a un centro de asistencia social o para migrantes

- Estos **son lugares seguros donde puedes quedarte** por un tiempo. Ahí te van a cuidar y proteger.
- Te **ofrecen un espacio** para descansar, comer, bañarte, dormir y otros servicios.
- Te **dan estancia por un tiempo**, de forma protegida y cuidada.
- Son **espacios gratuitos con la libertad de que puedas entrar y salir** en el momento en el que decidas seguir tu camino.

Si eres menor de 18 años no acompañado, NO puedes seguir tu camino en el momento que quieras, **antes debes avisar** al centro de asistencia social o para migrantes y **este notificará al Sistema Nacional DIF.**



Mapa interactivo



Al localizar en el mapa el estado se desplegarán:

- ◆ Centros de Asistencia Social
- ◆ Centros para Migrantes

<https://geosndif.dif.gob.mx/cas/>

NOTA: en caso de no contar con Internet, al final de la cartilla está el número de la Procuraduría Federal de Protección de NNA para brindarte el apoyo que necesites.

10 cosas que necesito saber para recibir un trato digno

Si llego a un centro de asistencia social o para migrantes, las personas que me reciban deben:

1

Darme un buen trato sin importar mi condición migratoria, es decir, si soy mexicana(o) o vengo de otro país.



2

Brindarme confianza y apoyo para disminuir los temores y miedos, sobre recibir malos tratos.



3

Mostrarme una actitud amigable, de aceptación, paciencia y respetar mis sentimientos.



4

Escucharme y respetarme sin hacer distinciones por el lugar de dónde vengo, cómo hablo, pienso y me veo.



5

Hacerme sentir en un ambiente amable y de confianza durante mi estancia. Esto me ayuda a sentirme menos preocupada(o), sin miedo o angustia a lo desconocido y extraño.



6

Deben tomar en cuenta que acabo de vivir una experiencia complicada, dolorosa o traumática. Si es necesario que me pregunten lo que sucedió antes y durante mi traslado.



7

Ayudarme a entender, de manera sencilla y amable, lo que se hará para la búsqueda de mis familiares o bien si se me trasladará a otro lugar



8

Entenderme que vengo de un camino lleno de peligros y amenazas, por lo que es importante hacerme sentir que mi estancia en el centro será tranquila y cómoda.



9

Hacerme sentir (a través de palabras, gestos, actitudes y emociones) que estoy en un lugar seguro.



10

Darme un trato digno y respetuoso, que es uno de mis derechos como niña, niño o adolescente.



Información en caso de que necesites ayuda

¿Te regresaron a México y estás sola o solo? Tienes derecho a que te lleven a algún centro del DIF para que te cuiden o a la Procuraduría de Protección de NNA para que te asesore y busque a tu familia. Puedes checar las siguientes ligas:

Círculos de Protección:

<https://circulosdeproteccion.dif.gob.mx/>

En tu camino, tus derechos van contigo:

<https://portusderechos.dif.gob.mx/mapas/>

Comité Internacional Cruz Roja / aplicación RedSafe:

Plataforma Digital Humanitaria

<https://www.icrc.org/es/redsafe>

Si al ingresar a otro país a ti y a tu familia los detienen porque no tienen los permisos necesarios, en la siguiente liga encontrarás información que te puede servir:

<https://www.gob.mx/sre/acciones-y-programas/detencion-o-arresto-fuera-de-mexico>

Recuerda que, si eres mexicana o mexicano y estás en otro país, los Consulados te protegen. En esta liga encontrarás el mapa de los Consulados mexicanos que están en EUA.

<https://www.gob.mx/sre/documentos/red-consular-de-mexico-en-los-estados-unidos-de-america>

Recuerda si eres extranjera o extranjero e ingresas a México, consulta la liga que contiene los datos de los Consulados y de la oficina que te puede ayudar a buscar o localizar a tus familiares.

<https://mexico.iom.int/sites/g/files/tmzbd11686/files/documents/2023-04/mapa-comisiones-y-consulados-web.pdf>

Llama a la línea de emergencia 911 o a la línea directa de la PFPNNA

Telefono: 55 3003 2200 exts. 2276, 3700, 3702, 4424, 4422 y 4427.

La PFPNNA pone a disposición el correo electrónico:

atención_ciudadana@dif.gob.mx



**Gobierno de
México**

Salud
Secretaría de Salud

SNDIF
SISTEMA NACIONAL PARA
EL DESARROLLO INTEGRAL
DE LA FAMILIA

INM
SECRETARÍA DE GOBERNACIÓN
INSTITUTO NACIONAL DE MIGRACIÓN

INPI
INSTITUTO NACIONAL
DE LOS PUEBLOS
INDÍGENAS