

2024

# Sindicato de Trabajadores del Poder Judicial de la Federación



COMITÉ EJECUTIVO NACIONAL  
2023 - 2029

## REVISTA BIMESTRAL

### Búscanos en las Redes Sociales

Clikea en los **enlaces**



PJF Sindicato  
[Enlace](#)



[Página Web](#)  
[Enlace](#)



[Pjfsindicato](#)  
[Enlace](#)

Lo nuevo



[YouTube](#)  
**PJFUNIDOS**  
→ [SUSCRIBETE](#) ←  
[Enlace](#)

Lo nuevo



[APP Sindicato](#)  
→ [SUSCRIBETE](#) ←  
[Enlace](#)



[Pjfsindicatomx](#)  
[Enlace](#)



[Pjfsindicato](#)  
[Enlace](#)

#### Oficinas Centrales

Zacahuitzco Número 50,  
Colonia María del Carmen, Alcaldía Benito  
Juárez, Ciudad de México, Código Postal  
03540

#### Correo

[boletin@app.pjfsindicato.org.mx](mailto:boletin@app.pjfsindicato.org.mx)

#### Contacto

55 55 32 14 22  
55 55 32 03 03

# REVISTA BIMESTRAL

## MARZO-ABRIL 2024

### En este número

#### 1 Bienvenida, búscanos en redes sociales

**Tema:**

**Tipos de violencias**

#### 3 Comunicados importantes

#### 4 **Datos curiosos:**

La importancia del ADN

#### 5 **Cultura: Mujeres Destacadas:**

¿Quién es la Dra. Hilda Marchiori?

#### 6 **Cultura General:**

La cultura de la violencia

#### 7 **¿Qué hacer?:**

Cómo identificar microviolencias o micromachismos

#### 8 **Ambientes laborales dañinos:**

Violencia laboral

#### 9 **Salud mental:**

Riesgos en la salud mental por violencia o maltrato desde la infancia.

#### 10 **Temas de Impacto e Interés Actual:**

Índices de renuncias por violencia y acoso laboral en México

#### 13 **Programación de eventos a futuro:**

Día Naranja (25 de cada mes)

Día de las madres (10 de mayo)

Día de la familia (15 de mayo)

Capacitación en materia de seguridad y salud en el trabajo (mes abril-mayo)

#### 15 **Elecciones: Renovación de Comités Ejecutivos Locales**

\* De la Sección 17 de Torreón, Coahuila

#### 16 **Eventos Especiales**

\* Visita del Líder Nacional a los órganos jurisdiccionales, Sección 61, Ciudad Valles, San Luis Potosí,

\* Día del Técnico de Servicios "B", Sección 1 en Ciudad de México

\* Entrega de medallas y reconocimientos, Sección 36 en Campeche

\* Campaña de salud ECOS, Sección 49 en Ciudad Victoria.

\* Día del Técnico de Servicios "B", Sección 8 en Guanajuato

\* Día internacional de la mujer, participación ciudadana y Seccionales

\* Campaña de salud contra el cáncer, Sección 8 en Guanajuato

\* Conversatorio "Importancia del PJJ en México", Sección 51 en Xalapa

\* Día del Técnico de Servicios "B", Sección 21 en Colima

\* Día del Técnico de Servicios "B", Sección 56 en Iguala

\* Día del Técnico de Servicios "B", Sección 23 en Mazatlán

\* Día del Técnico de Servicios "B", Sección 36 en Campeche

\* Día del Técnico de Servicios "B", Sección 54 en Monclova

\* Entrega de medallas y reconocimientos, Sección 46 en Ciudad Obregón

\* Día del Técnico de Servicios "B", Sección 7 en San Luis Potosí

\* Día del Técnico de Servicios "B", Sección 15 en Piedras Negras

\* Día del Técnico de Servicios "B", Sección 46 en Ciudad Obregón y Comida

### Eventos Especiales:

\* Día del Técnico de Servicios "B", Sección 5 en Aguascalientes

\* Día del Técnico de Servicios "B", Sección 47 en Naucalpan

\* Ceremonia de entrega de diplomas para alumnos de licenciatura y posgrado. Convenio Nacional Educativo de Colaboración del Comité Ejecutivo Nacional del STPF e INDEPAC. Querétaro.

\* Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 57 en Ensenada

\* **Reunión del Comité Ejecutivo Nacional con los 66 Secretarios Sindicales Seccionales del País**, previa a la reunión con la Ministra Norma Piña

\* **Reunión del Comité Ejecutivo Nacional con los 66 Secretarios Sindicales Seccionales del País con la Ministra Norma Piña y su equipo de trabajo**

\* Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 42 en Mexicali

\* Paseo "Off Road" 2024, para trabajadores de la Sección 42 en Mexicali

\* Rifa de boletos para las funciones de John Milton en el Teatro del Estado, en Sección 42 en Mexicali

\* Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 16 en Durango

\* Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 11 en Monterrey

\* Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 45 en Matamoros

\* Entrega de medallas y reconocimientos de la Sección 47 en Ensenada

\* Entrega de medallas y reconocimientos de la Sección 49 en Cd. Victoria, día del Técnico de Servicios "B" y entrega de apoyo económico a practicantes.

\* Entrega de medallas y reconocimientos de la Sección 7 en San Luis Potosí

\* Entrega de medallas y reconocimientos de la Sección 58 en Puente Grande, día del Técnico de Servicios "B" y entrega de regalos de rifa navideña

\* Entrega de medallas y reconocimientos de la Sección 3 en Cuernavaca

\* Entrega de medallas y reconocimientos de la Sección 23 en Nuevo Laredo y día del Técnico de Servicios "B"

\* Día del Técnico de Servicios "B", Sección 26 en la Paz, Baja California Sur

\* Campaña de salud, Sección 26 en La Paz, Baja California Sur

\* Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 41 en Saltillo

\* Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 24 en Nogales y Festejo del Día del niño/niña

\* Evento del Día del niño/niña de la Sección 23 en Mazatlán

\* Entrega de medallas y reconocimientos de la Sección 8 en Guanajuato

\* Entrega de medallas y reconocimientos y Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 64 en Córdoba

\* Evento conmemorativo del Día Mundial de Seguridad y Salud en el Trabajo en Sección 1 en CDMX

#### 36 **Acontecimientos importantes del bimestre.**

## Bienvenido a nuestra Revista Bimestral

En el Sindicato de los Trabajadores del Poder Judicial de la Federación **estamos para servirte**, apoyarte presencial y virtualmente; y darte la mejor orientación posible, sobre todo lo que es de tu interés como trabajador.

**El boletín hora revista bimestral, tiene la finalidad** de proporcionar información del Sindicato de Trabajadores del Poder Judicial de la Federación, que pueda ser necesaria, para la mejor comprensión de lo que se hace en nuestra organización.

Esta Revista **refuerza nuestro sentido de pertenencia al gremio sindical** y fortalece el conocimiento de nuestros derechos, la ética y la moral de todos los compañeros y compañeras de esta gran Institución.

La participación de todos y todas en la integración de noticias, proyectos, temas de interés, cursos, enlaces, entre otros, es vital, para enriquecer y armonizar las necesidades que como trabajadores tenemos, pues con ella tenemos acceso a una mirada más clara sobre cómo funciona nuestra institución, cuáles son nuestros derechos y la importancia del papel que desempeñamos en la impartición de justicia.

### Tema de este bimestre → Tipos de Violencias

En este número estaremos presentando algunos temas relacionados con la cultura de la violencia, los diferentes tipos de violencias que se practican o generan en todos los ámbitos de la vida, prevención en la salud por causa de la violencia y más.

Con estas publicaciones se promueven acciones, que te permitan conocer sobre la violencia en nuestro país, y particularmente en nuestra institución. Qué tipos de violencia se generan dentro de nuestra institución y como combatirla, tips y consejos para prevenir la cultura de la violencia en nuestras vidas personales.

Por lo que este número te ofrecerá reflexiones, recomendaciones e información útil para comprender mejor estos temas de interés para ti y para vivir mejor en familia.

## Comunicados



- ☞ **Sistema de Listas de Acceso y Promoción en la Carrera Judicial.** ACUERDO General del Pleno del Consejo de la Judicatura Federal, que reforma, adiciona y deroga el que reglamenta la Carrera Judicial, en relación con el **Sistema de Listas de Acceso y Promoción a la Carrera Judicial y los concursos de oposición.**

Consulta el siguiente [enlace](#)

- ☞ **LINEAMIENTOS** por los que se establece el procedimiento para el **otorgamiento de licencias con goce de sueldo**, por concepto de **fallecimiento de familiares**, a favor de las personas servidoras públicas a cargo del consejo de la judicatura federal:

Consulta el siguiente [enlace](#)

- ☞ **Lineamientos para “Autorizar Días Económicos a las Personas Servidoras Públicas”** a cargo del Consejo de la Judicatura Federal

Consulta el siguiente [enlace](#)

- ☞ **ACUERDO General del Pleno** del Consejo de la Judicatura Federal para prevenir la **violencia laboral** y **mejorar el ambiente de trabajo en el propio Consejo**

Consulta el siguiente [enlace](#)

## Recuerda que tu declaración es en Mayo de 2024

**2024**  
**Prepárate**  
**Todos estamos**  
**obligados**

Recaba tu documentación de 2023

- Constancia de ingresos anuales de 2023
- Recibos de nómina de 2023
- Estados de Cuenta de todas tus cuentas Bancarias de 2023
- Recibos de FONAC de Ciclo 34 2023
- Estado de Cuenta de SEGSEI de 2023
- Estado de Cuenta de FORI de 2023

RECUERDA que todos los estados de cuenta deben ser con corte al **31 de diciembre de 2023**

RECUERDA Descargar todos tus documentos oficiales en las páginas del Portal Consejo. Tu Declaración de Situación de Patrimonial y de Intereses en la Modalidad de Modificación es tu obligación

## La importancia del ADN

En el mes de abril se conmemora el descubrimiento e importancia del ADN en las ciencias. Te compartimos algunos datos curiosos que quizá no conozcas y que han sido importantes especialmente en la detención de personas que han delinquido al dejar rastros de ADN sobre escenas de crimen y que han permitido que la justicia pueda obrar en favor de las víctimas. **El ADN es:**

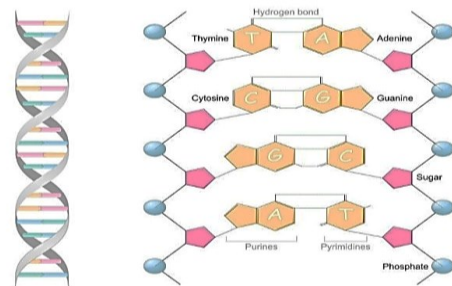
- ✓ Como una librería donde se guardan genes. Cada gen es una instrucción para hacer una proteína. Todas esas proteínas construyen a un ser vivo.
- ✓ Está codificado por sólo cuatro moléculas diferentes llamadas bases y estas bases tienen cada una su propio nombre, se llaman **adenina, timina, citosina y guanina**.
- ✓ El ADN humano tiene alrededor de 3000 millones de bases. Si extendieras el ADN de una sola célula tendrías 2 metros de ADN. Si extendieras el de todas tus células obtendrías dos veces el diámetro del sistema solar que es de 287,460 millones de kilómetros.
- ✓ Guarda una increíble cantidad de información. Guarda 215 petabytes que es lo mismo que 215 millones de gigabytes. Ni la mejor memoria en el mercado puede guardar tanta información.



- ✓ Se separa en **intrones** que no codifican para nada y **exones** que codifican para alguna proteína. Sólo el **1% es un exón**, todo lo demás no codifica para ninguna proteína.
- ✓ Está hiper compactado gracias a unas **proteínas llamadas histonas**. Al compactarse más **forma cromosomas**. En el humano existen 46 cromosomas usualmente.
- ✓ No pienses que más o menos cromosomas es mejor. **El animal con menos cromosomas es la hormiga que sólo tiene 1** y el ser vivo que más tiene es un protozooario, un ser microscópico llamado ***Sterkiella histriomuscorum***. Este pequeño ser tiene 16 mil cromosomas.
- ✓ Tal vez pienses que 46 cromosomas es el número mágico, pero no, **compartimos el mismo número de cromosomas con el muntíaco de reeves que es un tipo de ciervo, el toro azul y un crustáceo llamado *Parhyale hawaiiensis***. Así que el 46 no es mágico.
- ✓ Existen animales que tienen diferentes números de cromosomas dependiendo del sexo. El muntíaco de india es el mamífero con menos cromosomas, la hembra tiene 6 y los machos tienen 7.
- ✓ **El animal con el ADN más similar al del humano es el chimpancé. Del 98-99% es igual. Así que sólo 1% del ADN nos separa de ser chimpancés.** (Tal vez por eso Darwin pensó que la raza humana desciende de ahí)
- ✓ Entre todos los humanos compartimos el 99.9% del ADN. Sólo ese 0.1% crea toda la diversidad humana que ves en el mundo. **Ese 0.1% es lo que nos hace únicos.**
- ✓ **Un cambio en el ADN es una mutación.** Aunque no lo creas, mutamos todo el tiempo porque la luz UV del sol hace cambios en el ADN e incluso las proteínas que lo replican se equivocan. Para nuestra suerte las células tienen muchos mecanismos para arreglar esos errores.

