

HABLA. OPONTE. REPITE: EL PODER Y LA VALENTÍA DE LA EXPRESIÓN

ESCRIBE
POR LOS
DERECHOS

AMNISTÍA
INTERNACIONAL



Libertad
de expresión

Actividad
de educación en
derechos humanos

ESCRIBE POR LOS DERECHOS

ESCRIBIR CARTAS CAMBIA VIDAS

Cuando un puñado de personas se une para respaldar a alguien, los resultados pueden ser asombrosos.

Hace casi 25 años, un pequeño grupo de activistas de Polonia organizó una maratón de redacción y envío de cartas durante 24 horas para ayudar a personas que corrían peligro de sufrir violaciones de derechos humanos. Lo que comenzó como acto de escasa envergadura ha evolucionado hasta convertirse en la mayor campaña de derechos humanos del mundo: Escribe por los Derechos.

En 2001 se escribieron 2.326 cartas en todo el mundo. En 2024, esa cifra se había disparado hasta superar los 4,6 millones de cartas, tuits, firmas de peticiones y demás acciones, emprendidas en más de 200 países y territorios. En todo el planeta, la gente ha demostrado que la geografía no constituye ninguna barrera para la solidaridad, y que las palabras tienen el poder de infundir esperanza y desencadenar cambios. Sólo en 2024, casi un millón de personas participaron en actividades de educación en derechos humanos como ésta.

Juntas, nuestras acciones han ayudado a transformar las vidas de más de 115 personas a lo largo de los años, liberando a activistas en detención, garantizando justicia para aquellas personas cuyos derechos habían sido violados y protegiendo a quienes abogaban por el cambio.

Este año, de nuevo, la campaña apoya a personas en situación de riesgo de todo el mundo, y el nexo de unión entre ellas es que todas han sufrido violaciones de derechos humanos sólo por ser quienes son o por haber ejercido sus derechos. Si nos unimos, podemos exigir justicia para ellas. Gracias a Escribe por los Derechos, recibirán miles de mensajes personalizados de solidaridad de todo el mundo, que les recordarán que ni ellas ni sus luchas han caído en el olvido. Además, al escribir directamente a las autoridades, podemos presionar a quienes están en el poder para que contribuyan a construir un mundo más justo e igualitario.

Año tras año, quienes protagonizan los casos incluidos en la campaña nos refieren lo profundamente importantes que son estas acciones. Muchas de esas personas describen lo fuertes que se sienten cuando se enteran de que tantas personas se preocupan por ellas y las apoyan. A menudo, sus cartas provocan cambios reales: se retiran los cargos, se libera a personas detenidas y las autoridades introducen nuevas leyes o políticas para proteger los derechos humanos.

Desde el fondo de mi corazón, esta campaña me ha mantenido con vida; es lo que ha impedido que me maten, porque saben que ustedes están ahí.

Jani Silva, defensora ambiental, 2021

ANTES DE EMPEZAR

Esta **actividad de educación en derechos humanos** puede llevarse a cabo en diversos entornos: tanto dentro como fuera de Internet, en aulas, grupos comunitarios, familias o redes de activistas. Como facilitador o facilitadora, adapta la actividad al contexto de tu grupo. Por ejemplo, es conveniente considerar los conocimientos que tiene ya el grupo sobre las cuestiones que se van a debatir, el tamaño y rango de edad del grupo y la mejor forma de organizar la actividad para fomentar la participación activa, el emplazamiento donde se va a desarrollar la actividad, si va a ser presencial o en línea, y cualquier otro tipo de limitación que pudiera presentarse. Cuando las personas participantes deseen emprender acciones en defensa de una persona en situación de riesgo, analicen cómo pueden hacerlo sin correr peligro.

Las actividades se basan en **métodos de aprendizaje participativos**, que no se limitan a presentar información a las personas participantes sino que obligan a investigar, debatir, analizar y cuestionar asuntos relacionados con las historias de las personas y los grupos. Esto las ayuda a:

DESARROLLAR competencias y aptitudes clave

FORMARSE opiniones propias, formular preguntas y comprender mejor las cuestiones que se exponen

HACER SUYO el aprendizaje y orientar los debates en función de sus intereses, habilidades y preocupaciones

COMPROMETERSE emocionalmente, desarrollar valores y asumir compromisos personales.



Peticiones y tarjetas postales en favor de Manahel al Otaibi durante la campaña Escribe por los Derechos 2024.

