documenta



Caja de herramientas

para violaciones graves a derechos humanos

DETENCIÓN ARBITRARIA • TORTURA • EJECUCIÓN EXTRAJUDICIAL

Índice

Bienvenida

1. ¿Qué encontrarás en la caja?
2. ¿Cómo usar esta caja?
3. ¿A quién está dirigida?

Diagnóstico. ¿Qué me sucedió?

1. Lista de verificación o *checklist* para identificar si tu caso es una violación a los derechos humanos
   - Semáforo de detención arbitraria
   - Semáforo contra la tortura
2. Señales de alerta.
   ¿En dónde suelen ocurrir estos abusos?
   + Herramientas
3. Entendiendo los conceptos
   - ¿Qué es una detención arbitraria? + Herramientas
   - ¿Qué es la tortura? + Herramientas
   - ¿Qué es la ejecución extrajudicial? + Herramientas
   - ¿Qué es una violación grave a los derechos humanos?

Acción inmediata. ¿Qué hago ahora?

1. **Pasos urgentes.**
   ¿Qué hacer en primer lugar ante una detención arbitraria, tortura o malos tratos?
   + Herramientas

2. **Tus derechos.**
   Lo que la autoridad debe respetar sí o sí
   + Herramientas

Justicia. ¿Dónde buscar ayuda?

1. **Dependencias públicas. Instituciones y organismos de derechos humanos**
   + Herramientas

2. **Sociedad civil.**
   Algunas organizaciones y colectivos que ofrecen asesoría jurídica gratuita, apoyo psicológico y psicosocial

Para profundizar. Sustento legal y consulta

1. **El respaldo de la ley.**
   Listado de normas nacionales e internacionales

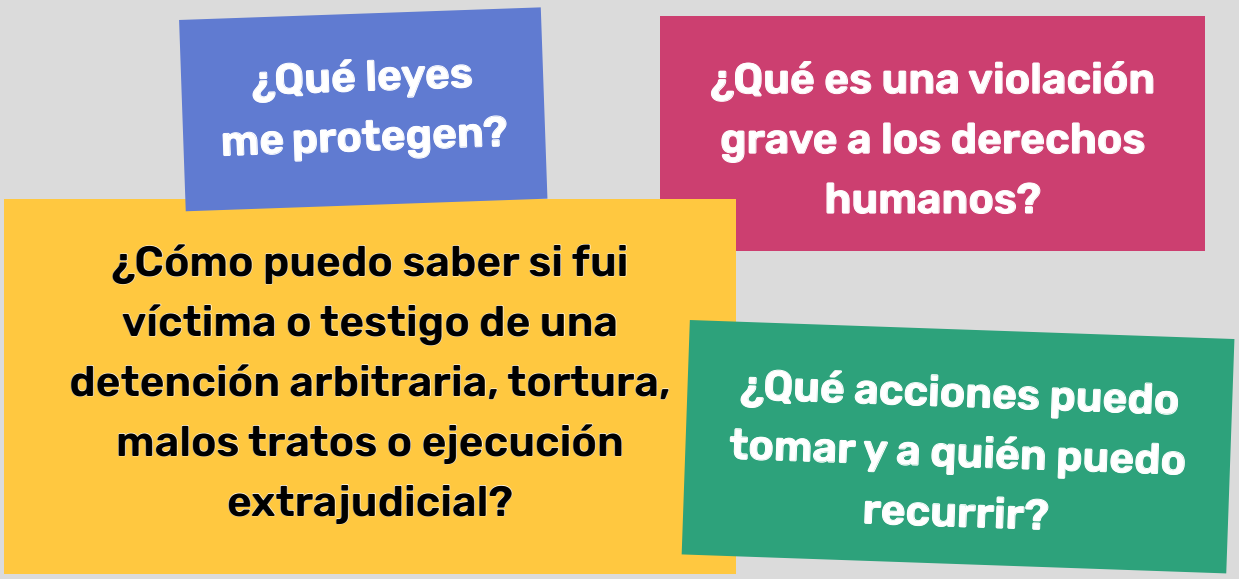
2. **Biblioteca. Recursos adicionales**

Bienvenida

Esta «caja de herramientas» es un recurso creado por Documenta para apoyarte si tú o alguien cercano a ti ha sido víctima de detenciones arbitrarias, tortura, malos tratos o ejecución extrajudicial. También es un recurso para quienes acompañan a personas en tales situaciones. Aquí ponemos a tu disposición materiales útiles, gratuitos y explicados en un lenguaje sencillo.

1. ¿Qué encontrarás en la caja?

Por medio de definiciones, guías, videos y audios prácticos, te ayudaremos a responder estas preguntas:



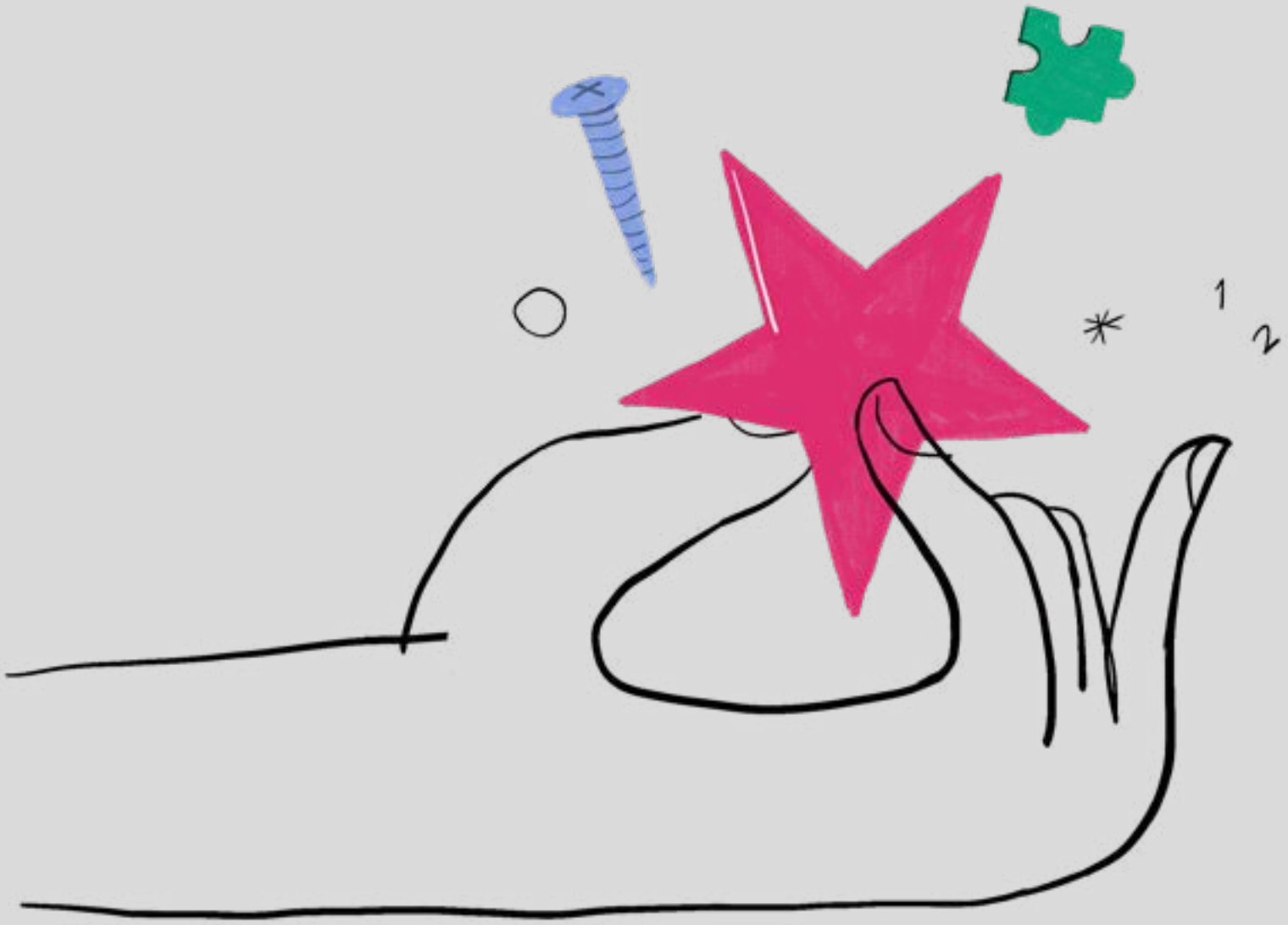
2. ¿Cómo usar esta caja?