## Datos curiosos

- ✓ **En 1869** un doctor suizo llamado **Friedrich Miescher descubrió el ADN**. Miescher quería saber de proteínas, pero por sorpresa descubrió una molécula que sobrevivía a la proteólisis (destrucción de proteínas). A su nueva molécula **la llamó nucleína** porque salía del núcleo de las células. Miescher se dio cuenta que todas las células nucleadas tenían esa molécula. Incluso llegó a postular la idea de que esa molécula era lo que heredamos y su idea era correcta. No obstante, se arrepintió de su idea correcta. **Gracias a las fotos de Franklin se descubrió la forma del ADN.**
- ✓ Descubrir cómo era el ADN no fue fácil, después de todo es una molécula bastante compleja. Pocas cosas son helicoidales. En la carrera por descubrir cómo era el ADN ocurrió uno de los grandes dramas de la ciencia. **Watson y Crick utilizaron las fotos del ADN hechas por una doctora llamada Rosalind Franklin y con ellas pudieron descifrar cómo era el ADN.** Posteriormente, ganaron el Nobel por ello, pero ni mencionaron a Franklin. Algunos lo llamaron un robo, otros lo señalaron como sexismo y otros una simple injusticia.



El ADN está cada día más presente en nuestras vidas. Los análisis genéticos son solicitados con más frecuencia por nuestros médicos para conocer el origen de nuestras enfermedades y en algunos casos realizar terapias a medida en función de nuestro perfil genético (medicina personalizada). Esta labor de diagnóstico se ha visto facilitada por un gran avance en las tecnologías para el análisis del ADN.

- **Las técnicas de array CGH** (Hibridación Genómica Comparada) nos permiten comprobar si existe alguna región de nuestro genoma en exceso o defecto como sucede en algunas enfermedades neurológicas (Ej. Autismo).
- **Las técnicas de Secuenciación Masiva (NGS)** que permiten secuenciar en un tiempo récord todo nuestro ADN e identificar las mutaciones responsables de cualquier enfermedad.
- **Las técnicas de diagnóstico prenatal (en fetos) y preimplantacional (en embriones)** que posibilitan identificar enfermedades antes del nacimiento, e incluso será posible corregirlas muy pronto (tecnología CRISPR/Cas9).

Ahora, no sólo es posible detectar ADN en el núcleo de nuestras células, sino también circulando por el torrente sanguíneo. Esta nueva fuente de ADN (biopsias líquidas) está siendo de gran utilidad para el diagnóstico de procesos cancerosos sin necesidad de métodos más agresivos como son las biopsias del supuesto tumor, entre otros estudios especializados en la medicina moderna.

Estamos viviendo una nueva era en la medicina con mejores terapias y más efectivas en la cura de enfermedades y basadas en las nuevas tecnologías del ADN. Esperemos que sólo se apliquen con este fin y no se utilicen con otro objetivo, como es la eugenesia. La comunidad científica velará por no caer en esta tentación, como ya ha sucedido en otros momentos de nuestra historia más reciente.

## ¿Quién es la Dra. Hilda Marchiori?

La **Dra. Hilda Marchiori Boreto**, doctora en psicología de la Universidad Nacional de Córdoba, nació en Argentina. Es Fundadora y directora del **Centro de Asistencia a las víctimas del delito**, primer centro especializado gubernamental de Argentina y uno de los primeros en Latinoamérica. Fundadora de la **Asociación Argentina de Victimología**. Posteriormente **directora de la Oficina de Derechos Humanos y Justicia del Poder Judicial de Córdoba**.

Todo aquel que ha estudiado la carrera de Derecho o carreras afines como la Criminología, Criminalística, Victimología, Psicología, Penología, Penitenciaria, Seguridad Pública entre otras, conoce la enorme trayectoria de esta mujer que hoy te queremos compartir, como parte importante del desarrollo en las destrezas de la defensa de las personas en Latinoamérica. Con una trayectoria sinigual que ha aportado a las ciencias forenses una amplia gama de literatura en áreas que van desde la Psicología Criminal, la Victimología, la Criminología y la personalidad del delincuente, hasta prolíficas investigaciones sobre victimología, asistencias a las víctimas y tratamiento penitenciario.

En el ámbito internacional, en las Sociedades científicas reconocidas, **ella es miembro activo** de:

*Miembro de la Sociedad Mundial de Victimología. (World Society of Victimology): Miembro de la Sociedad Internacional de Criminología. París, Francia. Miembro Fundador y Secretaria Científica del Centro de Estudios Criminológicos José Ingenieros. Córdoba. Argentina-Miembro de la Sociedad Mexicana de Criminología. Miembro de la Academia Mexicana de Ciencias Penales. Miembro de la Sociedad Francesa de Criminología. Miembro Fundador Presidente de la Asociación Argentina de Victimología. Miembro Honorario de la Sociedad Brasileña de Psicología Jurídica. Brasil. Miembro Honorario de la Sociedad de Criminología del Estado de México. Miembro Honorario (Honorary Membership) del Colegio de Profesionales de la Psicología del Estado de Jalisco. México. Miembro Asociación Argentina de Psicología Jurídica y Forense. Miembro Honorario de la Sociedad de Egresados de la Licenciatura en Psicología de la Universidad de Guadalajara. Jalisco. México-Miembro de la Sociedad Mundial de Victimología. España.*



Una brillante académica e investigadora que ha dejado huella en sus pupilos Bertha Rocha Reza, Sonia Recha Reza, Ema Lagunas, Elizabeth Zanatta, Guillermina Rojas García, entre otros, que han continuado sus enseñanzas. Se dio a la tarea de conseguir buenos profesores y acudió a la Facultad de la Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México y a otros en la Facultad de Ciencias de la Conducta donde laboraban conocedores de la materia. Los invitó a una nueva experiencia y los supo motivar para formar parte de la planta docente.

La presencia de la Dra. Hilda Marchiori en el campo de la criminalística fue relevante. Se adjuntó al proyecto penitenciario más importante, en su momento en el orden mundial bajo el gobierno del Estado de México de Juan Fernández Albarrán; y bajo

## Cultura: Mujeres Destacadas

la dirección de Alfonso Quiroz Cuarón quien destacó nacional e internacionalmente en este campo. Consideraba que la política criminológica no se debe reducir tan sólo a legislar sino a tomar medidas preventivas de carácter social, económico, psicológico, etc. Entendía, asimismo, que la Criminalística es parte integrante de la Criminología pues los conocimientos técnicos sobre el crimen enriquecen y perfeccionan la síntesis criminológica, permiten una mejor explicación de la conducta antisocial y abren puertas extraordinarias para la prevención.

Hilda Marchiori se adjuntó a este proyecto del cual obtuvo por su encomiada labor, reconocimiento estatal, nacional e internacional.

Además de esta labor penitenciaria tuvo las fuerzas y el arrojo para continuar el proyecto de psicología en la Universidad.

Considerada una profesora notable que ha dejado escuela y ha sido ejemplo del compromiso profesional del psicólogo.



Para todo estudiante del Derecho y la prevención del delito, así como el trato a las víctimas, entre sus obras están:



Te invitamos a mirar los enlaces que compartimos para ti, para que conozcas más sobre la trayectoria de esta mujer destacada por sus aportaciones a la ciencia criminológica, victimológica y psicológica de nuestra era.

Fuente consultada: → [Enlace](#) → [Enlace](#) → [Enlace](#) → [Enlace](#)  
 Conferencias impartidas → [Enlace](#) → [Enlace](#) → [Enlace](#) → [Enlace](#) → [Enlace](#)

## La cultura de la Violencia

La violencia no es un fenómeno exclusivo de nuestra sociedad posmoderna y tecnológica, ya que la historia del ser humano es un largo transcurrir, en paralelo, al uso de la violencia. Después de ofrecer una rápida mirada a la tradicional **"cultura de la violencia"** y analizar las posibles raíces de este fenómeno comprenderemos la complejidad de su combate.

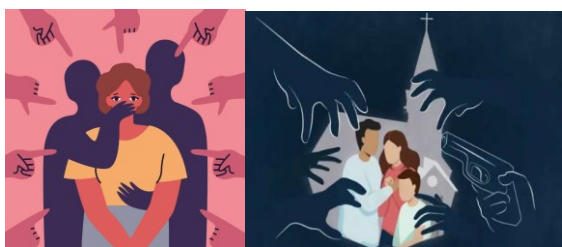
*"La cultura, en su más amplio sentido etnográfico, es el complejo integral que incluye los **conocimientos, las creencias, las artes, la moral, las leyes, las costumbres**, así como cualquier otro **hábito o capacidad adquirida** por el hombre que actúa como miembro de una sociedad determinada" - E. B. Taylor en 1871.*

Existen al menos 160 definiciones acuñadas por antropólogos, sociólogos, psicólogos, psiquiatras, filósofos, entre otros, que clasificaron a la cultura desde las siguientes perspectivas:

- ✓ "Descriptivas", "Históricas", "Normativas", "Psicológicas", "Estructurales" y "Genéticas", según sean las características básicas en cada una.

La propuesta de todos ellos quedaría traducida en la siguiente aproximación:

*"La cultura consiste de **patrones explícitos e implícitos**, de y para **conductas adquiridas y transmitidas** por símbolos, constituyendo el logro distintivo de los diversos grupos humanos, **incluyendo la incorporación de sus artefactos**. El núcleo esencial de la cultura **consiste en ideas tradicionales** (es decir, históricamente derivadas y seleccionadas) y, muy especialmente, en los **valores que se les atribuyen**. Los sistemas culturales pueden, por una parte, ser considerados como **productos de acción** y, por la otra, como **elementos condicionantes de acción futura**"*



Por otra parte, con relación a la violencia diremos que; es indudable que el hombre haya estado siempre expuesto a impresionantes progresos tecnológicos (baste recordar, a manera de ejemplos, el dominio del fuego, el uso de la rueda, del vapor, de la electricidad), pero el ritmo de estos descubrimientos durante nuestro siglo XX no tiene comparación en el curso de la Historia.

Es lógico suponer que esta revolución tecnológica ejerce determinada influencia sobre la conducta humana, en general, y tal vez sobre la violencia que nos ocupa, en especial.



**La industrial urbana** (con el espejismo de mejores salarios y condiciones de vida), así como la **insuficiente y deficiente atención médica** en el ámbito rural, son (entre muchos otros) poderosos motivos que, llevan a la **despoblación de la agricultura y a de la plétora urbana**, esto es, (a la sobreabundancia urbana).

## Cultura general



Las ciudades con poblaciones multimillonarias afloran y crecen tan rápidamente que **los servicios colectivos** (agua potable, alcantarillado, luz eléctrica, movilización, etc.) **resultan insuficientes o deficientes**; así como **la contaminación** intensa y dañina del agua o del aire, **producida por los residuos de procesos industriales o biológicos**, consecuencia directa de la industrialización masiva; y sin duda alguna **la contaminación acústica o sonora** en la que sobrepasan los 85 decibeles, el tráfico especialmente en zonas urbanas y grandes metrópolis; en las que los expertos en la materia pronostican, la sordera del hombre de la ciudad en las próximas generaciones si no se toman de inmediato las adecuadas y necesarias medidas preventivas.

Contaminación de Agua en México



Contaminación acústica o sonora



Asentamientos irregulares en áreas naturales protegidas



Delincuencia callejera



Si a esto, agregamos la rápida y caprichosa **urbanización** que facilita el desarrollo de **barrios paupérrimos** en la periferia de las grandes ciudades, encontraremos que **aumentan las frustraciones individuales y las fricciones interpersonales, terreno fértil para las actitudes antisociales** de toda índole. En estas condiciones, el delito y la violencia, así como (el terrorismo político), son consecuencia natural y lógica de este tipo de vida desesperada y deplorable.

El desplazamiento de sus hogares en las zonas donde radican los pueblos originarios en toda Latinoamérica, que ha causado tantas muertes por causa de tierras, cultura y riquezas en recursos de los que los han querido despojar militarmente.

Todo esto nos permite visualizar que el problema de la violencia en nuestra cultura es un fenómeno complejo para combatir.



Fuentes: → [Enlace](#) → [Enlace](#) → [Enlace](#) → [Enlace](#) → [Enlace](#)

## ¿Cómo identificar microviolencias o micromachismos?

Las relaciones de poder en el ámbito laboral son una realidad cotidiana que se experimenta en todo tipo de organizaciones, ya sean públicas o privadas, comerciales o de servicios, con o sin fines de lucro.

El poder y la política como medios de control y dominación están presentes en todas ellas, dado que están **conformadas por individuos con sus propias motivaciones, expectativas y comportamientos impredecibles**.

