

ACUERDO IMPEPAC/CEE/051/2025, QUE PRESENTA LA SECRETARÍA EJECUTIVA AL CONSEJO ESTATAL ELECTORAL DEL INSTITUTO MORELENSE DE PROCESOS ELECTORALES Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA QUE EMANA DE LA COMISIÓN EJECUTIVA PERMANENTE DE FORTALECIMIENTO DE LA IGUALDAD DE GÉNERO Y NO DISCRIMINACIÓN EN LA PARTICIPACIÓN POLÍTICA, MEDIANTE EL CUAL SE APRUEBAN EL PROGRAMA Y MATERIALES PARA LA “CAPACITACIÓN SOBRE PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS ANTE SITUACIONES DE VIOLENCIA POLÍTICA CONTRA LAS MUJERES EN RAZONES DE GÉNERO”, DIRIGIDO AL PERSONAL DE ESTE ÓRGANO ELECTORAL LOCAL.

GLOSARIO	
Instituto Morelense de Procesos Electorales y Participación Ciudadana	IMPEPAC
Comisión Ejecutiva Permanente de Fortalecimiento de la Igualdad de Género y No Discriminación	CEFIGND
Violencia Política contra las Mujeres por Razones de Género	VPMRG
Código de Instituciones y Procesos Electorales para el Estado de Morelos	CIPEEM
Ley General de Acceso a las Mujeres a una Vida Libre de Violencia	LGAMVLV
Ley de Acceso a las Mujeres a una Vida Libre de Violencia	LAMVLV

ANTECEDENTES

- 1. REFORMA LOCAL PARA PREVENIR, SANCIONAR Y ERRADICAR LA VIOLENCIA POLÍTICA CONTRA LAS MUJERES EN RAZÓN DE GÉNERO.** Con fecha doce de abril del año dos mil diecisiete, se publicó en el Periódico Oficial "Tierra y Libertad" el DECRETO NÚMERO MIL OCHOCIENTOS SEIS, por el que se reforma y adiciona diversas disposiciones del Código de Instituciones y Procedimientos Electorales para el Estado de Morelos, del Código Penal para el Estado de Morelos, de la Ley Estatal de Responsabilidades de los Servidores Públicos, y de la Ley de Acceso a las Mujeres a una Vida Libre de Violencia para el Estado de Morelos, con el propósito de combatir de manera integral la violencia política en contra de las mujeres.
- 2. REFORMA PARA PREVENIR, SANCIONAR Y ERRADICAR LA VIOLENCIA POLÍTICA CONTRA LAS MUJERES EN RAZÓN DE GÉNERO.** Con fecha trece de abril del año dos mil

veinte, se publicó en el Diario Oficial de la Federación el "Decreto por el que se reforman y adicionan diversas disposiciones de la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia; de la Ley General de Instituciones y Procedimientos Electorales; de la Ley General del Sistema de Medios de Impugnación en Materia Electoral; de la Ley General de Partidos Políticos; de la Ley General en Materia de Delitos Electorales; Ley Orgánica de la Fiscalía General de la República; de la Ley Orgánica del Poder Judicial de la Federación y de la Ley General de Responsabilidades Administrativas"; para prevenir, atender, sancionar, reparar y erradicar la violencia política contra las mujeres en razón de género.

3. ACUERDO INE/CIGYND/002/2023. El día veintitrés de agosto del año dos mil veintitrés, la Comisión de Igualdad de Género y No Discriminación del Instituto Nacional Electoral, aprobó el acuerdo INE/CIGYND/002/2023, por el que se crea el **Protocolo Modelo para los Organismos Públicos Locales Electorales para la Atención de Primer Contacto a Víctimas y la Identificación de Factores de Riesgo en los casos de Violencia Política contra las Mujeres en Razón de Género del Instituto Nacional Electoral**, que proporciona un panorama respecto de los procedimientos en que se apoya este órgano comicial para aquellos casos en que se pueda presentar alguna queja o denuncia de esta naturaleza y en el cual queda establecido que si bien, se pueden iniciar procedimientos de oficio, también establece la necesidad de recabar datos o elementos que resultan indispensables para el inicio de procedimientos sancionadores y de manera particular determina el consentimiento de la posible víctima, pues en el ejercicio de su libre autodeterminación es ella quien puede otorgarlo.

4. OFICIO INE/UT/18893/2024. El día once de octubre del año dos mil veinticuatro, mediante el Sistema de Vinculación con los Organismos Públicos Locales Electorales del Instituto Nacional Electoral, fue recibido el oficio INE/UT/18893/2024; signado por el Licenciado Hugo Patlán Matehuala, Encargado de despacho de la Unidad Técnica de lo Contencioso Electoral de la Secretaría Ejecutiva del Instituto Nacional Electoral, mediante el cual se hace la invitación a este OPLE, a participar en el taller para personas facilitadoras en Primeros Auxilios Psicológicos dirigidos a mujeres afectadas por Violencia Política contra las Mujeres en Razón de Género y al cual acudió la Licenciada en Psicología Karina Ortega Olivares, Directora Ejecutiva de Capacitación Electoral, Educación Cívica y Participación Ciudadana.

ACUERDO IMPEPAC/CEE/051/2025, QUE PRESENTA LA SECRETARÍA EJECUTIVA AL CONSEJO ESTATAL ELECTORAL DEL INSTITUTO MORELENSE DE PROCESOS ELECTORALES Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA QUE EMANA DE LA COMISIÓN EJECUTIVA PERMANENTE DE FORTALECIMIENTO DE LA IGUALDAD DE GÉNERO Y NO DISCRIMINACIÓN EN LA PARTICIPACIÓN POLÍTICA, MEDIANTE EL CUAL SE APRUEBAN EL PROGRAMA Y MATERIALES PARA LA "CAPACITACIÓN SOBRE PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS ANTE SITUACIONES DE VIOLENCIA POLÍTICA CONTRA LAS MUJERES EN RAZONES DE GÉNERO", DIRIGIDO AL PERSONAL DE ESTE ÓRGANO ELECTORAL LOCAL.

5. PROGRAMA ANUAL DE ACTIVIDADES QUE PRESENTA LA SECRETARÍA EJECUTIVA AL CONSEJO ESTATAL ELECTORAL DEL INSTITUTO MORELENSE DE PROCESOS LECTORALES Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA, QUE EMANA DE LA COMISIÓN EJECUTIVA PERMANENTE DE FORTALECIMIENTO DE LA IGUALDAD DE GÉNERO Y NO DISCRIMINACIÓN EN LA PARTICIPACIÓN POLÍTICA, CORRESPONDIENTE AL AÑO 2025. El día doce de diciembre del año dos mil veinticuatro el Consejo Estatal Electoral tuvo por presentado el Programa de actividades a que se refiere este punto y que de manera previa había sido presentado en la Comisión respectiva el día cuatro de diciembre del mismo año.

6. CONCLUSIÓN DEL PROCESO ELECTORAL 2023-2024. El día treinta de diciembre del año dos mil veinticuatro, se llevó a cabo la Sesión Ordinaria Solemne del Consejo Estatal Electoral de este órgano comicial, en la cual fue declarada la conclusión de Proceso Electoral Local Ordinario 2023-2024, en el estado de Morelos.

7. ACUERDO IMPEPAC/CEE/010/2025. El quince de enero de dos mil veinticinco, el pleno del Consejo Estatal Electoral, aprobó el acuerdo **IMPEPAC/CEE/010/2025**, relativo a la conformación, integración y vigencia de las Comisiones Ejecutivas Permanentes y Temporales de este órgano comicial, en términos de lo previsto por el artículo 83, del Código Electoral Local y en el cual quedó integrada la Comisión Ejecutiva Permanente de Fortalecimiento de la Igualdad de Género y No Discriminación en la Participación Política, de la manera siguiente:

COMISIÓN EJECUTIVA PERMANENTE	INTEGRANTES	PRESIDENTE DE LA COMISIÓN
DE FORTALECIMIENTO DE LA IGUALDAD DE GÉNERO Y NO DISCRIMINACIÓN EN LA PARTICIPACIÓN POLÍTICA	Mtra. Mayte Casalez Campos	Mtra. Elizabeth Martínez Gutiérrez
	Mtro. Adrián Montessoro Castillo	

8. ACUERDO IMPEPAC/CEE/021/2025. El día veinticuatro de enero del año dos mil veinticinco, el pleno del Consejo Estatal Electoral aprobó el acuerdo IMPEPAC/CEE/021/2025, mediante el cual se da respuesta a la solicitud presentada ante este órgano comicial, el ocho de enero de dos mil veinticinco, por la ciudadana Daniela Jaffet Albarrán Domínguez.