Este material es interactivo, para que lo uses a tu propio ritmo y según tus necesidades. Puedes revisar los temas en el orden que prefieras y consultarlos las veces que quieras. Si no sabes por dónde empezar, te sugerimos iniciar con la sección **«Diagnóstico. ¿Qué me sucedió?»**.

Esperamos que estas herramientas te ayuden a conocer y defender tus derechos de manera informada. Si crees que pueden ser útiles para alguien más, te invitamos a compartirlas.

3. ¿A quién está dirigida?

Esta caja ha sido diseñada pensando en las personas que han sido o siguen siendo víctimas directas de graves violaciones a los derechos humanos. Sin embargo, si eres víctima indirecta, persona defensora o brindas acompañamiento, te damos la bienvenida e invitamos a adaptar el contenido a tu propia situación y necesidades.



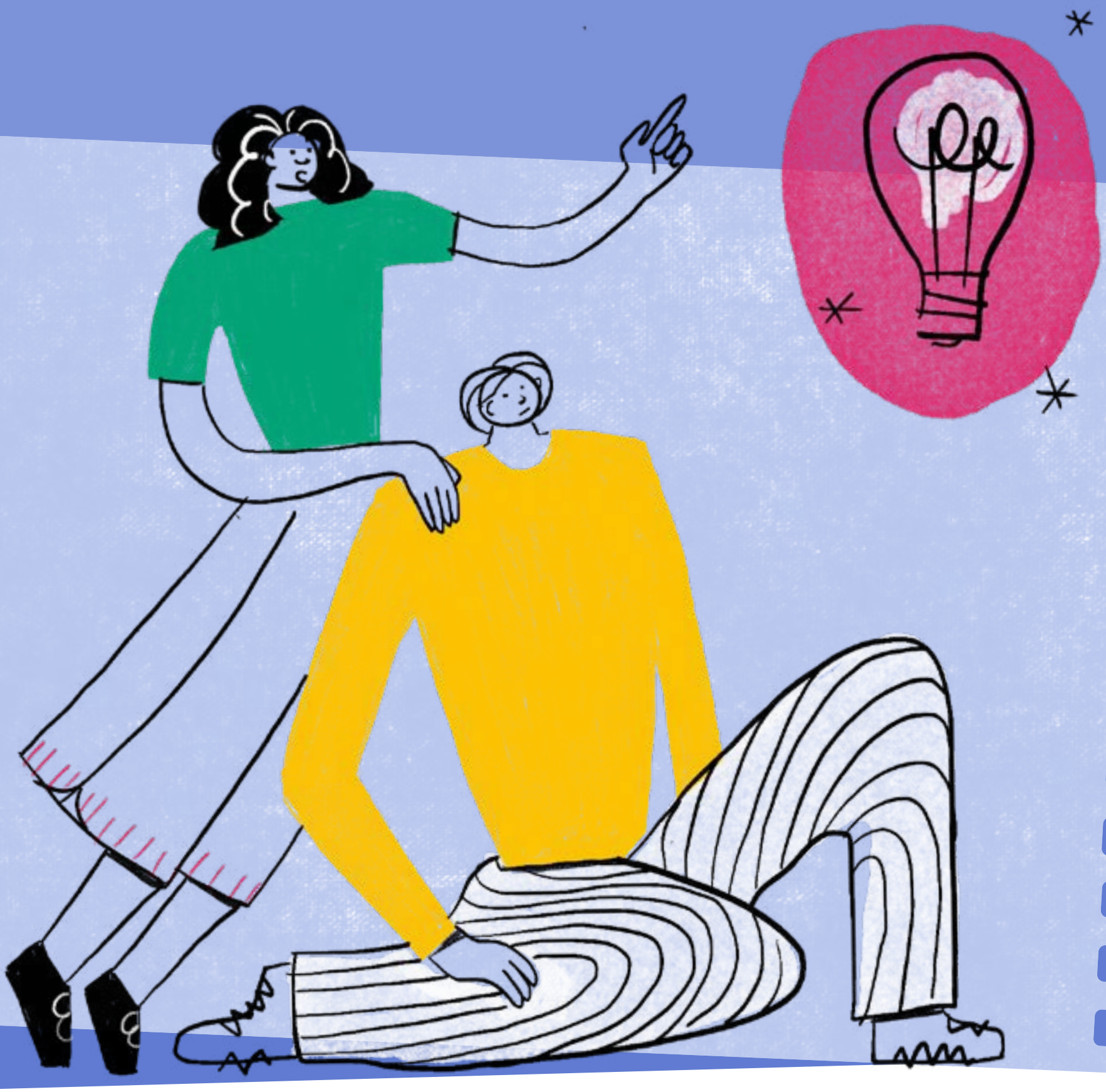


Nota

Aunque la detención arbitraria frecuentemente precede a crímenes como la desaparición forzada o las ejecuciones extrajudiciales, esta herramienta prioriza el abordaje de la tortura, los malos tratos y las detenciones arbitrarias. No obstante, también ofrece algunos elementos relevantes para saber qué hacer ante una ejecución extrajudicial.

Diagnóstico.

¿Qué me sucedió?



Hablar de las situaciones que violentaron nuestros derechos no es fácil. Sin embargo, comprenderlas, identificarlas y nombrarlas es importante no solo porque nos ayuda a saber qué pasó y qué hacer después, sino porque nos permite defender y exigir diversos derechos, como la verdad, la justicia y la reparación.

Por eso, si sospechas que lo que viviste pudo haber sido una detención arbitraria, tortura o malos tratos, a continuación te compartimos algunas herramientas que te pueden servir para entender mejor la situación.

1. Lista de verificación o *checklist* para identificar si tu caso es una violación a los derechos humanos

Semáforo de detención arbitraria



Marca **Sí** o **No** en cada pregunta, de acuerdo con lo que se acerque más a lo que viviste. Recuerda que no hay respuestas correctas o incorrectas y que solo son una guía para identificar qué fue lo que pasó.

¿Qué sucedió durante la detención?		Lo que dice la ley
Alerta roja · Ilegalidad de origen		
1. ¿Te detuvieron sin tener una orden de captura firmada por un juez o una jueza?	○ Sí ○ No	La regla general es que exista la orden de un juez o una jueza para detener a una persona. Sin ella, casi siempre la detención es ilegal.