En la actualidad nuestra Institución es dinámica y cambiante, y los empleados demandamos condiciones justas de trabajo, respeto, autonomía y la posibilidad de equilibrar la vida personal y la profesional. Es por ello, que nuestro Sindicato se interesa por ofrecerte estos artículos orientadores para que sepas qué hacer y como actuar ante una (**amenaza de violencia velada**).

El psicoterapeuta argentino Luís Bonino toma como **microviolencias** (ahora conocidas como **micromachismos**) a aquellas **maniobras, conductas** casi imperceptibles que se despliegan en la vida cotidiana por parte de los varones, **para mantener sus posiciones de poder** en las relaciones asimétricas que existen en nuestras sociedades entre varones y mujeres.

Estas microviolencias son: *“una forma solapada de violencia de género que incluye **estrategias, gestos, actos de la vida cotidiana que son sutiles**, casi imperceptibles, pero que se **perpetúan y transmiten de generación en generación**”*.

### En cuestión de “poder y género”:

Las relaciones de mujeres y varones no se juegan sólo en cuanto a sus diferencias, sino sobre todo desigualdades, es decir situaciones de poder y estrategias de su ejercicio.

Este poder de dominio masculino, arraigado como idea y como práctica en nuestra cultura se mantiene y se perpetúa, entre otras razones por:

- ✓ **La división sexual del trabajo**, que aún adjudica a la mujer en el espacio doméstico,
- ✓ **Su naturalización** en las mentes de mujeres y varones.
- ✓ **La falta de recursos** de las mujeres y la deslegitimación social de su derecho a ejercer el poder auto afirmativo.

Es toda **acción que coacciona, limita o restringe la libertad y dignidad de las mujeres**; y **también sucede en menores**, cuando ambos padres o alguno de ellos ejerce esta microviolencia hacia ellos. Se ejerce por la reiteración a través del tiempo, y puede detectarse por la **acumulación de poderes de los varones de la familia a lo largo de los años**.

Los **micromachismos son micro abusos y microviolencias** que **procuran que el varón mantenga su posición de género** creando una red que **sutilmente atrapa a la mujer**, atentando contra su autonomía personal. Estos eventos en micro **eventualmente escalan** y son la base de la violencia de género (maltrato psicológico, emocional, físico, sexual y económico) y son las **armas, trucos y trampas más frecuentes que los varones utilizan para ejecutar la violencia contra las mujeres** con las que se intenta imponer sin consensuar el propio punto de vista o razón.

## ¿Qué hacer?

**Esto sucede tanto en el hogar como en el área laboral. Su objetivo es anular a la mujer como sujeto**, forzándola a una mayor disponibilidad e imponiéndole una identidad (al servicio del varón) en el hogar, o en el área laboral (al servicio del titular), con modos que se alejan mucho de la violencia tradicional, pero que **tienen a la larga sus mismos objetivos y efectos**: perpetuar la distribución injusta para las mujeres de los derechos y oportunidades.

Esta práctica de poder ocurre entre parejas emocionales, en una relación de trabajo (jefe/subordinada), así como entre pares (compañero/compañera o compañera/compañero o compañero/compañero), también suele ocurrir entre miembros de la familia.

Hace tiempo que la sociedad está deslegitimando las graves violencias domésticas, y se están comenzando a establecer acciones contra ellas. Sin embargo, con los micro abusos que no son tan graves y con las microviolencias, **la tolerancia y el desconocimiento son aún enormes**, por lo que su normalización y las acciones contra ellas son casi inexistentes pese a que producen gran malestar y daño por su poder patógeno, por eso hay que detectarlas.

Algunos ejemplos que suceden entre personas que, se dan entre hombres y mujeres por igual, para visibilizar lo que son las microviolencias o micromachismos en la actualidad:

- ✓ **Los utilitarios**: Apelan a movilizar el poder hetero afirmativo femenino para explotarlo,
- ✓ **Los coercitivos**: Utilizan la fuerza psicológica o moral masculina,
- ✓ **Los encubiertos**: Abusan de la credibilidad femenina y la manipulación y;
- ✓ **Los de crisis**: Se usan cuando la mujer se está proponiendo aumentar su poder personal.

**Las microviolencias en el trabajo** son esos actos leves pero, repetitivos de violencia que ocurren públicamente en el lugar de trabajo. Hablamos de cosas como el **maltrato laboral, el amedrentamiento, el mobbing o la intimidación y el hostigamiento colectivo**. Además, no podemos olvidar la persecución laboral, la discriminación, el entorpecimiento, la inequidad y la desprotección laboral.

La **microviolencia psicológica** como una forma de **violencia psicológica sutil y encubierta** que, se manifiesta a través de gestos, miradas, silencios significativos, desprecios velados y otros comportamientos similares. Estas acciones buscan erosionar la autoestima y el bienestar emocional de la persona trabajadora afectada, creando un **clima de hostilidad y malestar en el entorno laboral**. Esto incluye la exclusión social, el chismorreo, la manipulación de la información, el sabotaje de tareas y la asignación de tareas irrelevantes o excesivas.

Te invitamos a conocer más sobre el tema en los siguientes enlaces para combatir esta clase de microviolencias.



## Violencia laboral

La **violencia en nuestro país** está presente en la vida cotidiana de millones de personas mexicanas, y afecta de manera directa o indirecta y de diversas formas.

- ✓ **Puede ser verificable** en las calles, en los hogares, en las escuelas, en los lugares de trabajo y todo lugar donde se encuentre una concentración de personas; condición ineludible de la condición humana.
- ✓ **Su fin es someter y controlar** a la otra persona.
- ✓ Está estrechamente relacionado con el **ejercicio del poder** intrapersonal.
- ✓ La ejerce un individuo o grupo de individuos sobre otros en diversos espacios (casa, trabajo, escuela, calles) **para mantener dominación y poder** frente a aquél a quien no reconoce como su igual.



Hoy en día, la presencia de las mujeres en el mercado laboral ha trasladado las situaciones de violencia, del espacio privado (en el hogar) al espacio público (en las Instituciones laborales).

Esta **violencia laboral**, al igual que, la que se vive dentro del espacio familiar, **representa un problema de salud pública** y repercute de manera negativa en el mundo del trabajo.

Si bien no todas las formas de violencia laboral corresponden a violencia de género, diversos estudios en distintas regiones señalan **un mayor riesgo hacia las mujeres** que hacia los hombres a sufrir violencia laboral.

Proteger los derechos laborales y promover un entorno de trabajo seguro y sin riesgos para todos los trabajadores es tarea de todos.

Ahora, si bien las manifestaciones de violencia implican un abuso de poder de quien la detenta sobre quien la recibe, la violencia laboral puede ser ejercida tanto por:

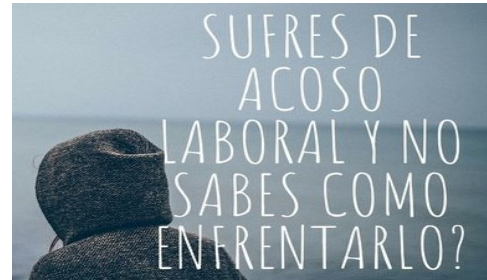
- ✓ Un superior (o **jefe**) hacia un subordinado,
- ✓ Como por compañeros y compañeras (**pares**) que se encuentran en un mismo nivel jerárquico.

La **Organización Internacional del Trabajo (OIT)** define la violencia laboral como toda acción, incidente o comportamiento mediante el cual una persona es agredida, amenazada, humillada o lesionada por otra en el ejercicio de su actividad profesional o como consecuencia directa de la misma que ocurre dentro de un plazo de tiempo razonable.

Por esa razón, nuestro Sindicato te invita a levantar la denuncia correspondiente y no te quedes callada (o); estamos para apoyarte. **DENUNCIA, si no te quejas, no te quejes.**

## Ambientes laborales dañinos

### Acciones para identificar y erradicar la violencia laboral



**Recomendaciones** que puedes poner en práctica e identificar si eres **víctima de violencia laboral**. Recuerda que si bien es cierto que sucede mayormente hacia mujeres, también lo es aquella que se genera hacia cualquier persona:

**1. Establece límites:** Si alguien te pide que te **involucre** en una **situación incómoda**, mantén una postura firme y segura al decir No.

**2. Habla con alguien de confianza:** Expresa la situación que estás viviendo, ya sea con alguna compañera de trabajo o con una amiga, y asegúrate de que presencie las **situaciones de violencia**, esto te será de utilidad si decides presentar una queja.

**3. Consigue pruebas:** Si eres víctima de violencia laboral, es importante **reunir todo tipo de pruebas** para evidenciar lo que estás experimentando; como **mensajes ofensivos, grabar las conversaciones y la frecuencia de los incidentes**, esto reafirmará tu versión en caso de que presentes una denuncia.

**4. Obtén un informe médico:** En caso de ser víctima de alguna **agresión física o sexual**, acude a recibir atención médica y solicita un informe detallado de los daños que sufriste, para poder presentar una demanda en contra del agresor.

**5. Conoce las políticas contra el acoso:** La implementación de **protocolos en la Institución** en relación con el acoso, la discriminación, y el despido pueden ser determinantes al indicar acciones que van en contra de la política establecida. Para ello debes realizar **UNA DENUNCIA FORMAL**.

Para transitar hacia una cultura de equidad que fomente un entorno de trabajo seguro para las mujeres, **libre de toda forma de violencia**, es fundamental que se observen los códigos de conducta y ética, las medidas disciplinarias y la cultura de **"Cero tolerancias" al comportamiento agresivo y discriminatorio**.



Fuentes consultadas: → [Enlace](#) → [Enlace](#) → [Enlace](#) → [Enlace](#)

## Riesgos en la salud mental por violencia o maltrato desde la infancia

## Salud mental

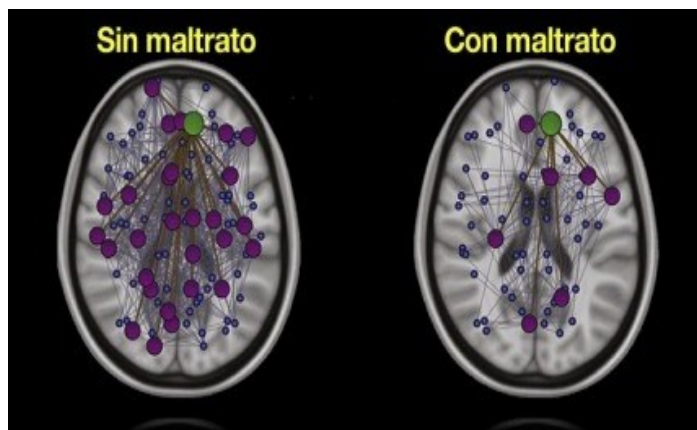
Se ha documentado en muchos estudios, que ejercer violencia o maltrato en la infancia puede causar riesgos importantes en la salud mental del individuo; y es por lo que, hoy te compartimos la importancia de detectar estas deficiencias en nuestro desarrollo para tomar acciones que te permitan un mejor desarrollo intelectual.

Si partimos de abusos y maltratos en nuestras áreas de trabajo, podremos también entender los alcances de este tipo de actos en contra de tu persona para, de esta manera, buscar ejercer tu derecho al digno y buen trato hacia ti en todas las áreas de tu vida.

Durante la infancia, el maltrato o actos de violencia ejercido contra un menor, altera en gran manera el cerebro humano en su pleno desarrollo, pues al crecer, el individuo encuentra formas que pueden aumentar su riesgo de consumir drogas y sufrir otros trastornos mentales en la edad adulta.

En un estudio patrocinado por el NIDA (The National Institute on Drug Abuse – NIDA), los investigadores descubrieron que los adultos jóvenes que habían sido maltratados en la niñez presentaban **diferencias en nueve regiones corticales en comparación con quienes no habían sufrido maltrato**.

Las diferencias podrían comprometer las aptitudes socio-perceptuales básicas del grupo con antecedentes de maltrato, **su capacidad de mantener un equilibrio saludable** entre la introversión y la extroversión y la habilidad de autorregular sus emociones y conductas.



El estudio sugiere que **el maltrato infantil es un factor estresante grave que altera las trayectorias del desarrollo cerebral**.

Las regiones que participan en el monitoreo de la percepción o conciencia interna de las emociones se convierten en núcleos de actividad sumamente conectados y por lo tanto pueden ejercer mayor influencia en el comportamiento de una persona.

Al mismo tiempo, las regiones que controlan los impulsos pierden conexiones y quedan relegadas a una labor menos central dentro de la red. **Estos cambios pueden sentar las bases para que haya un mayor riesgo de consumo de drogas y otros trastornos de salud mental a lo largo de la vida**.

Asimismo revela que:

***“Se ha descubierto en estudios retrospectivos y prospectivos que la exposición al maltrato infantil aumenta notablemente el riesgo de depresión mayor, trastorno bipolar, trastornos de ansiedad, trastorno de estrés postraumático (PTSD), abuso de sustancias, trastornos de la personalidad y psicosis.***

***El maltrato puede aumentar el riesgo de psicopatología al actuar como un factor estresante en los primeros años de vida que induce modificaciones epigenéticas, reprograma los sistemas de respuesta al estrés y altera las trayectorias del desarrollo del cerebro.***

***En general, un creciente conjunto de investigaciones ha identificado diferencias relacionadas con el maltrato en el tamaño y la integridad del cuerpo caloso, el volumen del hipocampo en adultos y la reactividad de la amígdala”.***

En resumen, el maltrato se asocia con un marcado cambio en la centralidad, que proporciona un mecanismo teórico a través del cual **el maltrato puede actuar para aumentar el riesgo de abuso de sustancias y enfermedades mentales**.