9. APROBACIÓN POR LA COMISIÓN EJECUTIVA PERMANENTE DE FORTALECIMIENTO DE LA IGUALDAD DE GÉNERO Y NO DISCRIMINACIÓN EN LA PARTICIPACIÓN POLÍTICA. Con fecha diecinueve de febrero del año dos mil veinticinco, en sesión extraordinaria de la

ACUERDO IMPEPAC/CEE/051/2025, QUE PRESENTA LA SECRETARÍA EJECUTIVA AL CONSEJO ESTATAL ELECTORAL DEL INSTITUTO MORELENSE DE PROCESOS ELECTORALES Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA QUE EMANA DE LA COMISIÓN EJECUTIVA PERMANENTE DE FORTALECIMIENTO DE LA IGUALDAD DE GÉNERO Y NO DISCRIMINACIÓN EN LA PARTICIPACIÓN POLÍTICA, MEDIANTE EL CUAL SE APRUEBAN EL PROGRAMA Y MATERIALES PARA LA "CAPACITACIÓN SOBRE PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS ANTE SITUACIONES DE VIOLENCIA POLÍTICA CONTRA LAS MUJERES EN RAZONES DE GÉNERO", DIRIGIDO AL PERSONAL DE ESTE ÓRGANO ELECTORAL LOCAL.

CEPFIGND, se aprobó el "PROYECTO DE ACUERDO QUE PRESENTA LA SECRETARÍA EJECUTIVA A LA COMISIÓN EJECUTIVA PERMANENTE DE FORTALECIMIENTO DE LA IGUALDAD DE GÉNERO Y NO DISCRIMINACIÓN EN LA PARTICIPACIÓN POLÍTICA DEL INSTITUTO MORELENSE DE PROCESOS ELECTORALES Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA, MEDIANTE EL CUAL SE APRUEBAN EL PROGRAMA Y MATERIALES PARA LA "CAPACITACIÓN SOBRE PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS A MUJERES AFECTADAS POR VIOLENCIA POLÍTICA EN RAZÓN DE GÉNERO", DIRIGIDO AL PERSONAL DE ESTE ÓRGANO ELECTORAL LOCAL."

CONSIDERANDOS

I. COMPETENCIA. Los artículos 41, Base V, apartado C, y el artículo 116, segundo párrafo, fracción IV, incisos a) y b), de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, 23, fracción V de la Constitución Política del Estado Libre y Soberano de Morelos; así como, el numeral 63, cuarto párrafo del Código de Instituciones y Procedimientos Electorales para el Estado de Morelos; el Instituto Nacional Electoral y el Instituto Morelense de Procesos Electorales y Participación Ciudadana, el primero en el ámbito federal y el segundo en el ámbito local, respectivamente, tendrán a su cargo la organización de las elecciones bajo la premisa de que en el ejercicio de la función electoral serán principios rectores los de constitucionalidad, certeza, imparcialidad, independencia, legalidad, máxima publicidad, objetividad, equidad, definitividad, profesionalismo y paridad de género. Con base en dichas disposiciones, se colige que el organismo público local morelense, ejercerá funciones en las siguientes materias:

1. *Derechos y el acceso a las prerrogativas de los candidatos y partidos políticos.*
2. *Educación cívica.*
3. *Preparación de la jornada electoral.*
4. *Impresión de documentos y la producción de materiales electorales.*
5. *Escrutinios y cómputos en los términos que señale la ley.*
6. *Declaración de validez y el otorgamiento de constancias en las elecciones locales.*
7. *Cómputo de la elección del titular del Poder Ejecutivo.*
8. *Resultados preliminares; encuestas o sondeos de opinión; observación electoral, y conteos rápidos.*
9. *Organización, desarrollo, cómputo y declaración de resultados en los mecanismos de participación ciudadana que prevea la legislación local.*
10. *Todas las no reservadas al Instituto Nacional Electoral.*
11. *Las que determine la ley.*

Teniendo como fines el Instituto Morelense de Procesos Electorales y Participación Ciudadana, contribuir al desarrollo de la vida democrática y coadyuvar en la promoción y difusión de la cultura política; consolidar el régimen de partidos políticos; garantizar a los ciudadanos el ejercicio de los derechos político electorales y vigilar el cumplimiento

de sus obligaciones; asegurar la celebración periódica y pacífica de las elecciones para renovar a los integrantes de los Poderes Legislativo y Ejecutivo y de los ayuntamientos del Estado y, en su caso, los procesos de participación ciudadana, y promover la participación ciudadana en la emisión del sufragio y velar por la autenticidad y efectividad del mismo.

El artículo 65 del Código de Instituciones y Procedimientos Electorales para el Estado de Morelos, establece que son fines del Instituto Morelense de Procesos Electorales y Participación Ciudadana, contribuir al desarrollo de la vida democrática y coadyuvar en la promoción y difusión de la cultura política; consolidar el régimen de partidos políticos; garantizar a los ciudadanos el ejercicio de los derechos político-electorales y vigilar el cumplimiento de sus obligaciones; asegurar la celebración periódica y pacífica de las elecciones para renovar a los integrantes de los Poderes Legislativo y Ejecutivo y de los ayuntamientos del Estado y, en su caso, los procesos de participación ciudadana; y promover la participación ciudadana en la emisión del sufragio y velar por la autenticidad y efectividad del mismo.

II. FUNCIONES DEL INSTITUTO. Es dable señalar que el numeral 66, del Código de Instituciones y Procedimientos Electorales para el Estado de Morelos, establece que las funciones de esta autoridad son las siguientes:

I. Aplicar las disposiciones generales, reglas, lineamientos, criterios y formatos que, en ejercicio de las facultades que le confiere la Constitución Federal, la normativa y las que establezca el Instituto Nacional;

[...]

V. Orientar a los ciudadanos en la Entidad para el ejercicio de sus derechos y cumplimiento de sus obligaciones político-electorales;

[...]

XVIII. Las demás que determine la Ley General de Instituciones y Procedimientos Electorales y aquéllas no reservadas al Instituto Nacional, que establezca este Código.

[...]

III. INTEGRACIÓN DEL INSTITUTO. De igual forma, el numeral 69 del Código Electoral Local, estipula que el Instituto Morelense ejercerá sus funciones en toda la Entidad y se integra con los siguientes órganos electorales:

- a) El Consejo Estatal Electoral;
- b) Las Comisiones Ejecutivas Permanentes y Temporales;
- c) Los Consejos Distritales Electorales;
- d) Los Consejos Municipales Electorales;
- e) Las Mesas Directivas de Casilla, y
- f) Los demás organismos que la normativa y este Código señalen.

IV. ÓRGANO DE DIRECCIÓN SUPERIOR Y DELIBERACIÓN. De conformidad con lo establecido en el artículo 71 del Código de Instituciones y Procedimientos Electorales para el Estado de Morelos, el Consejo Estatal Electoral es el órgano de dirección superior y deliberación del Instituto Morelense de Procesos Electorales y Participación Ciudadana y responsable de vigilar el cumplimiento de las disposiciones constitucionales y legales en materia electoral. En tal sentido el ordinal 78, fracciones I, XLVI y LVI, del Código de Instituciones y Procedimientos Electorales para el Estado de Morelos, establece las atribuciones del Consejo Estatal Electoral, respecto de llevar a cabo la preparación, desarrollo y vigilancia de los procesos electorales; Implementar y fomentar permanentemente la educación democrática, con cursos de capacitación dirigidos a servidores públicos del Instituto Morelense y, en general, a ciudadanos, jóvenes y niños del Estado; dictando todas las resoluciones que sean necesarias para hacer efectivas las disposiciones normativas en el ámbito de su competencia y las demás que le confiere el propio Código y otras disposiciones legales.

V. COMISIONES EJECUTIVAS PERMANENTES. Asimismo, los ordinales 83 y 84, párrafo primero, del Código de Instituciones y Procedimientos Electorales para el Estado de Morelos, disponen que el Consejo Estatal Electoral, para el mejor desempeño de sus atribuciones, integrará comisiones ejecutivas que tendrán como objetivo planear, organizar, dirigir y controlar el desarrollo adecuado de las actividades de las diferentes direcciones y órganos técnicos del Instituto Morelense, de acuerdo a la materia encomendada.

Cabe precisar que, las Comisiones Ejecutivas Permanentes con que contará el Consejo Estatal, son las siguientes:

- I. De Asuntos Jurídicos;
- II. De Organización y Partidos Políticos;
- III. De Capacitación Electoral y Educación Cívica;
- IV. De Administración y Financiamiento;
- V. De Participación Ciudadana;

ACUERDO IMPEPAC/CEE/051/2025, QUE PRESENTA LA SECRETARÍA EJECUTIVA AL CONSEJO ESTATAL ELECTORAL DEL INSTITUTO MORELENSE DE PROCESOS ELECTORALES Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA QUE EMANA DE LA COMISIÓN EJECUTIVA PERMANENTE DE FORTALECIMIENTO DE LA IGUALDAD DE GÉNERO Y NO DISCRIMINACIÓN EN LA PARTICIPACIÓN POLÍTICA, MEDIANTE EL CUAL SE APRUEBAN EL PROGRAMA Y MATERIALES PARA LA "CAPACITACIÓN SOBRE PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS ANTE SITUACIONES DE VIOLENCIA POLÍTICA CONTRA LAS MUJERES EN RAZONES DE GÉNERO", DIRIGIDO AL PERSONAL DE ESTE ÓRGANO ELECTORAL LOCAL.