2. ¿Te detuvieron sin que te vieran cometiendo un delito ni te persiguieran justo después?	○ Sí ○ No	Si no te sorprendieron en el momento del delito, la policía o agente no puede detenerte en la calle sin una orden judicial.
3. ¿Te encerraron solo para investigar si habías hecho algo o para obligarte a confesar?	○ Sí ○ No	Está prohibido detener a una persona solo para averiguar si cometió un delito o para presionarla a hablar.
4. En un «caso urgente», ¿la orden oficial llegó después de que ya te habían detenido?	○ Sí ○ No	En «casos urgentes», el escrito en el que la o el fiscal ordena la detención debe ser previo y mencionar las razones que la autorizan.
5. ¿Te detuvieron por tu apariencia, forma de vestir o porque dijeron que te veías «nerviosa» o «nervioso»?	○ Sí ○ No	Una sospecha o «corazonada» basada en la apariencia no es un motivo válido para que una persona pueda ser detenida.
6. ¿Consideras que te detuvieron por algún tipo de discriminación; es decir, por tu color de piel, tu país de origen, el lugar donde vives, tu género, orientación sexual o por tener una discapacidad?	○ Sí ○ No	Detener a alguien por prejuicios discriminatorios es un acto abusivo e ilegal.

Alerta naranja · Abuso de procedimiento

7. ¿Las o los agentes se negaron a identificarse o no te explicaron por qué te llevaban?	○ Sí ○ No	La o el agente que lleve a cabo la detención debe identificarse desde el primer momento e informar el motivo.
8. ¿Omitieron leerte tus derechos o te ocultaron a qué lugar te trasladaban?	○ Sí ○ No	Es una obligación legal informar a la persona detenida sus derechos y llevarla de inmediato ante una fiscalía, juez o jueza.
9. ¿Pasaron más de 5 horas sin que se anotara tu detención en el **Registro Nacional de Detenciones**?	○ Sí ○ No	La ley obliga a que la o el agente que realizó la detención haga el registro en un plazo no mayor a 5 horas.
10. ¿Estuviste encerrada o encerrado más del tiempo permitido (48 o 96 horas) sin ver a un juez o una jueza?	○ Sí ○ No	Exceder ese tiempo sin que se lleve a la persona detenida ante un juez o una jueza es una violación a su libertad y seguridad jurídica.
11. ¿Te prohibieron avisar a tu familia, abogada o abogado en donde te tenían?	○ Sí ○ No	La incomunicación facilita actos de tortura o malos tratos y convierte la detención en arbitraria.

Alerta amarilla · Trato indigno		
12. ¿Recibiste malos tratos (estuviste en un lugar sucio, amontonado, sin comida o sin atención médica, por ejemplo)?	○ Sí ○ No	Aunque una detención comience por motivos legales, se vuelve arbitraria si se lleva a cabo bajo condiciones indignas.

¿Cómo leer tu diagnóstico?

Alerta roja

Si marcaste por lo menos un **Sí** en este bloque, tu detención fue arbitraria desde el comienzo. Pasa de inmediato a las secciones **«Pasos urgentes durante una detención»** y **«Justicia. ¿Dónde buscar ayuda?»** para que solicites apoyo legal gratuito lo más pronto que puedas.

Alerta naranja

Si marcaste dos o más **Sí** en este bloque, las autoridades te están ocultando información y violando alguno de los procesos de seguridad mencionados en la tabla anterior. Exige hablar con la abogada, el abogado o un familiar para que verifique tu estatus en el Registro Nacional de Detenciones.

Alerta amarilla

Si marcaste **Sí**, estás sufriendo un trato indebido que podría equiparse a la tortura o los malos tratos, según el caso. Revisa el apartado **«Pasos urgentes en caso de tortura o malos tratos»**.

Semáforo contra la tortura

Marca **Sí** o **No** en cada pregunta, de acuerdo con lo que se acerque más a lo que viviste. Recuerda que no hay respuestas correctas o incorrectas y que solo son una guía para identificar qué fue lo que pasó.

¿Qué sucedió durante la detención?		Lo que dice la ley
Alerta roja · Agresiones y finalidad		
1. ¿Buscaban que confesaras algo, dieras información o castigarte y humillarte?	○ Sí ○ No	La tortura tiene un fin específico: obligar a la persona a hablar, castigarla o asustarla por cualquier motivo.
2. ¿Te golpearon, te dieron descargas eléctricas, te quemaron o intentaron asfixiarte?	○ Sí ○ No	Provocar dolor físico a las personas para anular su voluntad o disminuir su capacidad es tortura.
3. ¿Te amenazaron con hacerle daño a tu familia o a ti?	○ Sí ○ No	La angustia psicológica y las amenazas graves son formas de tortura mental.
4. ¿Te violentaron sexualmente, desnudaron a la fuerza o tocaron íntimamente?	○ Sí ○ No	En la tortura sexual, la ley asume automáticamente que la intención existió y que el daño es muy grave.

Alerta naranja · Responsabilidad y contexto

5. ¿El agresor o la agresora fue un servidor público o alguien que actuó con su permiso o se quedó callado?	○ Sí ○ No	El Estado es responsable si sus funcionarios o funcionarias torturan y si permiten que otros lo hagan.
6. ¿Alguna autoridad pudo haber evitado lo que pasó, pero no hizo nada?	○ Sí ○ No	La autoridad que no actúa para detener la tortura es tan responsable como quien la comete.
7. ¿Te hicieron estudios médicos o cirugías sin pedirte permiso estando en prisión?	○ Sí ○ No	Intervenciones médicas o medicamentos sin consentimiento son actos de tortura o malos tratos.
8. ¿Te mantuvieron en aislamiento por más de 15 días o en incomunicación total?	○ Sí ○ No	El aislamiento prolongado y la incomunicación son condiciones que facilitan y constituyen tortura.
9. ¿Te golpeó la policía cuando ya no oponías resistencia o te habías rendido?	○ Sí ○ No	El uso de la fuerza deja de ser legal y se vuelve tortura si no es necesaria ni proporcional.

Alerta amarilla · Secuelas y daño		
10. ¿Tienes pesadillas, miedo extremo o dificultad para concentrarte después de lo que viviste?	○ Sí ○ No	Las secuelas psicológicas también son evidencia de que el daño ocurrió, aunque no haya marcas físicas.

¿Cómo leer tu diagnóstico?

Alerta roja

Si marcaste por lo menos un **Sí**, has sido víctima de tortura. Pasa de inmediato a las secciones **«Pasos urgentes. ¿Qué hacer en primer lugar ante una detención arbitraria, tortura o malos tratos?»** y **«Justicia. ¿Dónde buscar ayuda?»** para que solicites apoyo legal gratuito lo más pronto que puedas.

Alerta naranja

Si marcaste por lo menos un **Sí**, el Estado ha fallado en su deber de protegerte. Presenta una denuncia o queja ante las instituciones correspondientes, puedes encontrarlas en la sección **«Dependencias públicas. Instituciones y organismos de derechos humanos»**.

Alerta amarilla

Si marcaste por lo menos un **Sí**, tu integridad mental ha sido vulnerada. Hay colectivos y organizaciones de la sociedad civil que pueden brindarte acompañamiento psicológico o psicosocial. Revisa el apartado **«Justicia. ¿Dónde buscar ayuda»**.