En conjunto, la organización de la red cortical de los **individuos maltratados puede resultar en una capacidad disminuida** para:

- ✓ Regular los impulsos y las emociones;
- ✓ Atribuir con precisión pensamientos, intenciones o creencias a los demás, y
- ✓ Ser consciente de uno mismo en un contexto social.

Por otro lado, **esta estructura de red puede conducir a:**

- ✓ Una mayor experiencia de emociones y antojos internos; y
- ✓ Una mayor tendencia a pensar en uno mismo y a participar en imágenes mentales egocéntricas.

Esto ciertamente encaja con **el conocimiento de que, las psicoterapias han sido diseñadas para:**

- ✓ Mejorar la regulación emocional, corregir conceptos erróneos sobre uno mismo y los demás,
- ✓ Disminuir el enfoque en los sentimientos internos y
- ✓ Descentrarse del pensamiento egocéntrico dañino.

Por tanto, si una persona en edad adulta presenta estas deficiencias en sus redes neuronales, es mucho más susceptible a aceptar o normalizar el maltrato verbal, físico o sexual que se ejerza sobre ella tanto en el área laboral, escolar y/o en su propio hogar, así como desarrollar adicciones a sustancias, al trabajo excesivo, a la violencia autoinfligida, entre otros.

Buscar ayuda profesional para mantener una salud mental apropiada es responsabilidad de cada individuo.

Fuentes consultadas: → [Enlace](#) → [Enlace](#) → [Enlace](#) → [Enlace](#)

Teicher, M.H.; Anderson, C.M.; Ohashi, K. et al. Childhood maltreatment: altered network centrality of cingulate, precuneus, temporal pole and insula. *Biological Psychiatry*. 76(4):297-305, 2014

## Índices de renuncias por violencia y acoso laboral en México

En febrero de 2023, el INEGI reportó que, al menos 12 personas que renuncian a sus empleos cada hora por hostigamiento y violencia laboral; esto representa el 3.4% de todas las renuncias registradas en todo el país.

Estas cifras advierten que, se trata del acoso y discriminación laboral que ejercen, mandos superiores de instituciones u oficinas de gobierno en contra de sus subordinados.

Durante el año inmediato anterior (2022) fueron reportados 109,319 abandonos de empleo de personas que recibieron maltratos psicológicos por el desempeño de sus actividades e incluso algunos sufrieron amenazas y agresiones físicas.



En CDMX y en algunos estados como Aguascalientes la violencia, la discriminación laboral o mobbing llega a tener una prevalencia 7.8% y 6.3%, es decir, que estas entidades duplican la media nacional.

La Organización Internacional del Trabajo (OIT) señala que el acoso profesional se caracteriza por conductas ilícitas que se repiten durante un tiempo prolongado.

La declaración de amenazas sobre los trabajadores, por parte de algunos titulares en nuestra Institución ocasionan un serio estado de presión sobre el trabajador que, lo empuja a la renuncia sistemática:

*“Renuncias o renuncias, yo tengo muchas palancas tú no sabes quién soy y quien está detrás de mí, ellos te obligarán a renunciar, ya me tienes cansado(a); yo me encargo de que renuncies”.*

La descalificación del trabajo realizado (nada haces bien), las llamadas en privado para humillar e intimidar, junto con la unión de algunos compañeros(as) que aprovechan la situación para unirse al mobbing, provocan la vulnerabilidad de la persona trabajadora.

*“Tuve problemas de Covid-19 y tuve que estar conectada a un tanque de oxígeno en casa. Perdí capacidad de concentración y ante esa situación mis compañeros de trabajo se burlaban, pero aun así yo era resolutiva en mi trabajo y cumplía con todas mis responsabilidades”*

Una situación similar fue experimentada por 66,581 mujeres que reportaron durante 2022, que dejaron su empleo por sufrir violencia psicológica de manera consciente, excesiva y frecuente por parte de su entorno laboral. A ese número se suman otros 42,738 varones que renunciaron a sus puestos de trabajo.

## Temas de Impacto e Interés Actual

*“No me asignaban ninguna función y me difamaban. Decían que era una persona floja, que no quería trabajar, que no hacía nada literalmente. Decían que no sabía hacer nada y no servía para nada. Esto me empezó a ocasionar una gran carga de frustración, tristeza y deterioro de la autoestima”*

Si padeces esta clase de abuso, debes informarte legalmente sobre el acoso laboral y entender los daños físicos y emocionales que provoca esta actividad ilícita hacia sus víctimas.

El disparo en los casos sucedió a partir del año 2019, cuando las renuncias provocadas por los malos ambientes laborales registraron un incremento notorio, al abandonar sus fuentes de ingresos al menos 103,939 personas.

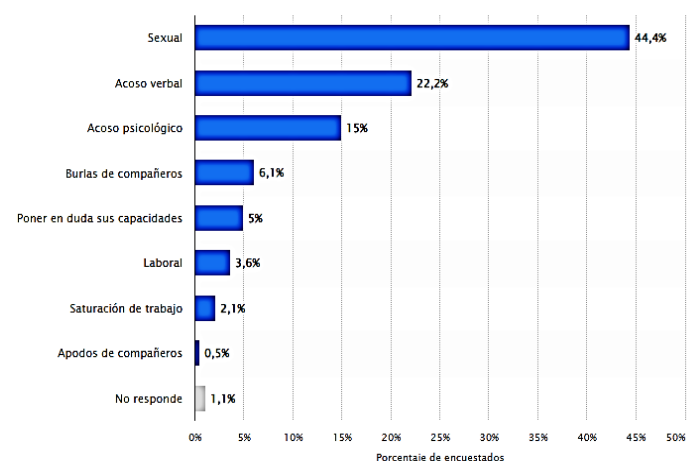
Esto significó un incremento de 29% en comparación con lo registrado en 2018.

### RÉCORD DE RENUNCIAS EN EL PAÍS POR ACOSO Y DISCRIMINACIÓN LABORAL

En 2020	111,000 abandonos
En 2021	95,000 abandonos
En 2022 se registró la segunda cifra más alta en lo que va del registro hecho por el INEGI	109,319 abandonos

*“El acoso en sus inicios es tan sutil que la víctima cree que es algo normal, la persona se siente rara y atacada, incluso cuando pregunta a sus compañeros, éstos le dicen: ‘no pasa nada, estás imaginando cosas’, pero todo el mundo ha notado que le están dando un trato diferente”*

Los acosadores realizan una tortura psicológica dirigida a destruir las redes de comunicación de la víctima, aislarla de las personas, destruir su reputación como profesional y físicamente; además de realizar intimidaciones manifiestas como gritos, golpes, jalones, robos de pertenencias y la intimidación oculta mediante rumores.



Por tal razón se recomienda alzar la voz y denunciar los abusos, pues nuestros empleos son el sostén de nuestro núcleo familiar y no debemos perderlos sin presentar batalla.

En respuesta a las necesidades imperantes en esta materia, se llevó a cabo el estudio de medición de **AMBIENTE LABORAL 2023** elaborado por el CJF, al que fuimos convocadas todas las personas servidoras públicas de esta Institución, para contestar la encuesta, para evaluar el entorno laboral con la finalidad de identificar las áreas de oportunidad que nos permitan generar ambientes laborales favorables, para nuestro desarrollo profesional. En dicha encuesta se midieron los siguientes factores:

Organización de equipos	Compromiso institucional	Presencia de riesgos psicosociales
<ul style="list-style-type: none"> <li>Desarrollo profesional</li> <li>Reconocimiento laboral</li> <li>Capacitación</li> <li>Productividad</li> <li>Trabajo en equipo</li> <li>Liderazgo</li> <li>Comunicación</li> <li>Disponibilidad de recursos</li> <li>Bienestar en espacio físico</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identidad con la institución</li> <li>Mejora continua</li> <li>Normativa y procesos</li> <li>Orientación al usuario</li> <li>Combate a la corrupción</li> <li>Balance trabajo-familia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estrés laboral</li> <li>Igualdad y no discriminación</li> <li>Acoso laboral</li> <li>Hostigamiento y acoso sexual</li> </ul>

Los resultados arrojaron en los 19 considerados de la encuesta, agrupados en los 5 ámbitos siguientes:

- 1) Colaboración y cumplimiento de funciones,
- 2) Sentido de pertenencia y enfoque al usuario,
- 3) Factores psicosociales,
- 4) Recursos y espacio físico y
- 5) Crecimiento y carrera profesional.

En ellos puede observarse un **94% de hostigamiento sexual** y un **79.38% de acoso laboral**, un **46.00% de estrés laboral** en la población trabajadora, así como un descontento por **falta de reconocimiento laboral de 68.32%** de las personas que participaron en dicha encuesta.

Imagen 24. Factores del EMAL agrupados por ámbitos de análisis.

Ámbitos	Factores				Factores		
Colaboración y cumplimiento de funciones	Productividad	Liderazgo	Comunicación	Trabajo en equipo	Balance trabajo-familia	Estrés laboral	Promedio de la encuesta 79.27%
	90.99%	83.46%	82.01%	80.50%			
Sentido de pertenencia y enfoque al usuario	Identidad con la institución	Orientación al usuario	Normatividad y procesos	Mejora y cambio	Disponibilidad de recursos	Reconocimiento laboral	Capacitación
	89.49%	82.65%	82.94%	81.97%			
Factores Psicosociales	Hostigamiento A/sexual	Combate corrupción	Igualdad y no discriminación	Acoso laboral	Desarrollo Profesional	Reconocimiento laboral	Capacitación
	94.02%	88.89%	86.59%	79.38%			
Recursos y espacio físico	Bienestar en espacio físico				Desarrollo Profesional	Reconocimiento laboral	Capacitación
	80.52%						
Crecimiento y carrera profesional					Desarrollo Profesional	Reconocimiento laboral	Capacitación

Respecto a los factores con áreas de oportunidad se sugirió, **atender de manera prioritaria** aquellos factores que registraron las ponderaciones más bajas del promedio nacional: **estrés laboral, reconocimiento laboral y capacitación y desarrollo profesional, que manejan promedios de casi el 80%.**

Tabla 59. Comparativo de los factores de atención prioritaria del EMAL 2023 por niveles de desagregación.

Promedio EMAL	Estrés laboral	Reconocimiento laboral	Capacitación <sup>(II)</sup> Desarrollo profesional <sup>(II)</sup>
79.27%	Atribuido a las cargas de trabajo y largas jornadas, que trae como consecuencia problemas cognitivos, conductuales, emocionales y fisiológicos; así como en la percepción de que nada cambia y todo empeora.	El esfuerzo extra no se valora.	El jefe/a inmediato/a no le permite cumplir con la capacitación que tiene programada. <sup>1</sup>
79.98%	✓	✓	La Institución no cuenta con programas de capacitación específicos para mejorar las funciones que se realizan. <sup>1</sup> El personal interno no es promocionado cuando existe una vacante. <sup>2</sup>
78.69	✓	✓	El jefe/a inmediato/a no le permite cumplir con la capacitación que tiene programada. <sup>1</sup>

Derivado de los resultados obtenidos de la medición de ambiente laboral 2023, **los factores que merecen una atención prioritaria en el mundo laboral en el CJF son:**

- ✓ El estrés laboral,
- ✓ El reconocimiento laboral y
- ✓ La capacitación.

De ahí que, una de las muchas recomendaciones que se concluyeron en los resultados de la “Encuesta” fue que:

- ✓ Los titulares de las áreas administrativas u órganos jurisdiccionales cuenten con un programa que permita hacer sentir a sus colaboradores valorados, no tan solo por los resultados obtenidos, sino también considerando el esfuerzo, compromiso, el trabajo en equipo, la colaboración en proyectos importantes con otras áreas, aniversarios laborales, implementación de alguna mejora, o la iniciativa en ideas de innovación, entre otros.

Sin embargo, si bien muchas recomendaciones se realizan hacia el interior de la Institución, especialmente con los titulares de cada área, también es cierto que **la responsabilidad de nuestra salud mental y emocional corresponde a cada uno de nosotros atenderla con prioridad.**

Ello implica tener una mayor conciencia de las situaciones, emociones y pensamientos, así como saber responder ante las adversidades laborales que enfrentamos día a día, mediante la madurez emocional.

Tener madurez emocional implica tener la sabiduría y la capacidad de poder gestionar nuestras emociones, pensamientos y sentimientos.

De este modo, la **madurez psicológica** es importante por lo siguiente:

✓ **Mejor comunicación:**

Saber comunicarse con los demás de una manera asertiva es vital importancia, para tener relaciones más significativas con los demás. Una persona inmadura emocionalmente experimentará muchas dificultades para transmitir sus pensamientos, emociones y opiniones a los demás.