- VI. De Seguimiento al Servicio Profesional Electoral Nacional;
- VII. De Quejas;
- VIII. De Transparencia;
- IX. De Fiscalización;
- X. De Imagen y Medios de Comunicación;
- XI. De Fortalecimiento de la Igualdad de Género y No Discriminación en la Participación Política.**
- XII. De Pueblos y Comunidades Indígenas;
- XIII. De Grupos Vulnerables.

Es dable señalar también, que las Comisiones Ejecutivas Permanentes y Temporales se integrarán únicamente por tres Consejeros Electorales.

VII. LA COMISIÓN EJECUTIVA PERMANENTE DE FORTALECIMIENTO DE LA IGUALDAD DE GÉNERO Y NO DISCRIMINACIÓN EN LA PARTICIPACIÓN POLÍTICA. El artículo 91 Bis del Código de Instituciones y Procedimientos Electorales para el Estado de Morelos, establece que dentro de las atribuciones de la *Comisión Ejecutiva Permanente de Fortalecimiento de la Igualdad de Género y No Discriminación en la Participación Política*, se encuentran las siguientes:

[...]

V. Supervisar las acciones, competencia del Instituto, relativas a la difusión, promoción y formación en materia de derechos humanos y género, dirigidas a los miembros del Servicio Profesional Electoral Nacional y al personal de la Rama Administrativa.

[...]

VI. DERECHOS HUMANOS RECONOCIDOS EN LAS CONSTITUCIONES FEDERAL Y LOCAL EN MATERIA DE VPMRG. Dispone el artículo 1º constitucional que todas las personas gozarán de los derechos humanos reconocidos en la Constitución y en los tratados internacionales de los que el Estado Mexicano sea parte e impone a todas las autoridades para que, en el ámbito de sus competencias, promuevan, respeten, protejan y garanticen los derechos humanos de conformidad con los principios de universalidad, interdependencia, indivisibilidad y progresividad; estableciéndoles el deber de prevenir, investigar, sancionar y reparar las violaciones a los derechos humanos.

Por su parte, la Constitución Política del Estado Libre y Soberano de Morelos, establece en sus artículos 1 Bis y 2 Bis, fracciones II, IX y XII, lo siguiente:

ACUERDO IMPEPAC/CEE/051/2025, QUE PRESENTA LA SECRETARÍA EJECUTIVA AL CONSEJO ESTATAL ELECTORAL DEL INSTITUTO MORELENSE DE PROCESOS ELECTORALES Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA QUE EMANA DE LA COMISIÓN EJECUTIVA PERMANENTE DE FORTALECIMIENTO DE LA IGUALDAD DE GÉNERO Y NO DISCRIMINACIÓN EN LA PARTICIPACIÓN POLÍTICA, MEDIANTE EL CUAL SE APRUEBAN EL PROGRAMA Y MATERIALES PARA LA "CAPACITACIÓN SOBRE PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS ANTE SITUACIONES DE VIOLENCIA POLÍTICA CONTRA LAS MUJERES EN RAZONES DE GÉNERO", DIRIGIDO AL PERSONAL DE ESTE ÓRGANO ELECTORAL LOCAL.

[...]

Artículo *1 Bis.- De los Derechos Humanos en el Estado de Morelos:

En el Estado de Morelos se reconoce que todo ser humano tiene derecho a la protección jurídica de su vida, desde el momento mismo de la concepción, y asegura a todos sus habitantes, el goce de los Derechos Humanos, contenidas en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos y en la presente Constitución...

En el Estado de Morelos, queda prohibida toda discriminación motivada por origen étnico o nacional, el género, la edad, las discapacidades, la condición social, las condiciones de salud, la religión, las opiniones, la orientación sexual, el estado civil o cualquier otra que atente contra la dignidad humana y tenga por objeto anular o menoscabar los derechos y libertades de las personas.

[...]

Artículo 4o.- La mujer y el hombre son iguales ante la ley. Ésta protegerá la organización y el desarrollo de las familias. El Estado garantizará el goce y ejercicio del derecho a la igualdad sustantiva de las mujeres.

ARTÍCULO *2 Bis.

II.- Queda prohibida toda discriminación que, por origen étnico o cualquier otro motivo, atente contra la dignidad humana y tenga por objeto anular o menoscabar los derechos y libertades de las personas, así como su desarrollo comunitario;

VIII.- Se garantizará a los indígenas el efectivo acceso a la justicia, tanto municipal como estatal. Para garantizar este derecho en la fase preventiva o ejecutiva en los juicios y procedimientos en que sean parte, individual o colectivamente, se proveerá lo necesario en materia de prevención, procuración, administración de justicia y ejecución de sanciones y medidas de seguridad, tomando en consideración sus usos, costumbres y especificidades culturales;

IX.- Los pueblos y comunidades indígenas, aplicarán internamente sus propios sistemas normativos comunitarios, en la regulación y solución de conflictos internos, sujetándose a los principios generales de la Constitución Federal y la del Estado y las leyes que de ellos emanen, respetando los Derechos Humanos, así como la dignidad e integridad de la mujer;

XII.- De conformidad con el artículo 2 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, el Estado y los municipios, con la participación de las comunidades, establecerán las instituciones y las políticas para garantizar el desarrollo humano y social de los pueblos y comunidades indígenas. La ley incorporará las bases que la Constitución Federal y la presente Constitución refieren, así como establecerá los mecanismos y procedimientos para el cumplimiento de esta obligación en los siguientes aspectos:

h) Propiciar la incorporación de las mujeres indígenas en el desarrollo de sus comunidades, mediante el apoyo a los proyectos productivos, la protección de su salud, el otorgamiento de estímulos para favorecer su educación y su participación en la toma de decisiones en la vida comunitaria;

[...]

Ahora bien, partiendo de lo dispuesto en el artículo 1 de la Constitución Federal, en el que se determina que **en los Estados Unidos Mexicanos todas las personas gozarán de los derechos humanos reconocidos en esta Constitución** y en los tratados internacionales de los que el Estado Mexicano sea parte, así como de las garantías para su protección, cuyo ejercicio no podrá restringirse ni suspenderse, salvo en los casos y bajo las condiciones que esta Constitución establece y para ello, **todas las autoridades, en el ámbito de sus competencias, tienen la obligación de promover, respetar, proteger y garantizar los derechos humanos** de conformidad con los principios de universalidad, interdependencia, indivisibilidad y progresividad. En consecuencia, el Estado deberá prevenir, investigar, sancionar y reparar las violaciones a los derechos humanos, en los términos que establezca la ley.

Bajo tal precepto constitucional el IMPEPAC, como autoridad electoral local, también cuenta con la obligación en el ámbito de su competencia de realizar acciones para garantizar los derechos humanos de la ciudadanía morelense, como lo es la prevención de la Violencia Política contra las Mujeres por Razones de Género, pues de conformidad con el artículo 48 Bis, de la Ley General de Acceso a una Vida Libre de Violencia que los Organismos Públicos Locales Electorales, en el ámbito de sus competencias la promoción de la cultura de la no violencia en el marco del ejercicio de los derechos políticos y electorales de las mujeres.

VII. El Programa anual de actividades de la Comisión Ejecutiva Permanente de Fortalecimiento de la Igualdad de Género y no Discriminación en la Participación Política, correspondiente al año 2025,¹ que fue aprobado el día cuatro de diciembre de diciembre de dos mil veinticuatro y presentado ante el Consejo Estatal Electoral el doce de diciembre de la misma anualidad .

Así las cosas y en atención a que con fecha once de octubre del año dos mil veinticuatro, fue recibido el oficio INE/UT/18893/2024; signado por el Licenciado Hugo Patlán Matehuala, Encargado de despacho de la Unidad Técnica de lo Contencioso Electoral de la Secretaría Ejecutiva del Instituto Nacional Electoral, mediante el cual se hace la invitación a este OPLE, a participar en el taller para personas facilitadoras en Primeros Auxilios Psicológicos dirigidos a mujeres afectadas por Violencia Política contra

¹ Disponible en la siguiente liga electrónica: <https://impepac.mx/wp-content/uploads/2025/01/PROGRAMA%20ANUAL%20DE%20ACTIVIDADES%202025%20CEPFIG.pdf>

las Mujeres en Razón de Género y al cual acudió la Licenciada en Psicología Karina Ortega Olivares, Directora Ejecutiva de Capacitación Electoral, Educación Cívica y Participación Ciudadana; es que resulta necesaria la réplica de las herramientas adquiridas en esa capacitación.

