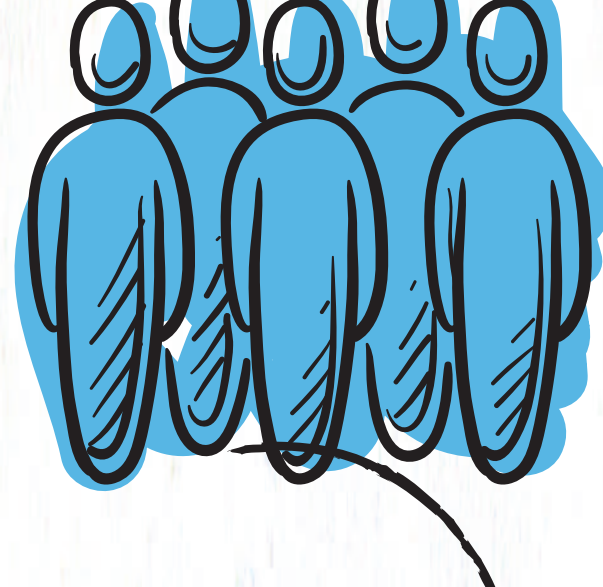


# Igualdad de derechos



De acuerdo con el Artículo 2° de la Declaración de los Derechos Humanos, todas las personas tienen los mismos derechos y libertades, sin importar su condición, color de piel, género, idioma, religión, opinión política, etc.

Entonces, ¿por qué existe la discriminación?



Porque hay personas que se creen superiores a otras por diversos motivos. Por ejemplo, en nuestro país...



## Algunos tipos de discriminación son:

### Racismo

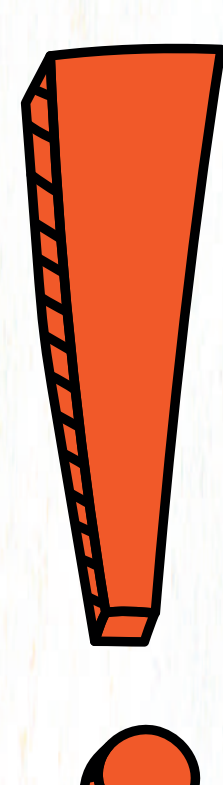
Considera inferiores a las personas por su origen étnico o color de piel. Las más afectadas suelen ser las personas de pueblos originarios y las de piel oscura.

### Homofobia

Excluye a personas que tengan actitudes o modos que se cree no son acordes a su género, sobre todo su orientación sexual.

### De género

Rechazo hacia una persona por su identidad de género. Suele afectar más a las mujeres y causa desigualdad en lo laboral y lo salarial.



Cualquier tipo de discriminación puede generar consecuencias sociales como:

- **Disminución de oportunidades:** Laborales, sociales, etcétera.
- **Aumento en los conflictos:** Entre países, regiones y personas.
- **Incremento de la desigualdad:** Social, laboral, económica, etcétera.

### Laboral

Dificulta las oportunidades profesionales por cuestiones de género, de etnia, de nacionalidad, de edad, etc.