2. Señales de alerta. ¿En dónde suelen ocurrir estos abusos?

Tanto las detenciones arbitrarias como la tortura suelen ocurrir en diversos lugares o situaciones. Algunos de los más comunes son:

Acción	Espacio o lugar
Detención arbitraria	Vía pública, transporte, operativos de seguridad, protestas o manifestaciones sociales, retenes, puntos de revisión, tránsito migrante o caravanas.
Tortura	Centros de detención, estaciones migratorias, hospitales psiquiátricos, centros de atención de adicciones, patrullas, ministerios públicos, Ceresos, Ceferesos y albergues de asistencia social (por ejemplo, residencias para personas adultas mayores).
Ejecución extrajudicial	Espacios y contextos de privación de libertad o de protestas, manifestaciones sociales o la vía pública (por ejemplo, cuando la autoridad hace un uso desproporcionado de la fuerza).

Como puedes darte cuenta, estos hechos suelen ocurrir durante la privación de la libertad o bajo la «custodia» y responsabilidad de las

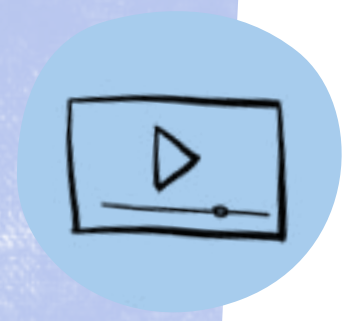
personas servidoras públicas. Además, la mayoría de las veces estas violaciones a los derechos humanos están vinculadas entre sí. Por eso es muy importante que identifiques estos elementos desde el primer momento de la detención.

Herramientas



Relatos sonoros (Documenta, 2023). Por medio de una experiencia inmersiva, escucha una serie de historias que presentan distintas formas de tortura en lugares comunes, pero inesperados. Puedes encontrarlas en nuestro espacio dentro de la plataforma Spotify.

Si te interesa conocer más sobre la tortura en las **prisiones**, los **centros de salud mental**, los **hospitales psiquiátricos** o las **estaciones migratorias** te invitamos a revisar los testimonios que encontrarás en cada uno de los enlaces.



3. Entendiendo los conceptos

¿Qué es una detención arbitraria?

Una detención arbitraria ocurre cuando una autoridad te priva de la libertad de forma ilegal, violando tus derechos. Para que sea legal, la policía debe demostrar que actuó bajo alguno de los siguientes supuestos:

1. **Orden judicial.** Es decir, tiene un papel firmado por una jueza o un juez que autoriza tu captura.
2. **Flagrancia.** Es decir, te capturan mientras estás cometiendo un delito o te persiguen inmediatamente después.
3. **Caso urgente.** Es decir, sospechan que vas a escapar porque cometiste un delito grave y no hay una jueza o un juez disponible en ese momento para autorizar tu detención.





Nota

Por algunas faltas administrativas —como una infracción grave de tránsito— pueden arrestarte máximo 36 horas sin orden judicial. Sin embargo, este «arresto administrativo» debe respetar las normas relacionadas con la legalidad de todas las detenciones.

Las detenciones también se consideran arbitrarias si las autoridades te agarran por:

Discriminación

Es decir, te detienen por tu apariencia, color de piel, género, nacionalidad, discapacidad o por ser pobre.

Presión

Es decir, te detienen únicamente para investigar si hiciste algo o para obligarte a declarar.

Corazonadas

Es decir, no tienen pruebas y te encierran solo porque te ven «nerviosa», «nervioso» o «sospechoso».

Ejercer un derecho

Es decir, te detienen por documentar abusos de poder, protestar pacíficamente o defender los derechos humanos, entre otras causas.

El trato también cuenta: aunque la detención haya empezado por una razón válida, se vuelve arbitraria si te torturan o recibes malos tratos como:

- **No darte comida o agua suficiente.**
- **No darte atención médica si la necesitas.**
- **Tenerte encerrado en un lugar amontonado o sucio.**
- **Golpearte o usar más fuerza de la necesaria para mantenerte bajo control aunque no pongas resistencia (uso desproporcionado de la fuerza).**

Herramientas



La detención (Documenta, 2022). Si quieres saber más acerca de quién te puede detener, por qué motivos y dónde puedes buscar a una persona cuando ha sido detenida, te invitamos a revisar este documento, en el que encontrarás esa información y otros datos de especial importancia.

Guía de los derechos de las personas adolescentes en conflicto con la ley durante el proceso penal (Documenta, 2020). En caso de que la persona detenida sea adolescente, puedes revisar la sección II de esta guía.





Protocolo sobre legalidad de detenciones en el sistema de justicia penal (Suprema Corte de Justicia de la Nación, 2023). Este protocolo te brinda una guía práctica para determinar si una detención fue legal o no según los estándares jurídicos.

Herramientas

¿Alguna vez has presenciado una detención arbitraria? (Educiac, 2019). En este video podrás conocer algunos ejemplos de detención arbitraria en la vida cotidiana, en particular contra la juventud.

Malos tratos durante la detención y privación ilegal de la libertad (Documenta, 2021). Te invitamos a escuchar un testimonio para reconocer una detención arbitraria y algunas de las violaciones a los derechos humanos que vienen con ella.

Detenciones administrativas y Registro Nacional de Detenciones (Plural TV, 2024). Para entender más sobre las detenciones, en particular las administrativas, puedes escuchar este fragmento del programa *Ya lo dijo la Corte*. Si te interesa escuchar la conversación completa, puedes hacerlo **aquí**.

¿Qué es la tortura?

La tortura ocurre cuando una autoridad o persona servidora pública te causa dolor o sufrimiento a propósito. Para que un acto sea considerado tortura, debe cumplir tres requisitos:



- **Contar con la participación de una persona funcionaria o servidora pública en la tortura:** ya sea de forma directa o, indirectamente, dando permiso a otra persona funcionaria, ayudándola o quedándose callada. También es responsable la autoridad que, pudiendo evitarla, no hace nada para detenerla.

- **Tener un fin específico:** como obligarte a confesar, obtener información, castigarte, asustarte o humillarte por cualquier motivo.

- **Causar daño:** puede ser físico o mental, como daños al cuerpo o angustia psicológica. En México, no hace falta que el dolor sea «grave», cualquier método usado para anular tu voluntad o disminuir tu capacidad física o mental se considera tortura.

No obstante, algunos casos se consideran especiales:

Tortura en prisión: la realización de cirugías, estudios o recetar medicamentos sin el permiso de la persona son considerados actos de tortura o malos tratos. Asimismo, hay tratos equiparables a tortura en prisión cuando no se respetan condiciones mínimas respetuosas de la dignidad de la persona.

Tortura sexual: es el uso de la fuerza o amenazas para cometer actos sexuales contra una persona. En estos casos, la ley asume automáticamente que hubo intención de torturar y que el daño sufrido es muy grave.

Por eso, recuerda que:

La tortura es tanto un delito como una violación a tus derechos humanos.

La detención arbitraria suele ser el paso previo a la tortura. Por eso es muy importante que la denuncies desde el principio.

La tortura no se justifica en ningún caso.