En la medida en que hablemos correctamente sobre cómo nos sentimos y nuestras ideas, mayor será nuestro **nivel de madurez.**

✓ **Más confianza:**

La inmadurez está ligada a los problemas de confianza. Por lo tanto, si no sabes confiar en ti o en los demás, es probable que te falte cierta **madurez emocional.**

Por ejemplo, una de las señales de tener madurez emocional es, “no esperar que los demás te adivinen el pensamiento” y, por el contrario, una persona madura intentará hacer que los demás puedan comprender cómo se sienten a través de las palabras.

✓ **Menos vulnerabilidad:**

Todas las personas somos susceptibles de caer en una ‘trampa emocional’. Pero en la proporción que adquieras de **madurez emocional**, tendrás más sabiduría para detectar manipulaciones y malos tratos por parte de los demás; disminuyendo de esta forma la posibilidad de vulnerabilidad, al tener cierta conciencia de nuestras debilidades y saber aceptarlas.

Por ello, la **madurez emocional** es una habilidad que deberías aprender para tener una mejor salud mental.

Te invitamos a contestar el Test de **Madurez emocional**

¿Soy una persona madura? En algún punto de la vida podemos sentirnos insatisfechos con nosotros, con los demás o con nuestra profesión debido a que no poseemos cierta madurez emocional.



De hecho, existen formas para saber si realmente somos personas maduras. Puedes comprobar tu **madurez emocional** a través de este test *Califica tus respuestas en:*

- ✓ **1** = rara vez;
- ✓ **2** = a veces;
- ✓ **3** = casi siempre

Las siguientes preguntas te permitirán cuantificar el nivel de madurez que tienes, y al que te gustaría alcanzar.

- 1) Hago una pausa antes de hablar para pensar y ordenar mis ideas. (1) (2) (3)
- 2) Considero las consecuencias de mis acciones antes de actuar (1) (2) (3)
- 3) Sopeso los pros y los contras de las decisiones antes de tomarlas (1) (2) (3)
- 4) Me propongo metas realistas y alcanzables a largo plazo (1) (2) (3)
- 5) Desarrollo un plan para alcanzar esas metas y me propongo objetivos diarios (1) (2) (3)
- 6) Desarrollo un plan para lidiar con posibles problemas a los que me puedo enfrentar para poder mantenerme encaminado hacia esos objetivos a largo plazo. (1) (2) (3)
- 7) Creo en los resultados que veo, sin tomar la responsabilidad de aquello que no está bajo mi control. (1) (2) (3)
- 8) Acepto sin reticencias las consecuencias de mis decisiones y acciones en lugar de rechazarlas. (1) (2) (3)
- 9) Acepto enfrentar las consecuencias de mis decisiones y acciones en lugar de luchar contra ellas. (1) (2) (3)
- 10) Acepto que es mi responsabilidad hacer frente a las consecuencias de mis decisiones y acciones. (1) (2) (3)
- 11) Me comprometo a tomar acciones para enfrentar las consecuencias de mis decisiones y acciones. (1) (2) (3)
- 12) Me comprometo a tener un plan para tomar esas acciones y acepto las consecuencias de no cumplirlas en el tiempo acordado. (1) (2) (3)

Este **test de madurez emocional** te ayudará a saber si realmente eres una persona que posee esta habilidad. Aun así, debes saber que la madurez se puede aprender a través del esfuerzo y el trabajo interior.

Tener una mayor madurez te hará disfrutar más de los pequeños detalles de la vida, así como estar más satisfecho/a de tus decisiones, acciones y comportamientos.

Suma el total de los puntos que hayas respondido y verifica la tabla de puntuación.

#### Puntuación:

- ✓ **12 a 19 puntos:** Eres una persona muy inmadura. Esto implica que te resulta casi imposible retrasar las gratificaciones y aceptar de buena gana y con calma la responsabilidad de tus decisiones impulsivas. Tienes tendencia a ser hostil con los demás y guardar cierto rencor.
- ✓ **20 a 27 puntos:** Eres una persona inmadura. Esto significa que no estás contento/a con los resultados de tus acciones y decisiones, que suelen ser apresuradas.
- ✓ **28 a 36 puntos:** Eres una persona madura. Tus decisiones suelen estar guiadas por tus valores fundamentales y se extienden más allá de tus necesidades y deseos personales hacia los demás. De este modo, cuando las cosas no te funcionan como esperabas, te sientes decepcionado/a, pero rara vez culpas a los demás. Además, te centras en solucionar tus problemas cuando surgen, corrigiendo tu rumbo y avanzando.



Medita sobre tus resultados y ponte a trabajar en tus áreas de oportunidad. Tu salud emocional lo agradecerá.



## Día Naranja y Día de la Familia

Conmemoración permanente del día Internacional para la eliminación de la violencia contra las mujeres.



Este Sindicato se une a la campaña para poner fin a la violencia contra las mujeres del Secretario General de las Naciones Unidas, administrada por ONU Mujeres, quienes han proclamado el día 25 de cada mes como "Día Naranja": Ese día se dedica al actuar en favor de generar conciencia y prevenir la violencia contra mujeres y niñas.

Las personas activistas entienden que si bien los nombres y los contextos pueden variar en función de los distintos lugares geográficos, las mujeres y las niñas de todo el mundo sufren maltratos generalizados y sus historias deben salir a la luz.

Con el tema de "Pinta el mundo de naranja": se anima a las personas a realizar acciones de concientización:

- ✓ Celebrar eventos con movimientos de mujeres locales, nacionales, regionales y mundiales,
- ✓ Defensoras y defensores de sobrevivientes y de los derechos humanos de las mujeres,
- ✓ Crear oportunidades para el diálogo entre activistas, personas encargadas de formular políticas y el público. Al igual que en años anteriores, el color naranja será el elemento clave unificador de todas las actividades, y los edificios y lugares emblemáticos se iluminarán y decorarán con este color para atraer la atención mundial hacia la iniciativa.
- ✓ Informar por medio de las redes sociales a la población sobre el Día Naranja, su objetivo y brindar algunos datos sobre la situación e impactos de la violencia contra las mujeres.



ÚNETE Y PARTICIPA EN TU CIUDAD.

Y TÚ ¿QUÉ ACCIONES ESTÁS TOMANDO?

## Programación de eventos a futuro

15 de mayo  
Día internacional de las Familias



Ocasión propicia para promover la concienciación y un mejor conocimiento de los procesos sociales, económicos y demográficos que afectan a este importante núcleo de la sociedad.

**La familia es la institución social fundamental** que une a las personas vinculadas por nacimiento o por elección en un hogar y una unidad doméstica. Es una **institución transmisora de valores**, así que no sólo le afectan los cambios que vivimos en la sociedad, los cambios de los valores sociales, sino que debe adaptarse a ellos y transmitir los nuevos valores



Derivado de la evolución social y los cambios trascendentes de nuestra época, actualmente las familias se componen de:

- ✓ Familias biparentales **sin hijos**, familias biparentales **con hijos**, familias **homoparentales**, familias **reconstituidas**, familias **monoparentales**, familias **de acogida**, familias **adoptivas** y familias **extensas**.

La estructura familiar no es un factor determinante para decidir si una familia es funcional o no; **lo más importante son los (valores) factores como la armonía, el cuidado y ayuda mutuos, el amor, el respeto, la sana convivencia y la unión.**

**PROMULGUEMOS ESTOS VALORES EN NUESTRAS FAMILIAS**

**Y TÚ ¿QUÉ VALORES ESTÁS FORMANDO EN TU FAMILIA?**

## Día de la Madre y Día del Padre

### Celebración a la labor maternal



Muchas felicidades a todas aquellas y aquellos que realizan esta hermosa labor de crianza. La maternidad se ejerce desde el amor, el cuidado y la enseñanza.

Por siglos, la esterilidad fue motivo de humillación y la fertilidad motivo de bienaventuranzas y orgullo.

Hoy la maternidad tiene un sentido diferente.

No tiene que ver con la fertilidad, sino con la BUENA CRIANZA, con la condición de cuidar, amar, proteger, valorar, estimar a cualquier ser humano necesitado de protección, de familia, de hogar.

Dejemos de reducir la condición de maternidad a un mercantilismo barato.

La condición de maternidad y buena crianza es invaluable.

Abrazar la buena crianza, y la maternidad hoy en día es un gran reto, sin embargo es muy gratificante.

La maternidad es siempre abrazar a un ser humano que necesita amor para hacerlo feliz.

Amar, cuidar, proteger, dar un hogar en tu vida a un pequeño llenará de gozo y alegría tu corazón y este día habrá valido la pena festejarlo.

Feliz día de la buena crianza y maternidad.



También a ti, que por razones diversas resientes estas fechas, te decimos, “estamos contigo”. Ten la seguridad de que las cosas pueden cambiar y mejorar.

## Programación de eventos a futuro

### Celebración a la labor paternal



Un padre también entiende de crianza con apego y disfruta de esa cercanía cotidiana donde conferir afectos, mimos y canciones de cuna.

También nutre, aunque no pueda dar el pecho, también él pasa las noches en vela, ríe, sufre y se preocupa de ese niño que forma parte de su ser, aunque no haya crecido en su interior.

Los cambios asociados a los férreos roles de género están cambiando y eso es algo que sin duda se agradece.

Hoy en día la paternidad ya no es una etiqueta donde otorgar al hombre la responsabilidad exclusiva del sustento de un hogar.

Los padres “no ayudan” en la crianza, “no son agentes auxiliares” sino figuras presentes, cercanas y siempre partícipes en la vida de esos pequeños en los que dejan huella, a los que nutren, aman y guían.

*“No es la carne ni la sangre lo que nos convierte en padres e hijos, sino el corazón”*

-Friedrich Von Schiller-

El número de familias monoparentales sigue ascendiendo.

Cada vez, son más los padres y las madres que afrontan la crianza de sus hijos en soledad, bien porque así lo han elegido o bien porque el destino lo ha querido.

Sea como sea, la atención, el cuidado y la educación de un niño requiere ante todo de esa cercanía física y emocional con la que confieren a esa nueva vida, seguridad y amor auténtico.

Algo para lo que tanto hombres como mujeres deben estar capacitados.

*“Un buen padre vale por cien maestros”*

-Jean Jacques Rousseau-

→ [Enlace](#)

## Elecciones

### Renovación del Comité Ejecutivo Local de la Sección 17 de Torreón, Coahuila

El día 16 de abril de 2024, tuvieron verificativo las Elecciones para la Renovación del Comité Ejecutivo Local de la Sección 17 de Torreón, Coahuila

En donde se declaró triunfadora la planilla "Morada", quienes entraron en funciones a partir del 16 de abril de 2024 por los 6 años siguientes.

**Cargo**  
 Secretaría General  
 Subsecretaría General  
 Secretaría de Trabajo y Conflictos  
 Secretaría de Actas y Acuerdos  
 Secretaría de organización  
 Secretario de Finanzas

**Nombre**  
 Luisa Fernanda Martínez Contreras  
 Ana Catalina Riveroll Duarte  
 Rolando García Conde  
 Diana Berenice López Gómez  
 Axel Rolando Lumbreras Amaro  
 Raúl Gilberto González Luna





## Visita del Líder Nacional a la Sección 61 en Ciudad Valles, S.L.P.

## Eventos especiales

## Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 1 en CDMX

El día 29 de febrero de 2024, se llevó a cabo una **Visita** a los órganos jurisdiccionales de la Sección 61 en Ciudad Valles, San Luis Potosí, del Mtro. Jesús Gilberto González Pimentel, Secretario General del Sindicato a petición de la Lic. Laura Liliana Hernández Monreal, integrante de la Subsecretaría General del Golfo y Secretaria General de la Sección 61 del Comité Ejecutivo Local de Ciudad Valles.



Durante su visita, asistió a los diversos órganos jurisdiccionales de Ciudad Valles, en donde cada compañero y compañera trabajadora expusieron las quejas de que se duelen, por actos de Acoso, maltrato y hostigamiento laboral, del que son objeto por parte de sus titulares.

Dichas quejas fueron documentadas y **serán atendidas oportunamente por nuestro Líder Nacional del Sindicato** con la finalidad de dar la debida atención a nuestros agremiados.



Trabajamos con pasión para darte lo mejor.

Esfuerzo constante a tu servicio.

Durante los días 4 y 5 de marzo de 2024, en conmemoración del día del Técnico de Servicios "B" (antes día del Intendente), se llevó a cabo en la Sección 1 en la Ciudad de México, la entrega de un estuche con destornillador eléctrico y herramientas para varones y un neceser para maquillaje para las mujeres; entregado en propia mano por el Lic. Gabriel Zamora encargado de oficina Sindical de CDMX. Felicidades a todos por sus invaluable servicios.