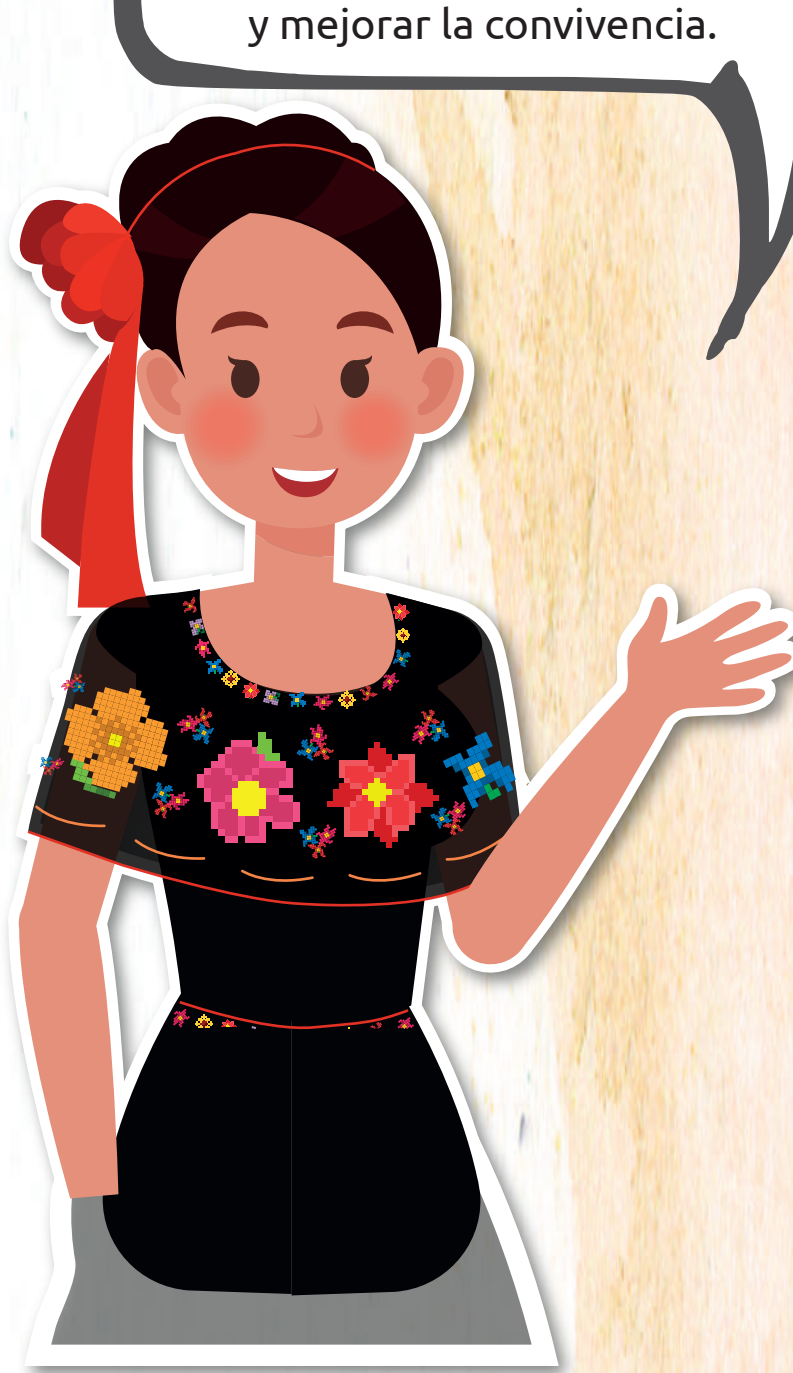
### Capacitismo

Excluye a las personas con enfermedades o discapacidades. Se les priva de oportunidades por sus características físicas o mentales.

### Xenofobia

Rechazo a personas extranjeras, inmigrantes o con un lugar de nacimiento diferente al espacio donde se encuentran.

Te recomiendo llevar a cabo estas acciones en tu día a día para evitar la discriminación y mejorar la convivencia.



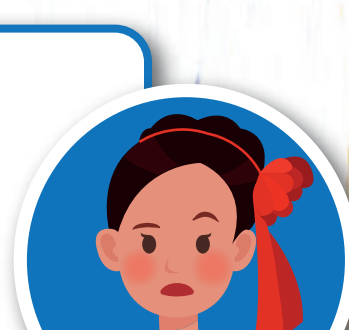
# 1

Respetar el pensamiento del otro. Todos somos humanos y podemos tomar decisiones incorrectas.



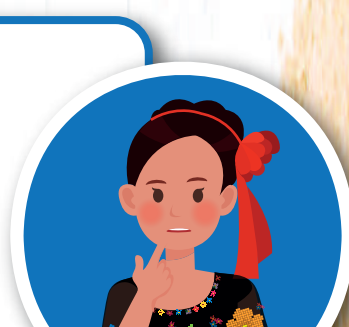
# 2

Trata de entender que la otra persona tiene sentimientos y que con ciertas acciones / actitudes es posible herirlos.



# 3

Tómate un momento antes de expresar una opinión negativa acerca de alguien. Piensa cómo te sentirías si alguien dijera lo mismo de ti.



# 4

Reserva tus comentarios negativos. Como diría la abuela: "Si no tienes algo bueno que decir, mejor no digas nada".



# 5

Aplica la Regla de Oro: "Trata a otros como quieres ser tratado".



Fuente: \* (2018) 70 años de progreso de los Derechos Humanos. \* Reyes, J. (2018) Racismo en México: Discriminación estructural y desigualdad social. \* Wetlo, M. (2019) Los 18 tipos de Discriminación más Comunes.