En tal sentido es que se **aprueba** por este Consejo Estatal Electoral el PROGRAMA RELATIVO A LA CAPACITACIÓN DIRIGIDA AL PERSONAL DEL INSTITUTO MORELENSE DE PROCESOS ELECTORALES Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA DENOMINADA: "PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS A MUJERES AFECTADAS POR VIOLENCIA POLÍTICA EN RAZÓN DE GÉNERO", dirigido al personal de éste órgano electoral local.

En tal sentido es que dicha capacitación servirá para dotar al personal este instituto, de herramientas para dar una respuesta humana de apoyo en casos de violencia política en razón de género con el objetivo de proporcionar ayuda para recuperar la calma, alivio emocional y capacidad de toma de decisiones de una mujer que es víctima de violencia política por razones de conformidad con el **ANEXOS UNO Y DOS** que corren agregados al presente acuerdo y que forman parte integral del mismo; mientras que, el contenido del material que servirá de apoyo para realizar dichas capacitaciones, este incluirá, entre otros temas, qué son: las crisis y la manera como afectan a las personas, las respuestas ante una situación anormal (esferas CASIC), así como los Principios de actuación para implementar el plan de Primeros Auxilios Psicológicos.

Por lo anteriormente expuesto y fundado en términos de lo señalado en su conjunto por los artículos 41, Base V, apartado C, y el artículo 116, segundo párrafo, fracción IV, incisos a), b) y c), 105, fracción segunda, antepenúltimo párrafo, de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos; 225, numeral 1, de la Ley General de Instituciones y Procedimientos Electorales; 48 bis y 50 de la Ley General de Acceso a las Mujeres a una Vida Libre de Violencia; 1, 1 Bis, 2 Bis, fracciones II, VIII, IX y XII; 14 y 23 de la Constitución Política del Estado Libre y Soberano de Morelos; 83, 84, 85, 86, 87, 88, 88 Bis, 88 Ter y 91 Bis, Código de Instituciones y Procedimientos Electorales para el Estado de Morelos; 19 quáter 19 quintus de la Ley de Acceso a las Mujeres a una Vida Libre de Violencia para el Estado de Morelos; este Consejo Estatal Electoral del Instituto Morelense de Procesos Electorales y Participación Ciudadana, emite el siguiente:-----

ACUERDO IMPEPAC/CEE/051/2025, QUE PRESENTA LA SECRETARÍA EJECUTIVA AL CONSEJO ESTATAL ELECTORAL DEL INSTITUTO MORELENSE DE PROCESOS ELECTORALES Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA QUE EMANA DE LA COMISIÓN EJECUTIVA PERMANENTE DE FORTALECIMIENTO DE LA IGUALDAD DE GÉNERO Y NO DISCRIMINACIÓN EN LA PARTICIPACIÓN POLÍTICA, MEDIANTE EL CUAL SE APRUEBAN EL PROGRAMA Y MATERIALES PARA LA "CAPACITACIÓN SOBRE PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS ANTE SITUACIONES DE VIOLENCIA POLÍTICA CONTRA LAS MUJERES EN RAZONES DE GÉNERO", DIRIGIDO AL PERSONAL DE ESTE ÓRGANO ELECTORAL LOCAL.

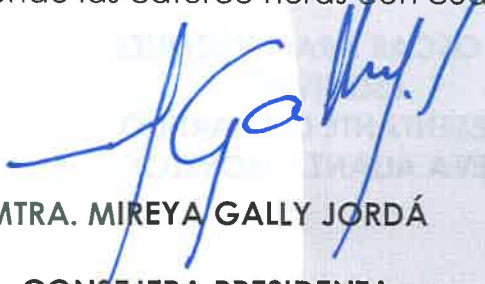
ACUERDO:

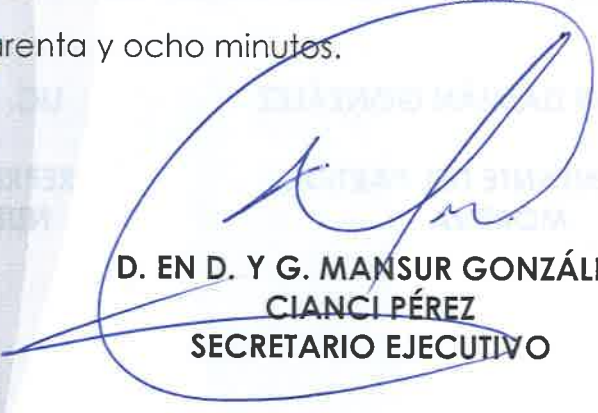
PRIMERO. Este Consejo Estatal Electoral, es **competente** para emitir el presente acuerdo, en términos de la parte considerativa del mismo.

SEGUNDO. Se **aprueba** el programa y material para la "CAPACITACIÓN SOBRE PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS A MUJERES AFECTADAS POR VIOLENCIA POLÍTICA EN RAZÓN DE GÉNERO", dirigido a personal de éste órgano electoral local, de conformidad con los **ANEXOS UNO y DOS**, mismos que corren agregados al presente acuerdo y forman parte integral del mismo.

TERCERO. **Publíquese** en la página oficial de internet de éste Organismo Electoral Local, en atención al principio de máxima publicidad.

El presente acuerdo es aprobado **unanimidad** por las Consejeras y los Consejeros Electorales, en la ciudad de Cuernavaca, Morelos, en sesión extraordinaria celebrada el día veinte de febrero del año dos mil veinticinco, siendo las catorce horas con cuarenta y ocho minutos.


MTRA. MIREYA GALLY JORDÁ
CONSEJERA PRESIDENTA


D. EN D. Y G. MANSUR GONZÁLEZ
CIANCI PÉREZ
SECRETARIO EJECUTIVO

CONSEJEROS ELECTORALES

**MTRO. PEDRO GREGORIO
ALVARADO RAMOS**
CONSEJERO ELECTORAL

**MTRA. ELIZABETH MARTÍNEZ
GUTIÉRREZ**
CONSEJERA ELECTORAL

**MTRA. MAYTE CASALEZ
CAMPOS
CONSEJERA ELECTORAL**

**C.P. MARÍA DEL ROSARIO
MONTES ÁLVAREZ
CONSEJERA ELECTORAL**

**M. EN D. ADRIÁN MONTESSORO
CASTILLO
CONSEJERO ELECTORAL**

**ING. VÍCTOR MANUEL SALGADO
MARTÍNEZ
CONSEJERO ELECTORAL**

REPRESENTANTES DE LOS PARTIDOS POLÍTICOS

**LIC. JOSÉ RUBÉN PERALTA
GÓMEZ
REPRESENTANTE DEL PARTIDO
ACCIÓN NACIONAL**

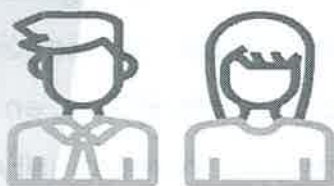
**LIC. ALBERTO ALEXANDER
ESQUIVELOCAMPO
REPRESENTANTE DEL PARTIDO
MOVIMIENTO CIUDADANO**

**LIC. OMAR DAMIÁN GONZÁLEZ
REPRESENTANTE DEL PARTIDO
MORENA**

**LIC. OSCAR JIRAM VÁZQUEZ
ESQUIVEL
REPRESENTANTE DEL PARTIDO
NUEVA ALIANZA MORELOS**

**LIC. GONZALO GUTIÉRREZ
MEDINA
REPRESENTANTE DEL PARTIDO
DE LA REVOLUCIÓN
DEMOCRÁTICA MORELOS**

**PROGRAMA RELATIVO A LA
CAPACITACIÓN DENOMINADA
"PRIMEROS AUXILIOS
PSICOLÓGICOS ANTE SITUACIONES
DE VIOLENCIA POLÍTICA CONTRA
LAS MUJERES EN RAZONES DE
GÉNERO", DIRIGIDO AL PERSONAL
DE ESTE ÓRGANO ELECTORAL
LOCAL.**



**Igualdad de Género y
no Discriminación en la
Participación Política**

A large, stylized handwritten signature in blue ink, located on the right side of the page.