Obsequios entregados en el Edificio Prisma



Obsequios entregados en el Reclusorio Sur



## Entrega de medallas y reconocimientos en la Sección 36 en Campeche

## Eventos especiales

## Campaña de salud ECOS en Sección 49 en Ciudad Victoria

El día **7 de marzo de 2024**, se llevó a cabo el “Primer Evento en Campeche” por la entrega de medallas y reconocimientos por años 15, 20, 25 y 30 años de Servicio, a la Suprema Corte de Justicia de la Nación, al Consejo de la Judicatura Federal y al Instituto Federal de Defensoría Pública de la Sección 36 de Campeche.

Organizado por el Lic. Sergio Jesús Pinzón Baquedano, Secretario General del Comité Ejecutivo Local en Campeche, teniendo como invitados de honor a la presidenta del Tribunal Colegiado de Apelación, Magda. Ana Gabriela Urbina Roca, al presidente del Tribunal Colegiado de Campeche, Magdo. Mario Toraya y al titular de la Delegación del IFDP en Campeche, Mtro. Alfredo Rodríguez Parra. Un agradecimiento especial al Director de la Casa de la Cultura Jurídica, Mtro. Arcadio de Jesús Huchim Valencia quien proporcionó las facilidades para este Primer Evento.

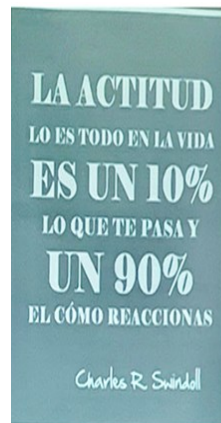


Primer Evento de entrega de Medallas realizado en Campeche



El día **7 de marzo de 2024**, se llevó a cabo la Campaña de salud como parte de las acciones promovidas con motivo del “Día internacional de la mujer”, en el edificio A del CJF en Ciudad Victoria. En ella se llevaron a cabo pláticas informativas, para todas las personas trabajadoras en Tamaulipas.

El personal del ISSSTE dio la capacitación, acompañada del Lic. Pedro Gutiérrez Muñoz, Secretario General de la Sección 49 del Comité Ejecutivo Local.



## Día del Técnico de Servicios “B” de la Sección 8 en Guanajuato

## Eventos especiales

## Campaña de salud contra el cáncer en Sección 8 en Guanajuato

El día 7 de marzo de 2024, en conmemoración del día del Técnico de Servicios “B” (antes día del Intendente), se llevó a cabo en la Sección 8 en Guanajuato. Las personas agremiadas recibieron una maleta de viaje enviada por el Líder Nacional. Felices al recibir su maleta de regalo, misma que fue entregada en propia mano por el Lic. José Luis Rangel Jantes. Secretario General de la Sección 8 del Comité Ejecutivo Local, quienes estuvieron acompañados por los titulares, coordinadores de Jueces y de Magistrados del 16° Circuito; Felicidades a todos por sus invaluable servicios.

El día 12 de marzo de 2024, se llevó a cabo la “Campaña de salud contra el cáncer” como parte de las acciones promovidas, con motivo del “Día internacional de la mujer”, otorgada por el Doctor en Oncología Luis Armando Ramírez Kotasec de MEDIMAC en el aula de la Escuela Judicial de Guanajuato, promovida por el Lic. José Luis Rangel Jantes, Secretario General de la Sección 8 del Comité Ejecutivo Local.



# Día internacional de la Mujer Participación ciudadana y Seccionales

## Eventos Especiales

El día **8 de marzo de 2024**, en todo el país y en el mundo entero, se conmemoró el "Día internacional de la mujer". Dicha conmemoración motivó contingentes de todas las edades, instituciones y organizaciones que se dieron cita en diversos puntos de todas las Ciudades en nuestro país, alzando la voz por las mujeres desaparecidas, violadas, asesinadas, golpeadas, humilladas y sobajadas por décadas en sometimiento a un pensamiento patriarcal de dominio sobre la mujer. Salimos a las calles a demandar respeto, justicia y visibilización sobre la realidad que, como mujeres vivimos cada día en nuestro país. Cientos de carteles denunciando a sus agresores, echando abajo los estereotipos en los que, por siglos se ha humillado la figura de la mujer. Hoy decimos, Basta, NO más violencia, no más injusticias, no dictarán más, ¡¡cómo debemos vestir, hablar, o sentir!! Son algunas de las consignas decretadas en esta conmemoración por miles de mujeres en todo el mundo y por supuesto en nuestro país.



### Conversatorio “Importancia del PJF en México” de la Sección 51 en Xalapa

### Eventos especiales

### Día del Técnico de Servicios “B” de la Sección 21 en Colima

El día 13 de marzo de 2024, se llevó a cabo un “Conversatorio” en el Instituto Universitario Veracruzano, teniendo como ponentes al Mtro. Moroni Lamán Amador, del Instituto de la Defensoría Pública Federal, y a la Mtra. Jamzi Jiménez, del Segundo Tribunal Colegiado de la Cuarta Región, siendo Coordinador y Moderador el Mtro. José Antonio Escobar Frutis, Secretario General del Comité Ejecutivo Local de la Sección 51. Acciones que se emprenden por parte de esta Sección para dar a conocer la importancia de nuestra insigne Institución y la labor que realizamos en ella, al servicio de la ciudadanía y de nuestra Nación.

El día 15 de marzo de 2024, en conmemoración del Día del Técnico de Servicios “B” (antes día del Intendente), se llevó a cabo en la Sección 21 en Colima. Las personas agremiadas recibieron una maleta de viaje enviada por el Líder Nacional; quienes los recibieron con mucho agrado de propia mano de la Secretaria General Socorro Hortensia Urzúa González de la Sección mencionada del Comité Ejecutivo Local. Celebrando con una exquisita comida en su honor en el Restaurante “Casa de Piedra” Felicidades a todos por la importante labor que realizan con entrega, responsabilidad y compromiso.



Comida en honor al personal de

**SERVICIOS Y MANTENIMIENTO**

Viernes | 15 marzo | 3:00 p.m.

Por tu importante labor realizada con entrega, responsabilidad y compromiso social.

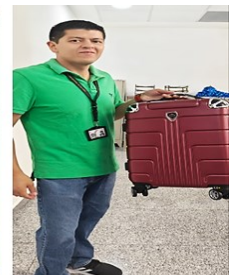
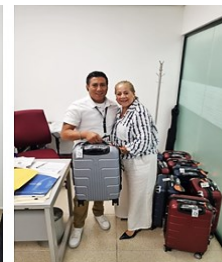
Nos vemos en el Restaurante Casa de Piedra en Av. Puerta Paraíso Norte 1, Puerta Paraíso, 28010 Colima.

**Conversatorio**  
“Importancia del Poder Judicial Federal en México”

13 de marzo 2024  
11:00 a 12:00 hrs  
Auditorio IUUV

**Ponentes**

Mtro. Moroni Lamán Amador  
Mtra. Jamzi Jiménez  
Mtro. José Antonio Escobar Frutis



## Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 56 en Iguala

## Eventos especiales

## Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 23 en Mazatlán

El día **15 de marzo de 2024**, en conmemoración del día del Técnico de Servicios "B" (antes día del Intendente), se llevó a cabo en la Sección 56 en Iguala, Guerrero. Las personas agremiadas recibieron una maleta de viaje enviada por el Líder Nacional; quienes los recibieron con mucho agrado de propia mano de la Secretaria General Nelly Villalba Ocampo de la Sección en cita del Comité Ejecutivo Local. Celebrando con una exquisita comida, en "La cevichería Esther" en Iguala, Guerrero, para los dos Técnicos de Servicios B, **Jorge Velasco Barrera y Arnulfo Jiménez Sandoval**. Felicidades por tan importante labor que dan cada día a esta Institución.

El día **22 de marzo de 2024**, en conmemoración del Día del Técnico de Servicios "B" (antes día del Intendente), se llevó a cabo en la Sección 23 de Mazatlán, Sinaloa. Las personas agremiadas recibieron una maleta de viaje enviada por el Líder Nacional; y celebrando en el "Restaurante de mariscos Puerto Azul", en la playa, en el Malecón de Mazatlán. Evento organizado por el Lic. Juan Manuel Ladrón de Guevara de La Tejera, Secretario General de la Sección mencionada del Comité Ejecutivo Local. Felicidades a todos por sus invaluable servicios.



## Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 36 en Campeche

## Eventos especiales

## Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 54 en Monclova

El día 22 de marzo de 2024, en conmemoración del Día del Técnico de Servicios "B" (antes día del Intendente), se llevó a cabo en la Sección 36 de Campeche. Las personas agremiadas recibieron una maleta de viaje enviada por el Líder Nacional; quienes los recibieron con mucho agrado de propia mano del Lic. Sergio Jesús Pinzón Baquedano, Secretario General de la Sección citada del Comité Ejecutivo Local. Felicidades a todos por sus invaluable servicios.

El día 25 de marzo de 2024, fue entregada al Lic. José Francisco de León Rodríguez una maleta de viaje, enviada por nuestro Líder Sindical como obsequio, en conmemoración del Día del Técnico de Servicios "B" entregada en propia mano por la Lic. Ma Estela Hernández García, Secretaria General del Comité Ejecutivo Local de Monclova. Felicidades por su arduo servicio a esta Institución.



MUCHAS FELICIDADES EN SU DÍA



## Entrega de Medallas y Reconocimientos de la Sección 46 en Ciudad Obregón

El día **25 de marzo de 2024**, se llevó a cabo la entrega de medallas y reconocimientos por años 15, 20, 25 y 30 años de las personas trabajadoras de la Sección 46 de Ciudad Obregón, por propia mano de la Lic. Nydia Morales Marena, Secretaria General del Comité Ejecutivo Local en esa Ciudad. Felicidades a todos por su inigualable labor y años de servir a nuestra Nación.



## Festejo de Jubilación en la Sección 46 en Ciudad Obregón

Los compañeros de la Sección 46 **celebraron la jubilación** del compañero **Mauro Ruiz López - Oficial Judicial "C"** por todos sus años de Servicio a esta querida Institución, disfrutando de una exquisita comida en "La Cecina de Plano Oriente" en un ambiente de alegría y muy buenos deseos.



## Eventos especiales

## Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 7 en San Luis Potosí

El día **25 de marzo de 2024**, en conmemoración del Día del Técnico de Servicios "B" (antes día del Intendente), se llevó a cabo en la Sección 7 de San Luis Potosí. Las personas agremiadas recibieron una maleta de viaje enviada por el Líder Nacional; quienes los recibieron con mucho agrado de propia mano del Lic. Jorge Omar Aguilar Aguirre, Secretario General de la Sección mencionada del Comité Ejecutivo Local. Felicidades a todos por sus invaluable servicios.



## MUCHAS FELICIDADES EN SU DÍA





## Día del Técnico de Servicios “B” de la Sección 15 en Piedras Negras

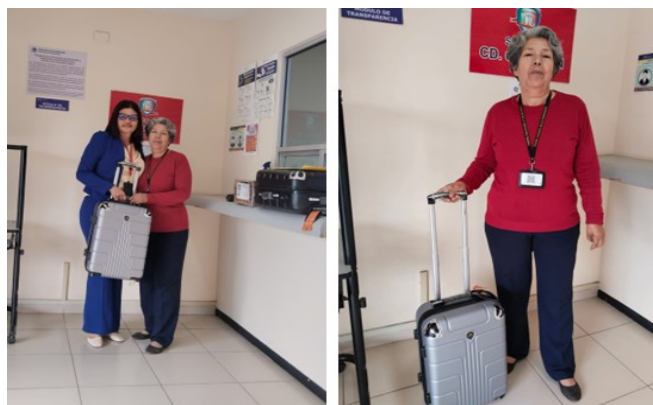
## Eventos especiales

## Día del Técnico de Servicios “B” de la Sección 46 en Ciudad Obregón

El día 26 de marzo de 2024, fue entregada a **Yesenia Yaret Menchaca Gómez** una maleta de viaje, remitida por nuestro Líder Sindical como obsequio, en conmemoración del Día del Técnico de Servicios “B” entregada en propia mano por el Lic. José Antonio Franco Rueda, Secretario General del Comité Ejecutivo Local de Piedras Negras. Felicidades por su arduo servicio a esta Institución.



El día 26 de marzo de 2024, en conmemoración del Día del Técnico de Servicios “B” (antes día del Intendente), se llevó a cabo en la Sección 46 de Ciudad Obregón. Las personas agremiadas recibieron una maleta de viaje enviada por el Líder Nacional; quienes los recibieron con mucho agrado de propia mano de la Lic. Nydia Morales Marena, Secretaria General de la Sección citada del Comité Ejecutivo Local. Felicidades a todos por sus invaluables servicios.



## FESTEJO DE AGASAJO

El día 06 de abril de 2024, la Lic. Nydia Morales Marena, Secretaria General de la Sección 46 del Comité Ejecutivo Local, ofreció un festín de agasajo en “Mariscos El Gordo” para nuestros compañeros en su día.