Herramientas

Preguntas y respuestas para víctimas de tortura (Documenta, 2022). En esta guía podrás encontrar más información y diversos ejemplos sobre qué es y qué no es la tortura, los malos tratos o tratos crueles, inhumanos y degradantes, los mecanismos de denuncia, tus derechos, cómo acceder a una reparación integral y sobre otros conceptos útiles. También podrás encontrar información sobre el **Protocolo de Estambul**, el cuál te servirá de guía para investigar y documentar correctamente la tortura o malos tratos en el ámbito médico, psicológico y jurídico, aunque no es la única prueba ni es obligatorio para denunciar.





CANA. Tortura por parte de policías y personal penitenciario en México (Fair Trials, Instituto de Justicia Procesal Penal, 2020). Te invitamos a revisar este cortometraje documental que busca visibilizar cómo la tortura por parte de policías y el personal penitenciario afecta al sistema de justicia penal en México.

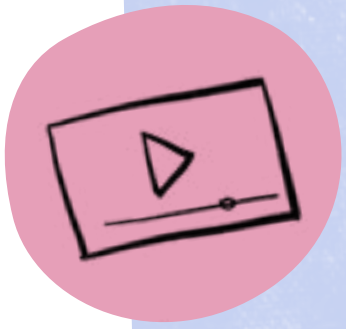
¿Qué es la ejecución extrajudicial?

Una ejecución extrajudicial ocurre cuando una autoridad de las fuerzas de seguridad, como policías, militares u otros funcionarios públicos o alguien que actúa con su ayuda o permiso, le quita la vida deliberadamente a una o más personas, sin nada que justifique el acto.

Herramientas

Protocolo de Minnesota sobre la investigación de muertes potencialmente ilícitas (2016) (ONU, 2017). Este protocolo establece las normas y directrices internacionales que deben seguir las autoridades encargadas de investigar las ejecuciones extrajudiciales.





Protocolo de Minnesota (Plural TV, 2023). En este fragmento del programa *Ya lo dijo la Corte*, a partir del minuto 4 con 15 segundos, encontrarás una explicación breve y general sobre qué es el Protocolo de Minnesota, cuál es su finalidad y por qué es una herramienta fundamental para la protección de los derechos humanos.

¿Qué es una violación grave a derechos humanos?

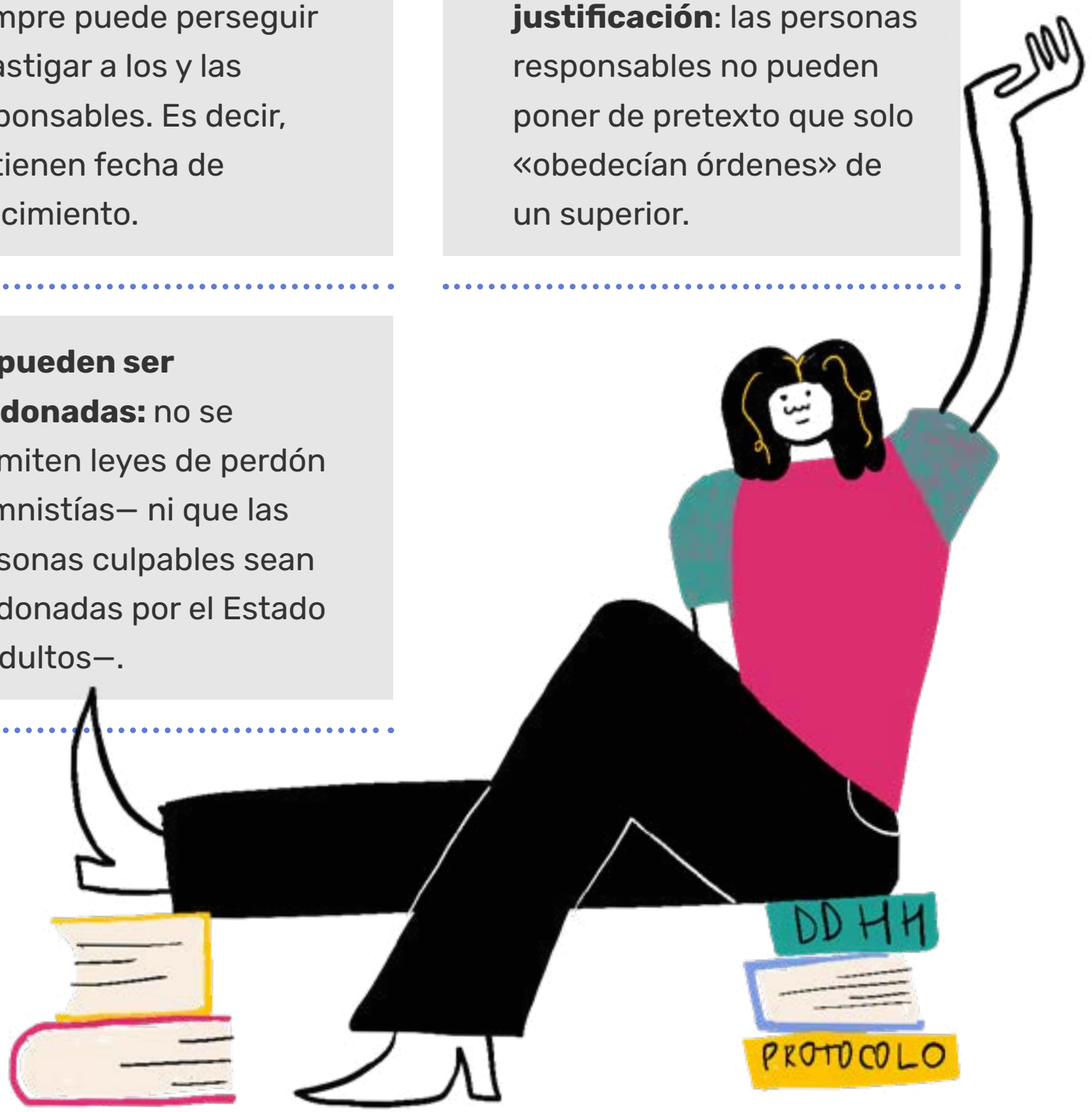
Una violación grave ocurre cuando una autoridad, o alguien con su permiso o apoyo, daña o no impide que otras personas dañen los derechos básicos —vida, libertad, dignidad, etcétera— de una o más personas. Todas las violaciones a los derechos humanos antes señaladas —detención arbitraria, tortura y ejecución extrajudicial— se consideran graves.

Debido a su gravedad, estas violaciones:

1. **No caducan:** la justicia siempre puede perseguir y castigar a los y las responsables. Es decir, no tienen fecha de vencimiento.

2. **No pueden ser perdonadas:** no se permiten leyes de perdón —amnistías— ni que las personas culpables sean perdonadas por el Estado —indultos—.

3. **No tienen ninguna justificación**: las personas responsables no pueden poner de pretexto que solo «obedecían órdenes» de un superior.