Página 1 de 6

Contenido

1. Antecedentes.....2

2. Objetivo:.....4

3. Temario:.....4

4. Dirigido a:.....5

5. Duración:.....5

6. Sede:.....5

7. Ponente:.....5

8. Cronograma de capacitaciones:.....6

1. Antecedentes:

Mediante el oficio INE-UT/18893/2024, signado por el Lcdo. Hugo Patlán Matehuala, encargado de despacho de la Unidad Técnica de lo Contencioso Electoral de la Secretaría Ejecutiva del INE, dirigido a las Presidentas y Presidentes de los Organismos Públicos Locales Electorales en donde hace referencia entre otras cosas, a que el veintitrés de agosto de dos mil veintitrés, se aprobó el Protocolo Modelo para los Organismos Públicos Locales Electorales para la Atención de Primer Contacto a Víctimas y la identificación de Factores de Riesgo en los casos de Violencia política contra las mujeres en razón de género, mediante acuerdo INE/CIGYND/002/2023. Como parte del seguimiento de las acciones implementadas en materia de VPMRG, y en el marco del Convenio específico de colaboración con número INE/DJ/168/2023, número de registro 62158-1188-27-X-23, la Unidad Técnica de lo Contencioso Electoral del INE, en colaboración con la Facultad de Psicología de la UNAM, se desarrolló el taller para personas facilitadoras en primeros auxilios psicológicos dirigidos a mujeres afectadas por Violencia Política contra las

Mujeres en Razón de Género, esto con la finalidad de que el personal que brinda atención de primer contacto cuente con herramientas para brindar una atención adecuada.

En ese sentido, mediante oficio INE/UT/18893/2024, signado por el Licdo. Hugo Patlán Matehuala, encargado de despacho de la Unidad Técnica de lo Contencioso Electoral de la Secretaría Ejecutiva, le fue realizada a este órgano electoral una invitación a participar en el **"Taller para personas facilitadoras en Primeros Auxilios Psicológicos dirigidos a mujeres afectadas por Violencia Política contra las Mujeres en razón de Género"**, que realizó la Unidad Técnica de lo Contencioso en colaboración con la Facultad de Psicología de la UNAM a través de la designación de una persona que fungiría como facilitadora de dicho taller.

Atento a lo anterior y una vez que el personal de este órgano electoral fue capacitado, se advierte que hay condiciones para poder llevar a cabo la capacitación propuesta a través de la persona facilitadora, ello en correlación con la línea de acción 6, prevista en el Programa Anual de Actividades 2025 de la Comisión Ejecutiva Permanente de Fortalecimiento de la Igualdad de Género y No Discriminación en la Participación Política. Lo anterior en atención al Plan de Trabajo de la Comisión Ejecutiva Permanente de Fortalecimiento de la Igualdad de Género y No discriminación Política del Instituto Morelense de Procesos Electorales y Participación Ciudadana para el año 2025, mismo que fue aprobado de manera primigenia en fecha cuatro de diciembre de dos mil veinticuatro y la adecuación al mismo. Es importante señalar que con fecha 19 de febrero de 2025 en sesión extraordinaria de la Comisión Ejecutiva de Fortalecimiento de la Igualdad de Género y No Discriminación en la Participación Política

mediante en el cual se aprobaron las adecuaciones al Programa Anual de Trabajo 2025 de la citada Comisión. Así mismo con fecha 20 de febrero de 2025 fue aprobada dicha adecuación en la Sesión Extraordinaria del Consejo Estatal Electoral, mediante el Acuerdo IMPEPAC/CEE/049/2025

2. Objetivo:

Dotar al personal del Impepac de herramientas para dar una respuesta humana de apoyo en casos de violencia política en razón de género con el objetivo de proporcionar ayuda para recuperar la calma, alivio emocional y capacidad de toma de decisiones.

3. Temario:

1. Apoyo Psicológico de Primer Contacto ante situaciones de Violencia Política en Razón de Género (APPC).
2. Aspectos del APPC
3. Crisis y la manera como afectan a las personas
4. Respuestas ante una situación anormal (esferas CASIC)
5. Principios de actuación Implementar el plan de APPC
6. Con la orientación y apoyo de la dirección Jurídica: Procedimiento para la canalización de la probable víctima en los casos en que se requiera atención especializada, médica, psicológica, jurídica y /o se esté ante la presencia de hechos que pudieran ser constitutivos de delito competencia de autoridad distinta a este instituto.

4. Dirigido a:

Personal del Impepac

5. Duración y bloques de áreas a capacitar.

Cada bloque de capacitación está propuesto **para impartirse 5 días consecutivos de una hora y media de duración**, en **turno matutino de 9:00 a 10:30 horas** y en **turno vespertino de 15:30 a 17:00 horas**.

Primer bloque de áreas a capacitar en la semana del **2 al 11 de abril de 2025**, repartidos **en ambos turnos matutino y vespertino**.

- SECRETARÍA EJECUTIVA
- DIRECCIÓN JURÍDICA
- COORDINACIÓN DE GÉNERO

6. Sede:

En las instalaciones del Instituto Morelense de Procesos Electorales y Participación Ciudadana.

7. Persona Facilitadora:

Lic. Karina Ortega Olivares

Directora Ejecutiva de Capacitación, Educación Cívica y Participación Ciudadana, del Impepac.



8. Cronograma de capacitaciones:

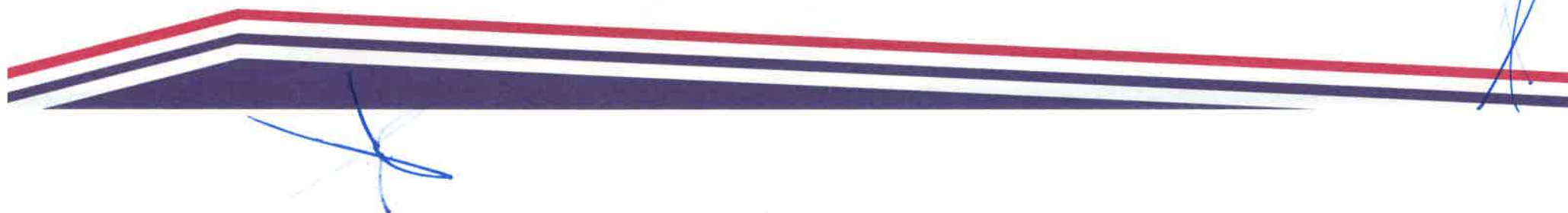
Bloque	Área		Fechas	Asistentes	Horario
TURNO MATUTINO	Secretaría Ejecutiva, Dirección Jurídica Coordinación de Género		2, 4, 7, 9 y 11 de abril de 2025	Personal de Secretaría Ejecutiva, Dirección Jurídica, Coordinación de Género	9:00 a 10:30 hrs.
TURNO VESPERTINO	Secretaría Ejecutiva, Dirección Jurídica Coordinación de Género		2, 4, 7, 9 y 11 de abril de 2025	Personal de Secretaría Ejecutiva, Dirección Jurídica	15:30 a 17:00 hrs.

Nota: El presente programa se plantea de manera enunciativa mas no limitativa, por lo cual puede ser sujeto de adecuaciones en atención a las actividades propias del personal.



DIRECCIÓN EJECUTIVA DE
CAPACITACIÓN ELECTORAL
EDUCACIÓN CÍVICA
Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA

PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS ANTE SITUACIONES DE VIOLENCIA POLÍTICA CONTRA LAS MUJERES EN RAZONES DE GÉNERO", DIRIGIDO AL PERSONAL DE ESTE ÓRGANO ELECTORAL LOCAL.



Objeto

- ▶ Promover la adquisición de conocimientos y habilidades para brindar primer apoyo psicológico a personas afectadas por un fenómeno perturbador.

Primeros Auxilios Psicológicos a personas afectadas por fenómenos perturbadores.



Respuesta humana de **apoyo** a otro ser humano que está sufriendo y que puede necesitar ayuda para **recuperar** su **calma** y **capacidad** de **tomar** decisiones.



Aspectos de los PAP

¿Quiénes pueden
brindarlo?

Cualquier persona capacitada

Profesionales capacitados

¿Cuál es su objetivo
prioritario?

Brindar apoyo en función de las
necesidades identificadas

Abordar detalles del evento para
poder afrontarlo

¿Qué tipo de
intervención se brinda?

Dirigida a realizar escucha
activa, validación de emociones
y solución de problemas

Dirigida a hablar del evento, de
los sentimientos y reacciones
ante la situación

Se puede brindar en cualquier
lugar y a cualquier persona

Cierto

Falso





¿En qué consisten los PAP?



DIRECCIÓN EJECUTIVA DE
CAPACITACIÓN ELECTORAL
EDUCACIÓN CÍVICA
Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA

Apoyar

De manera no
invasiva y práctica

Escuchar

Sin presionar y
ayudar a sentir calma

Evaluar

Necesidades y
preocupaciones

Atender

Necesidades y
preocupaciones

PROTEGER

Peligros (brindar
recomendaciones
de autocuidado)

Facilitar

acceso a
información,
servicios y apoyos
sociales

Lo que NO es el PAP

01

No todas las personas
afectadas lo requieren

03

No es etiquetar a la
persona o hacer
diagnósticos

02

No es un interrogatorio
invasivo

04

No presionar para que
exprese sus emociones



¿Sabes qué es una crisis y cómo afectan a las personas?