## MUCHAS FELICIDADES EN SU DÍA



## MUCHAS FELICIDADES EN SU DÍA

**Ceremonia de entrega de diplomas para alumnos de licenciatura y posgrado. Convenio Nacional Educativo de Colaboración del Comité Ejecutivo Nacional del STPF e INDEPAC. Querétaro.**

**Eventos especiales**

**Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 57 en Ensenada**

EL **6 de abril de 2024**, se llevó a cabo la "Ceremonia de Graduación" de (161 graduados) de Licenciatura y (145 graduados) de Posgrado de INDEPAC en Querétaro. Institución en convenio con nuestro Sindicato.

Dicho evento se realizó en el Edificio Sede de la Sección 10 con gran éxito, con la participación en presidio del Mtro. Gilberto González Pimentel, Secretario General del Sindicato; Mtro. German Briseño Sáinz, Secretario de Acción Educativa, Capacitación Administrativa y Sindical del Comité Ejecutivo Nacional del Sindicato; y como invitados especiales: el Magdo. Arturo Sánchez Valencia; Magdo. Gerardo Martínez Carrillo; Magdo. Mario Alberto Adame Nava; Juez Jesús Vicente Peña Covarrubias, Coordinador de Jueces de Distrito



**Autoridades Escolares INDEPAC:** Mtro. Francisco Alfredo Delgadillo Aguirre, Rector; Juez Gustavo Ramos Villafuerte, Docente; Dra. Sara Santillán Flores, Docente; Dr. Jonathan Joel Linares Tejeda, Docente; Mtro. Ricardo Diógenes Garza Alcocer, Docente; Dr. Jesús Zúñiga González, Docente; Mtro. Ernesto Castrejón Espino, Alumno Maestría; Lic. Adolfo Ríos García, Alumno Licenciatura.



El día **08 de abril de 2024**, para conmemorar el Día del Técnico de Servicios "B" (antes día del Intendente), se llevó a cabo en la Sección 57 de Ensenada. Las personas agremiadas recibieron una maleta de viaje enviada por el Líder Nacional; quienes los recibieron con mucho agrado de propia mano de la Lic. Mónica Vanessa Mancera Alcaraz, Secretaria General de la Sección mencionada del Comité Ejecutivo Local. Felicidades a todos por sus invaluable servicios.



**MUCHAS FELICIDADES EN SU DÍA**



### Eventos especiales

#### Reunión del Comité Ejecutivo Nacional con los 66 Secretarios Sindicales Seccionales del País, previa a la reunión con la Ministra Norma Piña.

El día **09 de abril de 2024**, Se dieron cita en el Hotel Casa Blanca en la Ciudad de México todos los representantes Sindicales de las 66 Secciones del país, así como los integrantes del Comité Ejecutivo Nacional.

Su agenda fue sometida al escrutinio de todos los integrantes, quienes expusieron las problemáticas de cada Ciudad, fueron escuchadas y debatidas sobre, la importancia y trascendencia de éstas para todos los trabajadores del PJF en la República Mexicana.

Se hicieron las propuestas, se examinaron las posibilidades y se llegaron a acuerdos que debían exponerse en la reunión con la Ministra Presidenta y su equipo de trabajo a fin de alcanzar una comunicación efectiva con los tomadores de decisiones.

Te dejamos los enlaces de esta reunión publicada en Facebook:

Acuse → [Enlace](#)



#### Reunión del Comité Ejecutivo Nacional con los 66 Secretarios Sindicales Seccionales del País con la Ministra Norma Piña y su equipo de trabajo

El día **10 de abril de 2024**, se llevó a cabo una reunión muy especial con la Ministra Norma Piña, Presidenta del CJF y de la SCJN, con la finalidad de tener apertura de diálogo entre nuestro Sindicato y las autoridades del PJF, con quienes siempre se ha mantenido en la cordialidad y el respeto debido.

En dicha reunión estuvieron presentes todos los Integrantes del Comité Ejecutivo Nacional, así como los 66 Secretarios Generales de los Comités Ejecutivos Locales del país, para presentar las demandas de todos los agremiados en diversos temas de importancia y relevancia para nuestros derechos laborales.

Se llegaron a varios acuerdos importantes entre ambas partes, especialmente para garantizar, dentro de los rangos operatorios, la mejor decisión para cada trabajador en cada Ciudad.

Te dejamos los enlaces de los Acuses y Comunicados oficiales:

Acuse → [Enlace](#) Comunicado → [Enlace](#)



## Eventos especiales

### Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 42 en Mexicali

En el mes de **abril de 2024**, en conmemoración del Día del Técnico de Servicios "B" (antes día del Intendente), se llevó a cabo en la Sección 42 de Mexicali. Las personas agremiadas recibieron una maleta de viaje enviada por el Líder Nacional; quienes los recibieron con mucho agrado de propia mano del Lic. Juan Carlos Gil González, Secretario General de la Sección citada del Comité Ejecutivo Local. Felicidades a todos por sus invaluable servicios.



## MUCHAS FELICIDADES EN SU DÍA



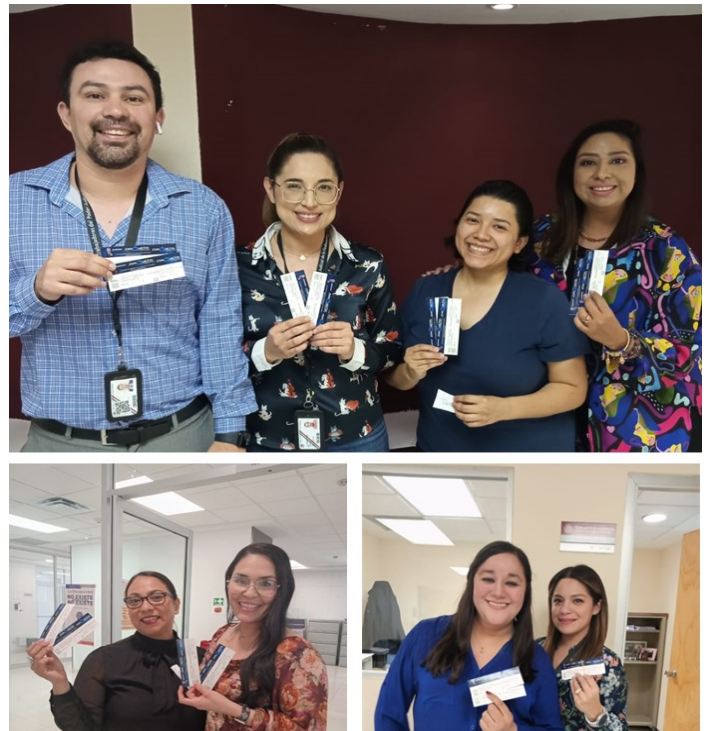
### Paseo "Off Road" 2024, para trabajadores de la Sección 42 en Mexicali

En el mes de **Abril** se llevó a cabo el Paseo "Off Road" 2024, para todos los trabajadores que tienen vehículos 4x4, RZR, motos y pickups. El recorrido se llevó a cabo en las zonas de Laguna Salan, Ciempies y Las Tinajas. Al terminar el recorrido los asistentes disfrutaron de una sana convivencia, acompañados de sus familias, disfrutando de una exquisita carne asada al pie de las montañas. Nos emociona que nuestros agremiados puedan disfrutar de tan increíbles actividades en Mexicali. Felicidades a todos



### Rifa de boletos para las funciones de John Milton en el Teatro del Estado, en Mexicali.

En dicha rifa participaron todos los agremiados adscritos a la Sección 42, y los ganadores disfrutaron mucho del espectáculo.



### Eventos especiales

#### Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 16 en Durango

El día 05 de abril de 2024, en conmemoración del Día del Técnico de Servicios "B" (antes día del Intendente), se llevó a cabo en la Sección 16 de Durango. Las personas agremiadas recibieron una maleta de viaje enviada por el Líder Nacional; quienes los recibieron con mucho agrado de propia mano del Lic. Roberto Carlos Ozuna García, Secretario General del Comité Ejecutivo Local, quien ofreció un desayuno para todos ellos en el Edificio Sede. Felicidades a todos por sus invaluable servicios



#### Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 11 en Monterrey

En el mes de marzo, para conmemorar el día del Técnico de Servicios B (antes día del Intendente), se llevó a cabo en la Sección 11 de Monterrey. Las personas agremiadas recibieron una maleta de viaje enviada por el Líder Nacional; quienes los recibieron con mucho agrado de propia mano del Lic. Dámaso Pérez Marín, Secretario General del Comité Ejecutivo Local. Felicidades a todos por sus invaluable servicios.



MUCHAS FELICIDADES EN SU DÍA

## Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 45 en Matamoros

## Eventos especiales

## Entrega de medallas y reconocimientos de la Sección 47 en Ensenada

El día 19 de abril de 2024, para conmemorar el Día del Técnico de Servicios "B" (antes día del Intendente), se llevó a cabo en la Sección 45 de Matamoros. Las personas agremiadas recibieron una maleta de viaje enviada por el Líder Nacional; quienes los recibieron con mucho agrado de propia mano del Lic. Juan Antonio Gamboa Rojas, Secretario General del Comité Ejecutivo Local. Felicidades a todos por sus invaluable servicios.

El día 24 de abril de 2024, se llevó a cabo la entrega de medallas y reconocimientos por años 15, 20, 25 y 30 años de las personas trabajadoras de la Sección 47 de Ensenada, en el Centro de Justicia Penal Federal organizado por la Lic. Mónica Vanessa Mancera Alcaraz, Secretaria General del Comité Ejecutivo Local en esa Ciudad, agasajando el evento con exquisitos canapés. Felicidades a todos por su inigualable labor y años de servir a nuestra Nación.



### Entrega de medallas y reconocimientos de la Sección 49 en Cd. Victoria

### Eventos especiales

### Entrega de medallas y reconocimientos de la Sección 7 en San Luis Potosí

El día 24 de abril de 2024, se llevó a cabo la entrega de medallas y reconocimientos por años 15, 20, 25 y 30 años de las personas trabajadoras de la Sección 49 de Ciudad Victoria, en el lobbie del Edificio de Tribunales Colegiados, organizado por el Lic. Pedro Gutiérrez Muñoz, Secretario General del Comité Ejecutivo Local en esa Ciudad.

El día 26 de abril de 2024, se llevó a cabo la entrega de medallas y reconocimientos por años 15, 20, 25 y 30 años de las personas trabajadoras de la Sección 49 de Ciudad Victoria en el Aula Magna de la Escuela Federal de Formación Judicial del Instituto, organizado por el Lic. Jorge Omar Aguilar Aguirre, Secretario General del Comité Ejecutivo Local en esa Ciudad.



### Día del Técnico de Servicios "B" y apoyo económico a 5 practicantes

Durante la ceremonia fueron entregados los regalos para los Técnicos de Servicios B (antes día del Intendente), así como un apoyo económico para gastos de titulación para 5 practicantes; fondo que fue obtenido por una rifa entre los compañeros y compañeras de todos los órganos, organizada por el Sindicato local. Enhorabuena para todos.



### Entrega de medallas y reconocimientos de la Sección 58 en Puente Grande

### Eventos especiales

### Entrega de medallas y reconocimientos de la Sección 3 en Cuernavaca

En el mes de **abril de 2024**, se llevó a cabo la entrega de medallas y reconocimientos por años 15, 20, 25 y 30 años de las personas trabajadoras de la Sección 58 de Puente Grande, en el "Restaurante La Perla del Pacifico", organizado por el Lic. Luis Alberto García Díaz, Secretario General del Comité Ejecutivo Local en esa Ciudad.



### Día del Técnico de Servicios B

En conmemoración del día del Técnico de Servicios "B" (antes día del Intendente), las personas agremiadas recibieron una maleta de viaje enviada por el Líder Nacional; quienes los recibieron con mucho agrado de propia mano del Secretario General de esa Ciudad. Felicidades a todos por sus invaluable servicios



### Rifa para empleados de la Sección en navidad

Durante la época decembrina los empleados de la Sección 58 realizaron una rifa de Hornos de microondas, eléctrico, pantallas y bocinas. Todos muy alegres con sus regalos en gran convivencia.



El **día 27 de abril de 2024**, se llevó a cabo la entrega de medallas y reconocimientos por años 15, 20, 25, 30 y 40 años de las personas trabajadoras de la Sección 3 de Cuernavaca, quienes fueron agasajados con un exquisito desayuno bufet en el "Hotel Vista Hermosa", organizado por la Secretaria General del Comité Ejecutivo en esa Ciudad, la C. María Leticia Anica Ortega. Felicidades a todos por sus invaluable servicios.