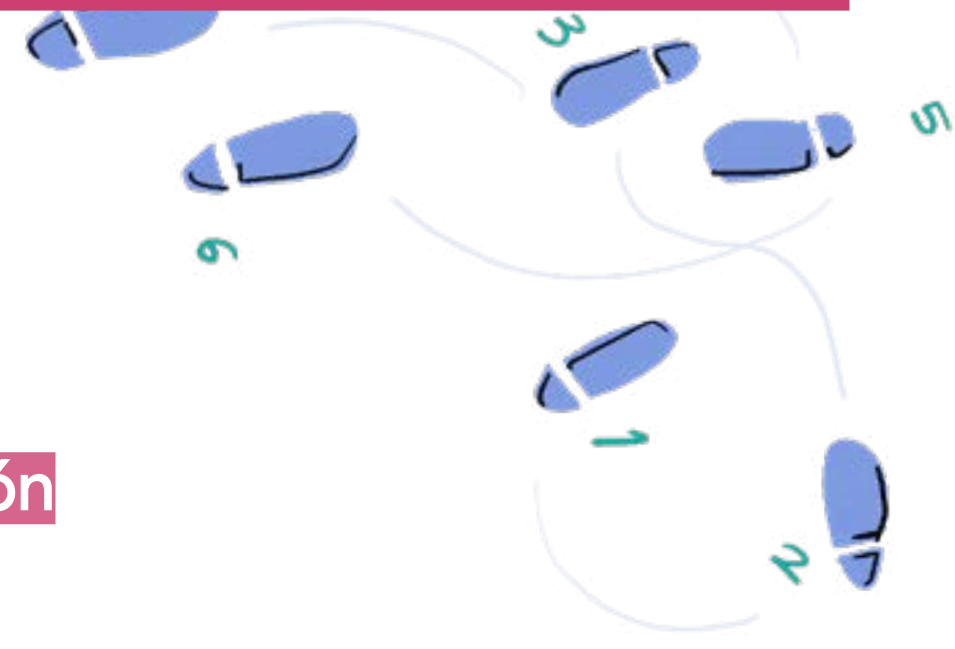


Acción inmediata.

¿Qué hago ahora?



1. Pasos urgentes. ¿Qué hacer en primer lugar ante una detención arbitraria, tortura o malos tratos?



Durante una detención

- Mantén la calma.
- Pide a las autoridades qué te digan por qué te están deteniendo.
- Solicita llamar a un familiar o persona de confianza para notificar el lugar y hora de tu detención.
- No firmes ningún documento sin que alguien te asesore legalmente.
- Registra algunos detalles de la detención: nombre de la persona que te detuvo, número de placa o identificación, características de la patrulla o vehículo, lugar exacto de la detención y a dónde te llevaron después de detenerte, por ejemplo.
- Presenta lo más pronto que puedas un amparo, una denuncia o una queja ante las instituciones correspondientes, si tú no puedes, un familiar o persona cercana pueden hacerlo por ti. En la sección **«Dependencias públicas. Instituciones y organismos de derechos humanos»** te compartimos un directorio con los nombres y las funciones de estas instituciones.

En caso de tortura o malos tratos

- En la medida de lo posible, asegúrate de estar en un espacio en donde tu vida esté fuera de riesgo.

- Comunica lo que te pasó a tus redes de apoyo y presenta lo más pronto que puedas un amparo, una denuncia, una controversia de ejecución penal o una queja ante las instituciones correspondientes (según el caso). Si tú no puedes, un familiar, una persona cercana o tu abogada o abogado pueden hacerlo por ti.

- Cuando se trata de una detención penal, si presentas lesiones el juez o la jueza debe obligar al fiscal a que explique tu estado físico. Si la explicación es insuficiente, las pruebas relacionadas con la tortura son ilegales y el juez o la jueza deben descartarlas antes del juicio. Si la detención depende de esas pruebas ilícitas, el juez o la jueza debe ordenar que te liberen inmediatamente.

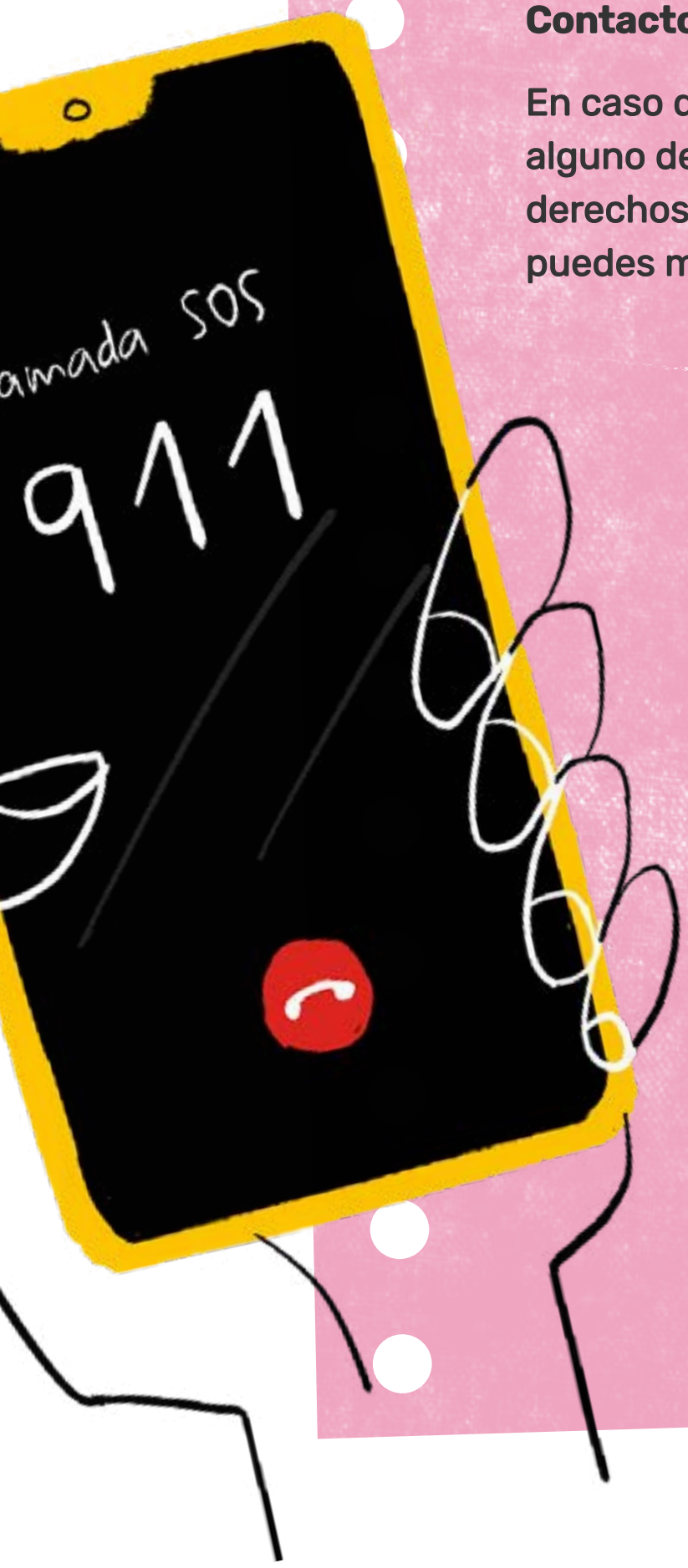
- Toma fotos y video de tus lesiones, en caso de tenerlas, para que puedas presentarlas como evidencia ante las instituciones correspondientes. En la sección **«Dependencias públicas. Instituciones y organismos de derechos humanos»** te compartimos un directorio con sus nombres y funciones.



Nota

Si necesitas asesoría legal gratuita, no tienes un abogado o abogada particular o buscas acompañamiento psicosocial, contacta a las instituciones, organizaciones de la sociedad civil y colectivos que aparecen en la sección **«Justicia. ¿Dónde buscar ayuda?»** para que te orienten.