Reacción **temporal** de desequilibrio psicológico, que surge cuando una persona **enfrenta un evento perturbador o situación adversa** y percibe que **no puede solucionarlo**, o al menos no con los métodos acostumbrados para resolver problemas.

Roberts (2006), Slaikeu (1984)

¿Qué situaciones podrían provocar una crisis?

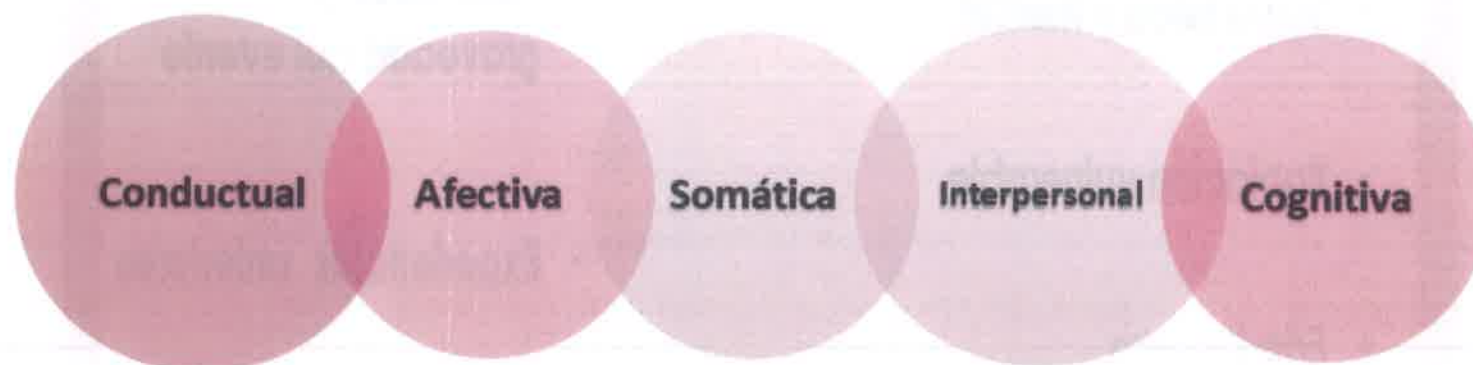
- Accidentes
- Desastres naturales
- Migración
- Pandemias
- Dificultades financieras
- Divorcio/separación
- Muerte/perdidas
- Deterioro
- Situaciones de violencia

Factores que influyen en las reacciones a la crisis

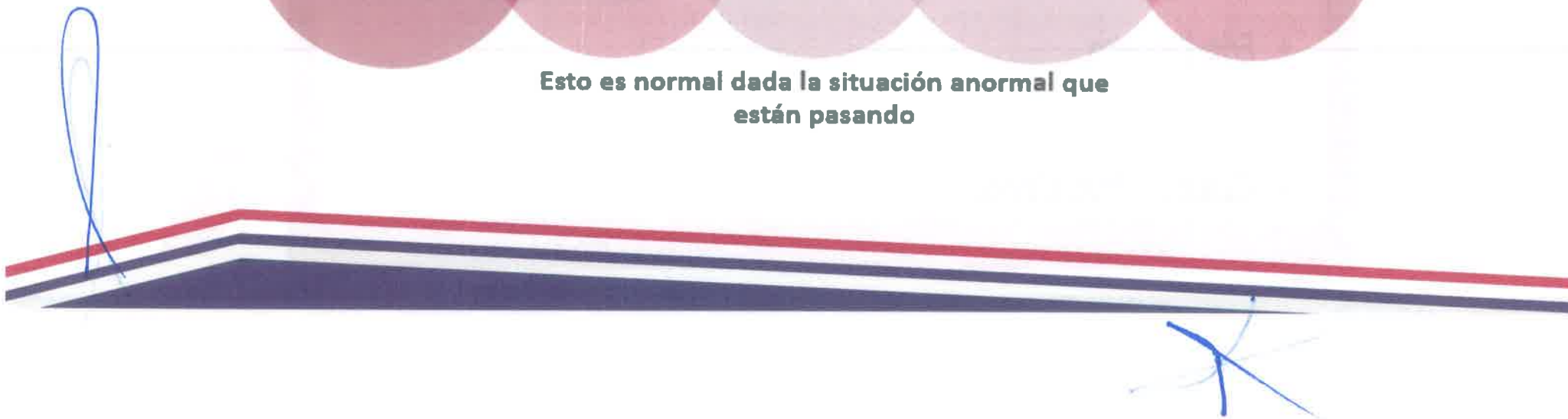
- Salud física y mental
- Población vulnerable
- Edad y sexo
- Cultura y tradiciones
- Naturaleza y gravedad del evento
- Experiencias anteriores

Esferas CASIC

Durante las siguientes 24 horas posteriores al evento, el 86% de los individuos presentará algún tipo de reacción en una o varias esferas del CASIC.



Esto es normal dada la situación anormal que
están pasando



Respuesta Conductual



Conductual

- Respuestas exageradas de sobresalto.
- Cambio en hábitos alimenticios
- Cambio en hábitos de sueño
- Consumo de sustancias
- Aislamiento
- Disminución del rendimiento en la escuela o el trabajo
- Pérdida de interés en actividades que antes disfrutaba
- Estar como ausente y propenso a accidentes

Respuesta Afectiva



Afectiva

- Irritabilidad
- Miedo, ansiedad, tristeza, enojo, etc.
- Aplanamiento afectivo (emociones)
- Sentimientos de ser rebasado por la situación
- Dificultad para transmitir sentimientos
- Temor a la oscuridad



Respuesta Somática



Somática

- Temblores
- Dolor de cabeza
- Aumento en la frecuencia cardiaca
- Aumento en la transpiración
- Dificultad para respirar
- Rigidez muscular
- Debilidad y fatiga
- Dolores de cabeza
- Insomnio
- Estreñimiento

Respuesta Interpersonal



Interpersonal

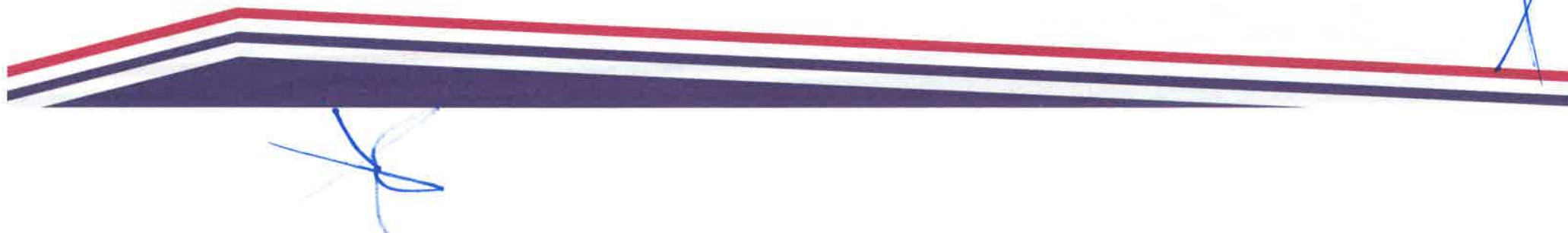
- Evitar personas, lugares, conversaciones, actividades
- Conflictos familiares, laborales
- Desconfianza ante extraños
- Desapego

Respuesta Cognitiva



Cognitiva

- Confusión
- Desorientación (por ejemplo, no saber su propio nombre, de dónde es, qué ha ocurrido)
- Dificultad para tomar decisiones
- Dificultad para concentrarse
- Sensación de un futuro limitado
- Recuerdos y/o sueños recurrentes sobre el evento
- Flashbacks



Principios de actuación

1. Enterarse



2. Observar



3. Proteger



4. Escuchar



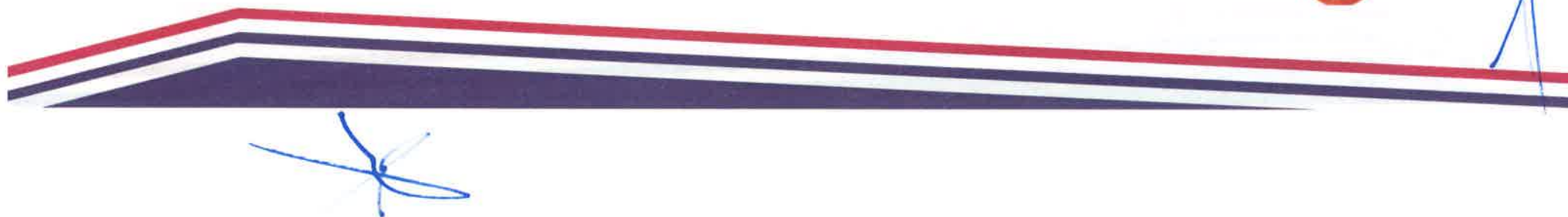
5. Conectar



Permiten
orientarnos



Principios de actuación



Implementar el plan de PAP

Mantén una distancia física
entre 45 y 120 cm.