### MUCHAS FELICIDADES A TODOS



40 años de servicio



30 años de servicio

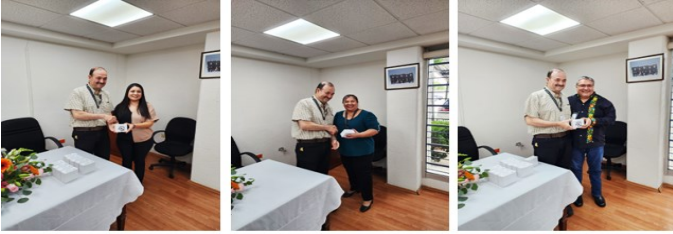


## Eventos especiales

### Entrega de medallas y reconocimientos de la Sección 23 en Nuevo Laredo Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 26 en La Paz, Baja California Sur

El día **23 de abril de 2024**, se llevó a cabo la entrega de medallas y reconocimientos por años 15, 20, 25 y 30 años de las personas trabajadoras de la Sección 23 de Nuevo Laredo, en el edificio del Poder Judicial del Estado, organizado por la Lic. María Antonieta Salinas Ramírez, Secretaria General del Comité Ejecutivo Local en esa Ciudad y al término del evento fueron agasajados con unos exquisitos tamalitos de la región. Felicidades a todos por sus invaluable servicios

En el mes de **abril de 2024**, para conmemorar el Día del Técnico de Servicios "B" (antes día del Intendente), se llevó a cabo en la Sección 26 de La Paz, Baja California Sur. Las personas agremiadas recibieron una maleta de viaje enviada por el Líder Nacional; quienes los recibieron con mucho agrado de propia mano de la Lic. Noemi Dolores Urías Ojeda, Secretaria General del Comité Ejecutivo Local. Felicidades a todos por sus invaluable servicios.

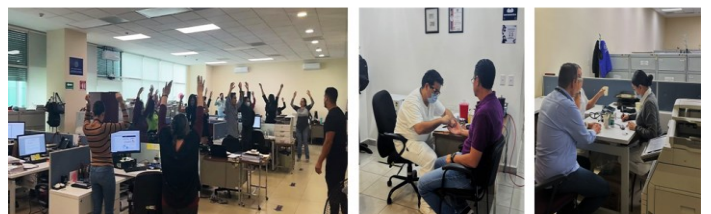
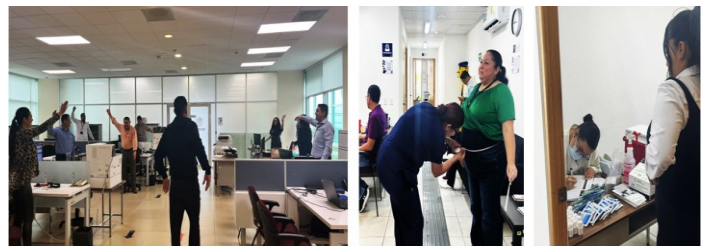


### Campaña de salud preventiva ECOS

Como parte de las acciones de concientización de la salud de los trabajadores, se llevó a cabo una campaña de vacunación y revisión de la salud de los trabajadores de la Sección de 26, así como un taller de activación física, para realizar ejercicios en sus áreas de trabajo, con dinámicas sencillas para reducir el estrés entre los compañeros y las compañeras, lo que permite que el ambiente de trabajo sea más armonioso. ¡¡Felicidades por estas acciones!!

### Día del Técnico de Servicios "B"

Así también fueron entregados los regalos para los Técnicos de Servicios "B" (antes día del Intendente), de propia mano de la Secretaria General de esa ciudad. Felicidades en su día.



## Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 41 en Saltillo

## Eventos especiales

## Día del Técnico de Servicios "B" de la Sección 24 en Nogales

En el mes de **abril de 2024**, para conmemorar el Día del Técnico de Servicios "B" (antes día del Intendente), se llevó a cabo en la Sección 41 de Saltillo. Las personas agremiadas recibieron una maleta de viaje enviada por el Líder Nacional; quienes los recibieron con mucho agrado de propia mano de la Lic. Nelly Patricia Alarcón Cortés, Secretaria General del Comité Ejecutivo Local. Felicidades a todos por sus invaluables servicios.



Recibiendo el envío del Lic. Gilberto González Pimentel

En el mes de **abril de 2024**, se llevó a cabo la entrega de medallas y reconocimientos por años 15, 20, 25 y 30 años de las personas trabajadoras de la Sección 24 de Nogales, en el edificio del Poder Judicial del Estado, organizado por el Lic. Francisco Jerez Sánchez, Secretario General del Comité Ejecutivo Local en esa Ciudad. ¡Felicidades a todos por sus invaluables servicios!



## Festejo del Día del niño/niña

Así también el 26 de abril de 2024. se realizó un festejo para los hijos e hijas de los agremiados de esta sección 24 de Nogales, Sonora, contando con la asistencia de más de 50 niños y niñas en gran convivio con sus padres con la finalidad de propiciar la integración familiar. Los padres y los niños muy contentos, ya que desde hace seis años que en esta Sección no se festejaba a los peques.

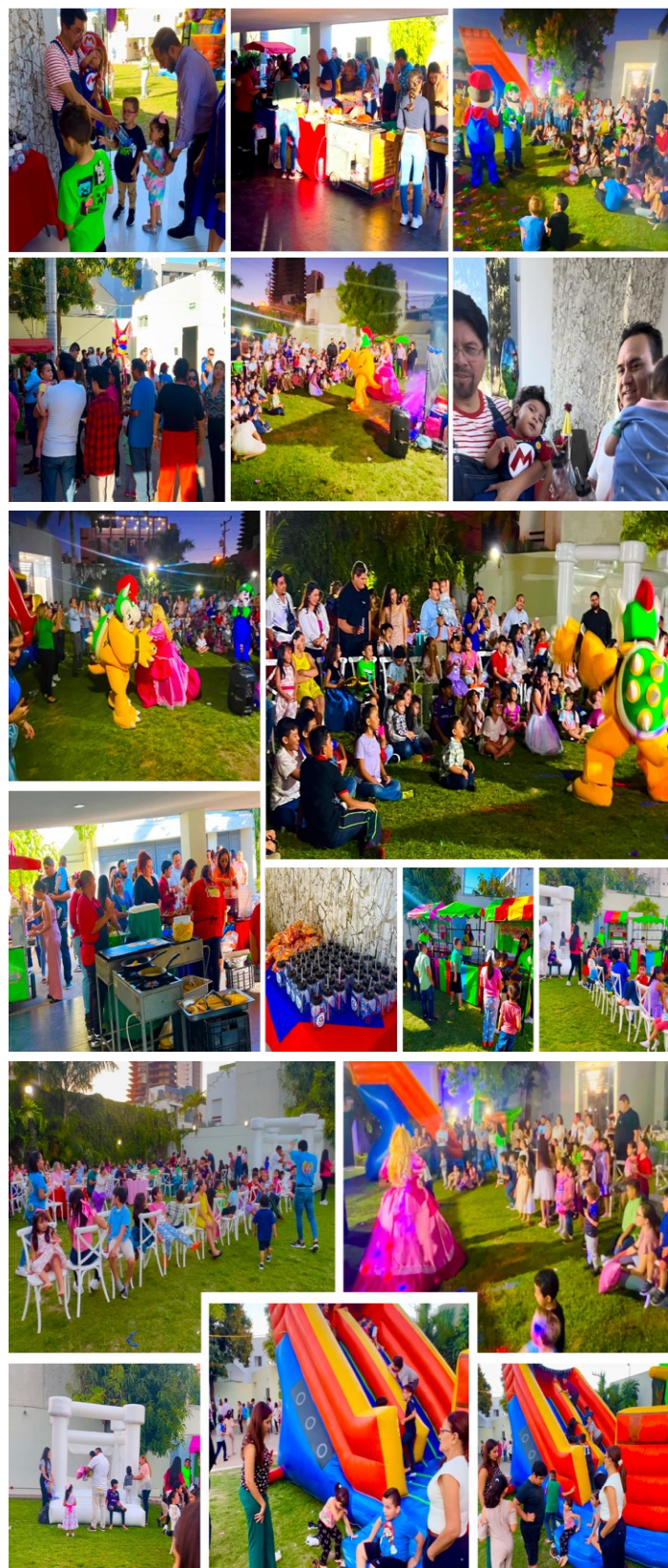


### Evento del Día del niño/niña de la Sección 23 en Mazatlán

### Eventos especiales

### Entrega de medallas y reconocimientos de la Sección 8 en Guanajuato

El día **29 de abril de 2024**, se llevó a cabo un evento para para los hijos e hijas de los agremiados de esta sección 23 con motivo del Día del Niño, en el "Salón La Ferro" en calle Flamingos y Río Baluarte, Fracc. Ferrocarrilera en Mazatlán, organizado por el Dr. Juan Manuel Ladrón de Guevara de La Tejera, Secretario General del Comité Ejecutivo Local en esa ciudad. Felicidades a todos los pequeños en su día.



En el mes de **abril de 2024**, se llevó a cabo la entrega de medallas y reconocimientos por años 15, 20, 25, 30 y 50 años de las personas trabajadoras de la Sección 8 de Guanajuato, en el edificio del Poder Judicial del Estado, organizado por el Lic. José Luis Rangel Jantes, Secretario General del Comité Ejecutivo Local en esa Ciudad. ¡Felicidades a todos por sus invaluables servicios!



Magdo. Ángel Michel Sánchez con 50 años de servicio



## Entrega de medallas y reconocimientos y Día del Técnico de Servicios “B” de la Sección 64 en Córdoba

En el mes de **abril de 2024**, se llevó a cabo la entrega de medallas y reconocimientos por años 15, 20, 25 y 30 años de las personas trabajadoras de la Sección 64 de Córdoba, en la Sala “Z” del Ayuntamiento Constitucional de Córdoba Veracruz, organizado por el Lic. Jesús Palma Morales, Secretario General del Comité Ejecutivo Local en esa Ciudad y al término del evento fueron agasajados con unos exquisitos bocadillos. Felicidades a todos por sus invaluable servicios



## Eventos especiales

### Evento conmemorativo del Día Mundial de Seguridad y Salud en el Trabajo en Sección 1 en CDMX

El día **29 de abril de 2024**, los integrantes de la **Comisión de Seguridad y Salud en el Trabajo del Consejo de la Judicatura Federal**, participaron en el evento organizado por el ISSSTE, en el marco del “Día Mundial de Seguridad y Salud en el Trabajo” que celebra la Organización Internacional del Trabajo, en donde se abordó el tema de *“Repercusiones del cambio climático en la seguridad y salud en el trabajo”*. Llevado a cabo en el Auditorio Lázaro Cárdenas por la Dirección General de la Institución antes citada.

En dicho evento participaron: la Lic. Laura Sandra Hasbach Melchor, Secretaria Técnica, el Lic. Gerardo González Tapia, Director de Relaciones Laborales por parte de la institución y el Mtro. Germán Briseño Sáinz, Secretario de Capacitación con el Lic. Juan Gabriel Zamora Bahena Secretario de Acción Juvenil del CEN por parte del Sindicato.



## Fechas importantes en marzo-abril

MARZO	
1	Día de la cero discriminación
3	Día mundial de la vida silvestre
4	Día mundial de la ingeniería para el desarrollo sostenible
4	Día mundial de la obesidad
7	Día del juez mexicano
7	Día del servidor público del PJF
8	Día internacional de la mujer
10	Día internacional de las juezas
12	Día mundial contra la censura en internet
14	Día internacional de acción por los ríos
15	Día mundial de los derechos del consumidor
18	Día del natalicio de Benito Juárez
19	Día internacional del artesano
20	Equinoccio de primavera
21	Día internacional de los bosques
21	Día internacional de la eliminación de la discriminación racial
21	Semana de solidaridad con los pueblos que luchan contra el racismo y la discriminación racial
22	Día mundial del agua
23	Día mundial de prevención del cáncer de cuello uterino
24	Día internacional del derecho a la verdad en relación con violaciones graves de los derechos humanos y de la dignidad de las víctimas
27	Día nacional del archivista
31	Día internacional de la visibilidad transgénero

ABRIL	
2	Día mundial de concienciación sobre el autismo
5	Día internacional de la conciencia
6	Día internacional del deporte para el desarrollo y la paz
7	Día mundial de la salud
8	Día internacional de oposición a los alimentos transgénicos
12	Día internacional de los niños de la calle
16	Día internacional contra la esclavitud infantil
18	Día internacional de los monumentos y sitios
23	Día internacional del libro
24	Día internacional de la concienciación sobre el ruido
25	Día internacional del ADN
26	Día mundial de la propiedad intelectual
26	Día internacional en recuerdo del desastre de Chernóbil
27	Día del código morse
27	Día internacional para la conservación de los anfibios
28	Día mundial de la seguridad y la salud en el trabajo
29	Día internacional del perro guía
30	Día del niño en México

## Calendario

Marzo

L	M	M	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

abril

L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					



## Trabajamos con pasión para darte lo mejor

### Director General

Mtro. Jesús Gilberto González Pimentel

### Redactora Ejecutiva en Jefe:

Mtra. Claudia Elena Morazán Silva

### Comité Editorial:

Mtra. Lourdes Alejandra Flores Díaz

Mtro. Germán Briseño Sáinz

Mtra. Nora Angélica Castorena Sánchez

Si quieres participar con algún artículo para la Revista o te gustaría que se publique algo de tu interés, puedes contactarnos.



Correo

[boletin@app.pjfsindicato.org.mx](mailto:boletin@app.pjfsindicato.org.mx)

Contacto

55 55 32 14 22  
55 55 32 03 03

## Esfuerzo constante a tu servicio