Herramientas



Contactos de auxilio y números de emergencia

En caso de que hayas sido víctima o presenciado alguno de los delitos o las violaciones a los derechos humanos que hemos mencionado, puedes marcar a los siguientes números:

911. Para reportar emergencias o solicitar servicios de apoyo, principalmente en situaciones de auxilio inmediato.

089. Para realizar denuncias anónimas de posibles delitos que no están ocurriendo precisamente en ese momento.

5658 1111. Para reportar a Locatel a una persona no localizada o recibir asesoría de tipo médico, psicológico y jurídico.

2. Tus derechos. Lo que la autoridad debe respetar sí o sí

Para poder defender tus derechos, es importante conocerlos. Por ello, en caso de que te detengan, recuerda que tienes derecho a:

1. **Que te lean tus derechos de forma sencilla y clara.**

2. **Guardar silencio durante el tiempo que dure tu detención.**

3. **Informar cuál es tu situación a alguien de tu confianza.**

4. **Que te consideren y traten como inocente.**

5. **Que te lleven lo más rápido posible ante una fiscalía, Ministerio Público o ante la autoridad judicial competente.**

6. **Tener a una persona que te defienda y con quien puedas platicar en privado. Debes exigir que quien te defienda se identifique debidamente y te informe su número de cédula profesional. Ten cuidado con las y los abogados que suelen estar en los separos, anexos y otros lugares a los que trasladan a las personas detenidas antes de presentarlas con las autoridades judiciales, ya que pueden aprovecharse de la situación que has vivido o estás viviendo y, en algunos casos, también pueden ser cómplices de la autoridad.**

7. **Que te revise un profesional de la salud que certifique tu estado físico y psíquico de forma inmediata después de tu detención.**

8. **Recibir atención médica si la necesitas.**

9. **Estar en una celda limpia, iluminada y en buenas condiciones.**

10. **Que en la celda no te tengan sin ropa o en ropa interior.**

11. **Que te den otras prendas de vestir si te piden entregar la ropa que llevas puesta.**

12. **Que no te discriminen si tienes una discapacidad. Por ello, durante tu detención deben explicarte la situación en lengua de señas, con un tablero de comunicación, con el apoyo de algún especialista o de cualquier otra forma que requiera tu condición.**

13. **Contar con un intérprete, traductor o traductora si no hablas español.**

En caso de tortura, tienes derecho a:

- Que te reconozcan como víctima de violaciones a los derechos humanos y víctima del delito.
- Que ninguna confesión, declaración o información obtenida mediante tortura sea utilizada en tu contra.
- Que los hechos sean investigados lo más pronto y eficaz posible por las autoridades pertinentes.
- Que te examine una persona experta independiente y, si lo considera necesario, realice un peritaje conforme al Protocolo

de Estambul para determinar los hechos y a las personas responsables, en el marco de las demás pruebas existentes.

- Que se determine la responsabilidad de las personas responsables.
- Recibir una reparación integral, adecuada, diferenciada y efectiva.
- Conocer y participar activamente en la búsqueda de la verdad de lo que te ocurrió.
- Que te traten con humanidad y respeto a tu dignidad y tus derechos.
- Presentar pruebas y a que te escuchen de verdad.

Herramientas

Tortura y otros tratos o penas crueles, inhumanos o degradantes: Carta de los derechos de las víctimas y los supervivientes (ONU, 2026). Este informe de la Relatora especial sobre la tortura y otros tratos o penas crueles, inhumanos o degradantes, Alice Jill Edwards, presenta una carta elaborada a partir de las experiencias y opiniones de las y los supervivientes de tortura. Puedes leerla a partir de la página 17.

Justicia.

¿Dónde buscar ayuda?



1. Dependencias públicas. Instituciones y organismos de derechos humanos

Aquí te compartimos algunas instituciones de justicia y organismos de derechos humanos a los cuales puedes acudir de acuerdo a tu situación.

Si tus derechos humanos o los de una persona cercana no han sido respetados.	
Presenta una queja o recibe asesoría jurídica gratuita.	**Comisión Nacional de los Derechos Humanos** o la Comisión Estatal de Derechos Humanos que te quede más cerca.
Si fuiste víctima de un delito.	
Presenta una denuncia.	**Fiscalía General de la República**, la Fiscalía General de Justicia de tu estado o la agencia del Ministerio Público que te quede más cerca.
Busca reparación integral y acompañamiento en el proceso de justicia.	**Comisión Ejecutiva de Atención a Víctimas** nacional o la Comisión Ejecutiva Estatal de Atención a Víctimas que te quede más cerca.

Busca asesoría jurídica gratuita o representación legal.	**Instituto Federal de Defensoría Pública**, las defensorías públicas de tu estado, la **Comisión Ejecutiva de Atención a Víctimas** nacional o la Comisión Ejecutiva Estatal de Atención a Víctimas que te quede más cerca.
Si fuiste víctima de tortura o malos tratos.	
Presenta una denuncia.	**Fiscalía Especial en Investigación del Delito de Tortura**, la Fiscalía General de Justicia de tu estado o la agencia del Ministerio Público que te quede más cerca.
Presenta una queja.	**Comisión Nacional de los Derechos Humanos** o la Comisión Estatal de Derechos Humanos que te quede más cerca.
Presenta un amparo.	Juzgado de Distrito que te corresponde.
Si estás en prisión, presenta una controversia.	Jueza o Juez de Ejecución.

Herramientas

¿Qué hacen las fiscalías generales y las comisiones de derechos humanos?

Las fiscalías investigan y persiguen los delitos; es decir, investigan los hechos, reúnen las pruebas para llevar a juicio a las personas involucradas y, si el juez o la jueza comprueban su responsabilidad, solicitan la imposición de las sanciones: privación de libertad en prisión, multas económicas o inhabilitación para ocupar cargos públicos. También cuentan con agencias del Ministerio Público. Si quieres denunciar un delito, acude a la más cercana y ahí llevarán tu denuncia a la instancia correspondiente.

Por otro lado, las comisiones de derechos humanos reciben las quejas, investigan los hechos y emiten medidas para solicitar a las autoridades la protección de las personas que se encuentran en riesgo y evitar que el daño causado continúe, empeore o se repita. También emiten recomendaciones a las autoridades que violaron alguno de estos derechos para que reparen, corrijan y eviten que esas acciones se repitan.



2. Sociedad civil. Algunas organizaciones y colectivos que ofrecen asesoría jurídica gratuita, apoyo psicológico y psicosocial

Además de las instituciones y los organismos de derechos humanos, en México hay diversas organizaciones de la sociedad civil y colectivos que brindan apoyo y acompañamiento a las víctimas de violaciones graves a derechos humanos. Conócelas y, en caso de que lo necesites, acércate a ellas.

Centro de Atención Integral (CAI) de Médicos Sin Fronteras	
Acompañamiento psicológico	55 5256 4139

Centro de Derechos Humanos Miguel Agustín Pro Juárez	
Asesoría jurídica	55 5546 8217 55 5566 7854 secretaria_direccion@centroprodh.org.mx

Centro de Derechos Humanos Fray Bartolomé de Las Casas	
Asesoría jurídica	967 678 7395 967 678 7396 967 678 3548

Centro de Justicia para la Paz y el Desarrollo (Cepad)	
Asesoría jurídica y acompañamiento psicosocial	sintortura@cepad.org.mx
Colectiva Pervivencias	
Acompañamiento psicosocial	pervivenciascolectivas@gmail.com **Facebook** **Instagram**
Colectivo Tejiendo Redes contra la Tortura	
Acompañamiento psicosocial	tejiendoredescontralatortura@hotmail.com **Facebook** **Instagram**
Documenta. Análisis y acción para la justicia social	
Asesoría jurídica	asesorias@documenta.org.mx 56 4416 8030 (WhatsApp)



Nota

Estas organizaciones y colectivos tienen su sede en distintos estados del país, como Chiapas, Ciudad de México y Jalisco; sin embargo, puedes realizar el primer contacto vía telefónica o por correo electrónico, ahí te dirán los siguientes pasos.