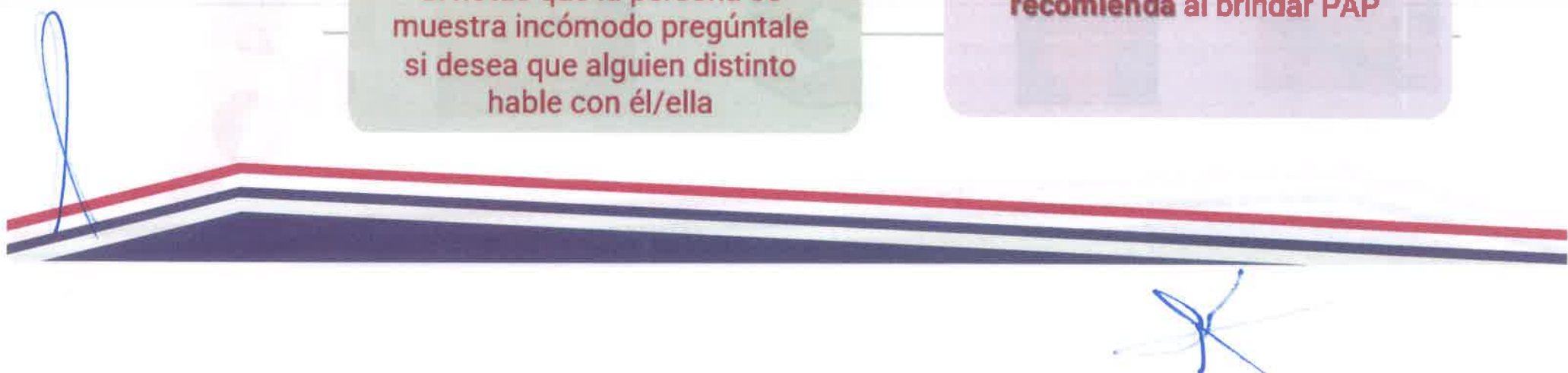
Preséntate (Nombre, cargo
y que estás capacitado en
PAP)

Establece un contacto empático
generando un entorno de
seguridad y confianza

Ofrece un lugar que les
permita platicar sin
interrupciones (**Privacidad**)

Si notas que la persona se
muestra incómodo pregúntale
si desea que alguien distinto
hable con él/ella

Evitar el **contacto físico**, no se
recomienda al brindar PAP



Ejercicio práctico

- Practiquemos las habilidades iniciales de presentación.
- Presentación de quien atiende con nombre y cargo



Escuchar- Mantén una comunicación asertiva

- Preguntar su nombre y como desea ser nombrada dirigiéndose a ella en la forma que indique.
- En caso de ser persona trans, respetar su identidad y dirigirse como desea ser nombrada.
- Identificar si se trata de alguna mujer indígena o con alguna discapacidad
- Verbalizarle a la persona que se encuentra fuera de las condiciones de riesgo/en una zona sin peligros/que el evento crítico ya ha terminado para **fomentar una sensación de seguridad.**
- En caso de que la mujer este acompañada, es necesario preguntarle si desea ser atendida sola o en presencia de quien la acompaña.



Escuchar- Mantén una comunicación asertiva



DIRECCIÓN EJECUTIVA DE
CAPACITACIÓN ELECTORAL
EDUCACIÓN CÍVICA
Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA

- Preguntar directamente sobre sus necesidades reales y sentidas, **sin contradecirlo**.
- Si notas que la persona se muestra incómoda pregúntale si desea que alguien distinto hable con ella.
- No generar falsas promesas
- Brindar información clara y veraz.
- Evitar dar consejos o soluciones



Preguntas abiertas

- Abren la comunicación.
- Son aquellas que no pueden ser contestadas con una o dos palabras.
- Invitan a un amplio abanico de respuestas.
- Animar a la persona que se explique.
- Estimulan la reflexión.



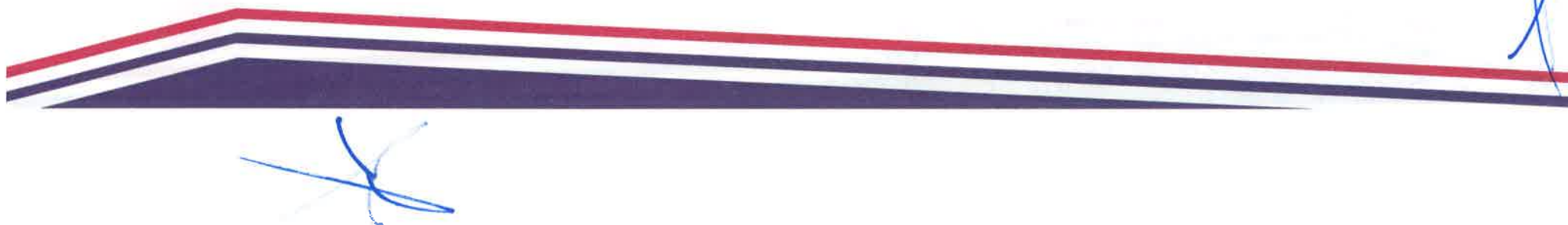
Preguntas Abiertas y Cerradas

Pregunta Cerrada

1. “¿Te sientes triste?”
2. “¿Tienes problemas para dormir?”
3. “¿Sigues trabajando?”

Pregunta Abierta

1. ¿Qué actividades has realizado esta semana?
2. ¿Cómo describirías que estas durmiendo?
3. ¿Cuáles son las actividades que haces en el día?



Preguntas Abiertas y Cerradas

Pregunta Cerrada

1. “¿Te sientes triste?”
2. “¿Tienes problemas para dormir?”
3. “¿Sigues trabajando?”

Pregunta Abierta

1. ¿Qué actividades has realizado esta semana?
2. ¿Cómo describirías que estas durmiendo?
3. ¿Cuáles son las actividades que haces en el día?

Escucha activa

Mostrar interés en lo que otra persona está diciendo, así como respeto por lo que sabe.

Ayuda crear este ambiente de **empatía**, sin juicios de valor.

Validar es comunicar que las acciones, pensamientos, sensaciones físicas, emociones son comprensibles y tienen sentido.

- *Esto parece como que fue muy difícil / irritante / aterrador (etc.) para usted.*
- *Puedo percibir cuán triste / abrumador esto fue para usted.*

- En ocasiones las personas pueden:
- Sentir vergüenza acerca de las experiencias a las que se han expuesto
- Estigma ante hablar de salud mental y/o del consumo de sustancias



Las palabras importan

Evitar frases como:

"Podría ser
peor"

"Tienes que
tranquilizarse"

"No debe ser tan
malo lo que estás
pasando, trata de
ver el lado bueno"

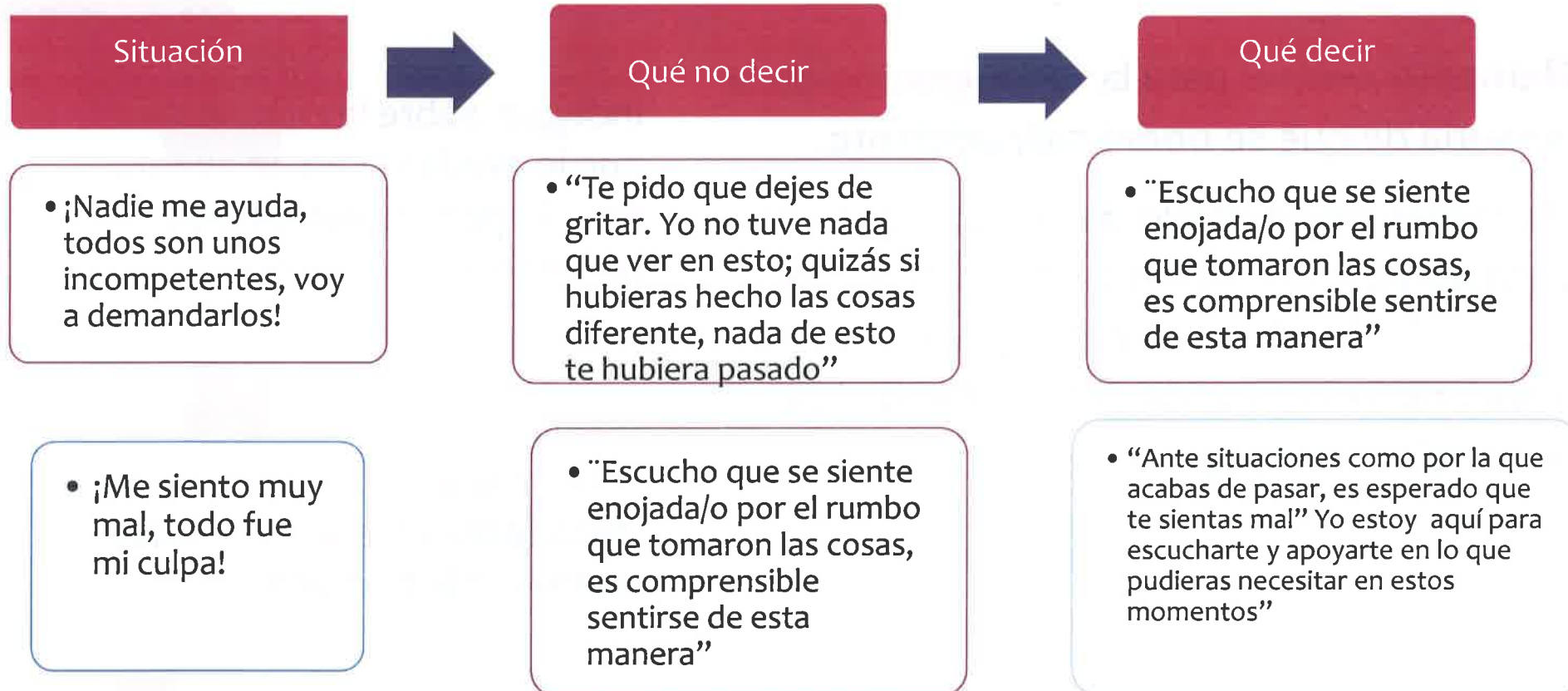
Verbalizar frases como:

"Gracias por
confiar en mí"

"Lamento
escuchar eso.
Debe ser
difícil".

"No puedo imaginar
por lo que estás
pasando. Hay algo
en lo que pueda
apoyarte"

Escuchar: Validación y empatía



Sensación de esperanza

- **Elemento central** para la **recuperación** de la persona de que se podrá salir adelante.
- Mantener cierto grado de ánimo y que son capaces de **ENFRENTARSE MEJOR A LOS EFECTOS DEL EVENTO** dado que se mantiene una considerable capacidad de planeación a futuro.

Indague sobre **las decisiones** que le ayudaron en **un evento pasado** para fomentar una **sensación de autoeficacia**

Pregunte/valide/verbalice las fortalezas y **capacidades** que conserva la persona



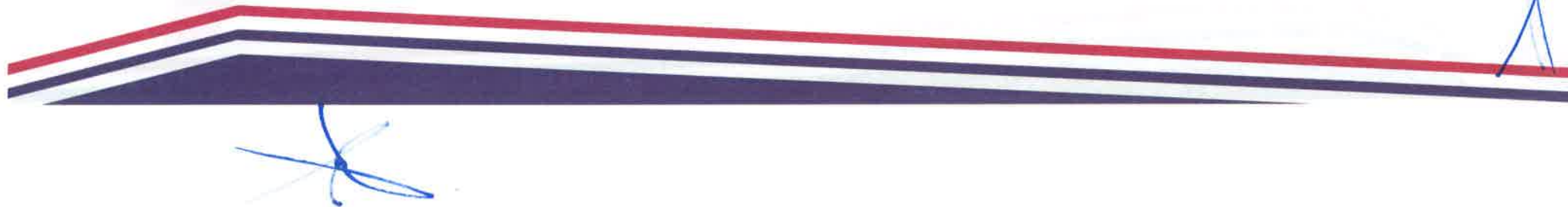
Conectar



DIRECCIÓN EJECUTIVA DE
CAPACITACIÓN ELECTORAL
EDUCACIÓN CÍVICA
Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA

- Guiar a las personas a qué hacer relacionado a sus necesidades.
- Uso de un lenguaje plural que indica acción conjunta.
- Conectar a las personas con las redes de apoyo social si lo permite.

JERARQUIZAR EL TIPO DE NECESIDADES A TRABAJAR; se atenderán **UNA A UNA CADA NECESIDAD, INICIANDO CON LAS DE MAYOR RIESGO** y posteriormente pasar a **ANALIZAR Y GENERAR OPCIONES DE MEJORA** en cada una de las otras necesidades de acuerdo a la importancia que la persona les asigne a cada una de éstas.



Estrategias de regulación emocional

Respiración profunda/ diafragmática

Contraindicaciones

- Pregunte si tiene problemas en la capacidad pulmonar, Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) antes de realizar una técnica de respiración

Consideraciones

- Preparar ambiente para reducir/evitar interrupciones
- Postura cómoda (brazos y piernas extendidos)
- Cerrar ojos o ver fijamente un punto

Respiración profunda

Empieza observando cómo se sienten tus pies, tus brazos, espalda. Trata de aflojar los músculos.

Enfoca tu atención en tu respiración. Deja entrar el aire lentamente por la nariz, de manera que sientas como tu estómago se va inflando.



Atiende en todo lo que sea posible de tu respiración (tensión de los músculos, sonido del aire, sensaciones, movimiento del pecho, sensación de sequedad o humedad en la nariz, etc).

Deja salir el aire lentamente. La exhalación debe ser más lenta que la inhalación, aproximadamente el doble de tiempo.



Retroalimentación

1. Definir el problema

2. Generar alternativas

3. Balance Decisional

4. Toma de Decisión

5. Implementación

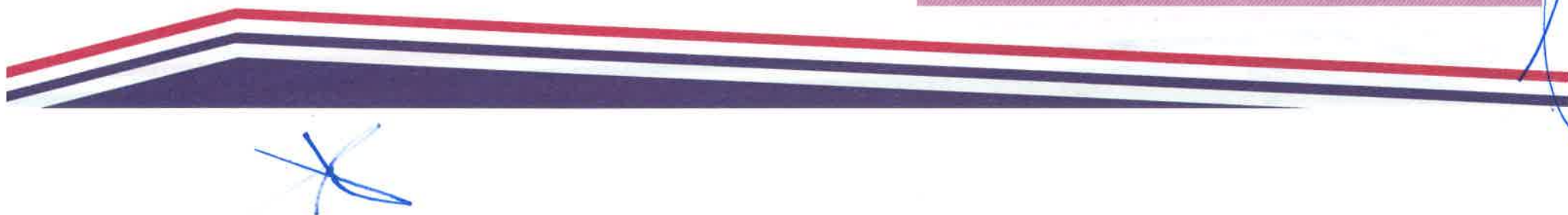


Acciones de autocuidado



- Expresa tus sentimientos
- Habla de lo sucedido con una persona de confianza.
- Descanse lo suficiente y realice ejercicio físico.
- Coma con regularidad y beba agua.
- Hable y pase tiempo con la familia y los amigos.
- Realice actividades que le ayuden a relajarse
- Busca pasatiempos saludables

- No duerma todo el día.
- No deje de comer
- No se aísle de los amigos y seres queridos.
- No trabaje todo el tiempo
- Limita el consumo de tabaco y bebidas alcohólicas
- Evita automedicarte



Cierre de la atención

Pregúntale cómo
se siente después
de la intervención

Asegúrate de que
la persona se
sienta segura y
calmada

Recuérdale que la
respuesta que
presenta es
esperada

Evidencia cambios
positivos

Comenta que si
después de un tiempo
sigue presentando
síntomas que busque
ayuda

Programar un
seguimiento

Autoevaluación

Ejercicio práctico



1. Dividirnos en grupos.
2. En cada grupo se asignaran los siguientes roles:
 - Prestador de PAP
 - Persona que requiere la atención
 - Observador

¿Qué se requiere para una atención responsable?

Cuidarse a uno mismo

01

Tu salud mental es tan importante como tu salud física

03

Toma tiempo para descansar, relajarte y recargar energías

02

Asegúrate de que eres capaz, física y emocionalmente, de ayudar a otras personas.

04

Presta atención especial al propio bienestar



Conectar y Centrarnos

- Conectarnos con algo significa prestarle toda nuestra atención, usando el cuerpo y los sentidos. Hay un mundo al alrededor que podemos ver, oír, tocar, saborear y oler.
- Estar en el momento presente/ en el aquí y ahora. (Poner los pies en la tierra) nos ayuda a mantenernos a salvo de las **“tormentas emocionales”** y regular mejor el estrés.
- NO hace desaparecer las **“tormentas emocionales”**.
- El objetivo NO es eliminar pensamientos y sentimientos difíciles, su finalidad es ayudarte a manejar el estrés.



O.P.S. 2022



Igualdad de Género y
no Discriminación en la
Participación Política



DIRECCIÓN EJECUTIVA DE
CAPACITACIÓN ELECTORAL
EDUCACIÓN CÍVICA
Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA

Gracias

www.impepac.mx

 @impepac

 @impepacmorelos

 @impepac

 @impepac.morelos