

## RECUERDE SIEMPRE:

*“Usted es una persona útil y capaz de tener una vida propia.”*

- No permita que le hagan firmar papeles o documentos en blanco, ni actuar en contra de su voluntad.
- Lleve siempre consigo una identificación en caso de accidente o enfermedad.



**LÍNEA DE ASISTENCIA  
PARA TUS DERECHOS**



SI REQUIERES INFORMACIÓN O ERES VÍCTIMA DE ALGUNA VIOLACIÓN A TUS DERECHOS HUMANOS, ACUDE A LA COMISIÓN DE LOS DERECHOS HUMANOS DEL ESTADO DE QUINTANA ROO, UBICADA EN LAS SIGUIENTES DIRECCIONES:

**CHETUMAL:** Av. Adolfo López Mateos No. 424 Con Av. Nápoles.  
Col. Campestre. C.P. 77030.  
Tel: 83 2 70 90. Lada Sin Costo: 01 800 506 1906.

**BACALAR:** Av. 5 S/N Entre Calles 14 Y 16, Col. Centro.  
C.P. 77930.

**CANCÚN:** Calle Pecari No. 24 Retorno 2, MZN 4, SMZ 20. Col. Centro, C.P. 77500 Tel. 01 (998) 8982290 / 8982291.

**COZUMEL:** Calle 2 Norte entre 10 y 15 Avenida, Col. Centro,  
C.P. 77600  
Tel. 01 (987) 8724152

**PLAYA DEL CARMEN:** Avenida 28 de Julio No. 31, MZA 9,  
SMZA 70. Fraccionamiento La Toscana,  
C.P. 77725.  
Tel. 01 (984) 8030002

**TULUM:** Calle Polar Poniente con Acuario Norte, esq. Polar,  
MZA 04, Lote 2. Col. Centro.  
C.P. 77780  
Tel. 01 (984) 8025548

**ISLA MUJERES:** Calle Francisco I. Madero No. 8 esq. Vicente  
Guerrero, Local 2 Planta Baja. Col. Centro,  
C.P. 77400  
Tel. 01 (998) 8771756

**FELIPE CARRILLO PUERTO:** Calle 68 entre calle 63 y calle 61  
Col. Centro, C.P. 77200. Tel. 01 (983) 8341244

**JOSÉ MARÍA MORELOS:** Calle Miguel Hidalgo s/n entre Santiago  
Pacheco y Huay Max. Col. Centro, C.P. 77890. Tel. 01 (997)  
9780311

**LÁZARO CÁRDENAS:** Calle Adolfo López Mateos S/N entre 5 de  
Febrero y 18 de Marzo.  
Col. Centro, C.P. 77300.  
Tel. 01 (984) 8750199  
TELÉFONO DE ATENCIÓN PARA TODO EL ESTADO

**075**

Sitio Web: [www.derechoshumanosqroo.org.mx](http://www.derechoshumanosqroo.org.mx)



@cdhqroo



@CDHEQROO



## DERECHOS DE LAS PERSONAS MAYORES



Envejecer es como escalar una gran montaña; mientras se sube las fuerzas disminuyen, pero la mirada es más libre, la vista más amplia y serena.

Ingmar Bergman

**COMISIÓN DE LOS  
DERECHOS HUMANOS  
DEL ESTADO DE  
QUINTANA ROO**

**Toda persona nace libre e igual en dignidad y derechos sin distinción alguna (incluida la edad). En México, todas las personas gozan de los mismos derechos humanos, los cuales se encuentran reconocidos en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos así como en los tratados internacionales firmados y ratificados por el Estado mexicano.**



### **¿QUIÉNES SON LAS PERSONAS MAYORES?**

*Son las personas que tienen más de 60 años de edad y que generalmente están en la etapa en la que ya se han jubilado.*

**Las condiciones de vida de las personas adultos mayores muchas veces son difíciles porque, en ocasiones, pierden oportunidades de trabajo por su edad, disminuye su actividad social, así como su capacidad de socialización, sintiéndose muchas veces rechazadas y aisladas. No obstante, ellas y ellos deberían ocupar siempre un espacio importante en todas las sociedades.**

### **¿CUÁLES SON LOS DERECHOS DE LAS PERSONAS MAYORES?**

- Una vida con calidad, libre y sin violencia; en la que tengan disfrute pleno, sin discriminación ni distinción alguna, de los derechos que las leyes les otorgan y que tengan respeto a su integridad física, psicoemocional y sexual.

- A la protección por parte de la comunidad, la familia y la sociedad, así como de las instituciones federales, estatales y municipales contra toda forma de explotación.

- A recibir un trato digno y apropiado en cualquier procedimiento judicial que los involucre, ya sea en calidad de persona agraviada, imputada o sentenciada, y a recibir el apoyo en el ejercicio y respeto de sus derechos en los procedimientos judiciales.

- A recibir asesoría jurídica en forma gratuita en los procedimientos administrativos o judiciales en que sea parte y contar con representación legal cuando lo considere necesario. Tendrá atención preferente en la protección de su patrimonio personal y familiar, cuando sea el caso de testar sin presiones ni violencia.

- A tener acceso a los satisfactores necesarios considerando alimentos, bienes, servicios y condiciones humanas o materiales para su atención integral, tal es el caso de los servicios de salud con el objeto de que gocen cabalmente del derecho a su sexualidad, bienestar físico, mental y psicoemocional (orientación y capacitación en materia de salud, nutrición e higiene, así como a todo aquello que favorezca su cuidado personal).

- A recibir de manera preferente el derecho a la educación y a gozar de igualdad de oportunidades en el acceso al trabajo o de otras que les permitan un ingreso económico.

- A ser sujetos de programas de asistencia social en caso de desempleo, discapacidad o pérdida de sus medios de sub-

sistencia.

*Las personas que cuentan con más de 60 años de edad, al igual que todas, tienen una serie de derechos que ejercer y responsabilidades que cumplir.*

### **¿QUÉ INSTITUCIONES APOYAN A LAS PERSONAS MAYORES?**

El Instituto Nacional de las Personas mayores (INAPAM) es un organismo público cuya misión es promover el desarrollo humano integral de las personas mayores, brindándoles empleo, ocupación, retribuciones, asistencia y las oportunidades necesarias para alcanzar niveles de bienestar y alta calidad de vida, reduciendo las desigualdades extremas y las inequidades de género.

Para alcanzar tal fin proporciona servicios de:

📄 [Tarjeta INAPAM \(con la que se obtienen descuentos en productos y servicios\)](#)

📄 [Capacitación para el trabajo](#)

📄 [Ocupación de tiempo libre](#)

📄 [Clubes INAPAM](#)

📄 [Centros de Atención Integral](#)

📄 [Centros Culturales](#)

### **Delegación del INAPAM en Quintana Roo.**

Av. Venustiano Carranza s/n, esq. con Av. Nápoles, Col. Nueva Italia. C.P. 77035 Chetumal, Q. Roo 01 983 833 4176 correo electrónico: inapamqroo@yahoo.com.mx