Para profundizar.

Sustento legal y consulta



1. El respaldo de la ley. Listado de normas nacionales e internacionales

Existen leyes en México e instrumentos internacionales que te protegen en casos de detención arbitraria, tortura y ejecuciones extrajudiciales. A continuación te presentamos un listado de las más importantes para que las conozcas.

Detención arbitraria

Legislación internacional
Declaración Universal de los Derechos Humanos (artículo 9)
Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos (artículos 9 y 14)
Convención Americana sobre Derechos Humanos (artículos 7, 8 y 25)
Conjunto de principios para la protección de todas las personas sometidas a cualquier forma de detención o prisión
Principios y directrices básicos de las Naciones Unidas sobre los recursos y procedimientos relacionados con el derecho de toda persona privada de libertad a recurrir ante un tribunal
Principios y buenas prácticas sobre la protección de las personas privadas de libertad en las Américas

Observación general número 35 del Comité de Derechos Humanos

Convención Interamericana sobre Desaparición Forzada de Personas (artículo XI)

Legislación nacional

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos (artículos 1, 14, 16, 19 y 20)

Código Nacional de Procedimientos Penales (artículos 113, 114, 132, 141 al 152 y 308)

Ley Nacional del Registro de Detenciones

Ley Nacional sobre el Uso de la Fuerza

Ley Nacional del Sistema Integral de Justicia Penal para Adolescentes (artículos 35 al 45 y 129)

Ley de Amparo

Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación (artículo 9, fracción XXVIII)

Tortura

Legislación internacional
Declaración Universal de los Derechos Humanos (artículo 5)
Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos (artículos 7 y 10)
Convención Americana sobre Derechos Humanos (artículo 5)
Convención contra la Tortura y otros Tratos o Penas Crueles, Inhumanos o Degradantes
Convención Interamericana para Prevenir y Sancionar la Tortura
Protocolo facultativo de la Convención contra la Tortura y otros Tratos o Penas Crueles, Inhumanos o Degradantes
Protocolo de Estambul
Reglas Nelson Mandela (artículos 1, 8, 32, 34, 43, 71 y 76)
Reglas de Bangkok (artículo 87, inciso a)
Conjunto de principios para la protección de todas las personas sometidas a cualquier forma de detención o prisión (principios 6 y 33)

Principios y buenas prácticas sobre la protección de las personas privadas de libertad en las Américas (principios I, V, IX, XIX y XXII)

Legislación nacional

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos (artículos 1, 20 y 22)

Ley General para Prevenir, Investigar y Sancionar la Tortura y otros Tratos o Penas Crueles, Inhumanos o Degradantes

Ley General de Víctimas

Ley Nacional de Ejecución Penal

Ley Nacional sobre el Uso de la Fuerza

Ley de Amparo

Ley de la Comisión Nacional de los Derechos Humanos

Reglamento del Mecanismo Nacional de Prevención de la Tortura y otros Tratos o Penas Crueles, Inhumanos o Degradantes

Código Nacional de Procedimientos Penales

Ejecución extrajudicial

Legislación internacional
Declaración Universal de los Derechos Humanos (artículo 3)
Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos (artículo 6)
Convención Americana sobre Derechos Humanos (artículos 4 y 5)
Protocolo de Minnesota sobre la investigación de muertes potencialmente ilícitas (2016)
Principios relativos a una eficaz prevención e investigación de las ejecuciones extralegales, arbitrarias o sumarias
Código de conducta para funcionarios encargados de hacer cumplir la ley
Principios básicos sobre el empleo de la fuerza y de armas de fuego por los funcionarios encargados de hacer cumplir la ley

Conjunto de principios para la protección de todas las personas sometidas a cualquier forma de detención o prisión

Observación general número 36 del Comité de Derechos Humanos

Legislación nacional

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos (artículos 1, 14 y 21)

Ley General de Víctimas

Ley Nacional sobre el Uso de la Fuerza

Ley General del Sistema Nacional de Seguridad Pública



Nota

Este listado únicamente busca orientar. Sin embargo, no contiene todas las leyes o referencias a los artículos aplicables a los temas de esta caja de herramientas. Solo mencionamos los que se relacionan de forma más importante con los mismos.

2. Biblioteca. Recursos adicionales

Si quieres conocer más o tener una formación especializada sobre estos temas, te recomendamos las siguientes actividades.

El diplomado **Prevención, investigación y acompañamiento a víctimas de tortura** en **Aula Documenta**: nuestra plataforma educativa para agentes del cambio social en la que también encontrarás cursos de formación virtuales sobre derechos humanos, justicia y derechos de grupos en situación de vulnerabilidad (personas con discapacidad, personas en prisión, mujeres), entre otros.

El curso **Detención arbitraria; ¿qué es?, ¿qué hago?, ¿quién me defiende?** en la plataforma **Aprendo + Plus** de la Universidad Nacional Autónoma de México. Es gratuito, lo tomas a tu ritmo y aprendes más sobre las detenciones arbitrarias.

La red **Periodistas contra la Violencia de Estado** de **Documenta**. Si eres periodista y te interesa recibir información sobre cursos especializados para documentar violaciones a los derechos humanos, conectar con colegas de todo el país y participar en distintas actividades vinculadas con el periodismo, te invitamos a sumarte a este proyecto.

Asimismo, si trabajas en el Poder Judicial, eres personal penitenciario, periodista o formas parte de una organización de la sociedad civil o colectivo, **aquí** encontrarás otras guías que pueden ayudarte a prevenir la tortura en tu labor.



Si tienes alguna duda o necesitas asesoría jurídica gratuita y especializada, escríbenos.

56 4416 8030 (WhatsApp)
asesorias@documenta.org.mx

documenta

Documenta, Análisis y acción para la justicia social AC es una organización de la sociedad civil que trabaja para transformar el acceso a la justicia en México. Cuestionamos el uso desproporcionado del encierro, penal y no penal, como respuesta a las problemáticas sociales vinculadas con la pobreza, la discapacidad, la salud mental y el consumo de sustancias.

Partimos de una convicción: el sistema de justicia, tal como funciona actualmente, reproduce desigualdades y las personas en contextos de mayor exclusión son quienes más sufren el castigo institucional. Creemos que la transformación ocurre cuando la gente conoce sus derechos, las comunidades se organizan y las instituciones cambian sus prácticas.

Conoce más en documenta.org.mx

Financiado por la Unión Europea

Esta publicación fue financiada por la Unión Europea. Su contenido es responsabilidad exclusiva de Documenta y no refleja necesariamente los puntos de vista de la Unión Europea.

Créditos

Contenidos
Juan Morey
Zuri Sarai Olmos Martínez

Coordinación gráfica y editorial
Entraña Visual Lab

Edición
Alejandro Morales Figueroa

Diseño e ilustraciones
Bárbara Borowski