Conoce a las personas por las que luchamos:
<https://www.amnesty.org/es/get-involved/write-for-rights/>

Contacta con el equipo de Amnistía en tu país: www.amnesty.org/es/countries/

Expresa tu apoyo a @Amnesty con la etiqueta #W4R25

Si los métodos de aprendizaje participativo no te son familiares, consulta el **Manual de Facilitación** de Amnistía Internacional antes de empezar: amnesty.org/es/documents/ACT35/020/2011/es/

Amnistía Internacional ofrece gratuitamente por Internet cursos de educación en derechos humanos: <https://academy.amnesty.org/learn> y pruebas didácticas: <https://share.google/XbBVTSryhr9UNR4rq>

TUS PALABRAS SON PODEROSAS

REASENTADO EN SITUACIÓN DE SEGURIDAD

En 2023, debido a su labor de derechos humanos, la seguridad del activista rohinyá Maung Sawyeddollah corrió peligro grave en el campo de personas refugiadas en el que vivía en Bangladesh. En agosto de 2024 le concedieron un visado de salida de Bangladesh y un visado de estudiante para asistir a la universidad en Estados Unidos, lo que probablemente ha sido posible gracias a la enorme publicidad que la campaña Escribe por los Derechos 2023 dio a su caso.

“A lo largo de la campaña me sorprendió recibir todo un torrente de motivación, apoyo, compromiso y solidaridad de personas y grupos de todo el mundo. La respuesta de la comunidad internacional fue alentadora, con personas de tan diversos entornos unidas en la lucha por la justicia y los derechos humanos”

Maung Sawyeddollah



© Munir Uz Zaman/AFP via Getty Images

SALVADO DE LA EJECUCIÓN

Rocky Myers, de raza negra y con discapacidad intelectual, pasó tres decenios en el corredor de la muerte de Alabama (Estados Unidos) por asesinato. La declaración de culpabilidad de Rocky se basó en testimonios plagados de incoherencias. Fue condenado a muerte en contra del criterio del jurado, práctica que fue abolida en Alabama en 2017. Rocky formó parte de la campaña Escribe por los Derechos 2023, lo que se tradujo en numerosas acciones de campaña en todo el mundo que pedían a la gobernadora de Alabama su indulto y la conmutación de su condena a muerte, medida que fue concedida en febrero de 2025. La lucha de Rocky por la justicia no ha terminado, ya que continúa condenado a cadena perpetua sin posibilidad de libertad condicional, pero la amenaza de ejecución ha desaparecido.

© Particular



“Esta campaña no sólo sensibilizó sobre su caso, sino que la forma como se llevó a cabo rendía homenaje a Rocky como persona, como padre y como abuelo. Sé que la avalancha de apoyo significó muchísimo para Rocky, y saber que tantas personas se sintieron interpeladas a actuar es muy estimulante.”

Miriam Bankston,
perteneciente al equipo
jurídico de Rocky Myers

EXCARCELADA

En septiembre de 2020, Dorgelesse Nguessan fue detenida y, posteriormente, condenada a cinco años de cárcel por haber participado en manifestaciones pacíficas en Camerún. Tras la inclusión de su caso en Escribe por los Derechos 2022, Dorgelesse quedó en libertad en enero de 2025 y pudo reunirse con su familia.

“Nos tendieron la mano cuando más lo necesitábamos. Mi hijo estaba enfermo, mi madre estaba enferma. Mi encarcelamiento afectó mucho a mi madre, la debilitó. Esta campaña le imprimió fuerza. Nos dio ánimos a todos y todas. No sé cómo dar las gracias a Amnistía.”

Dorgelesse Nguessan



© Particular

SOBRE LOS DERECHOS HUMANOS

Los derechos humanos son las libertades y las garantías propias de todas y cada una de las personas. Están basados en los principios de dignidad, igualdad y respeto mutuo, con independencia de la edad, la nacionalidad, el género, la raza, las creencias y las orientaciones personales.

Tus derechos tienen que ver con recibir un trato justo, tratar justamente a las demás personas y tener la capacidad de tomar decisiones sobre tu propia vida. Los derechos humanos son universales: pertenecen a todas las personas,

estén donde estén. Son inalienables: nadie nos puede despojar de ellos. Y son indivisibles e interdependientes: todos tienen igual importancia y están interconectados.

Desde las atrocidades cometidas en la Segunda Guerra Mundial, los instrumentos internacionales de derechos humanos, empezando por la Declaración Universal de Derechos Humanos, proporcionan un potente marco de legislación nacional, regional e internacional concebido para mejorar la vida de las personas en todo el

mundo. Los derechos humanos tienen valor de ley para los gobiernos. No son privilegios ni lujos que se conceden sólo cuando es conveniente, sino que crean obligaciones vinculantes por las que los gobiernos y los cargos públicos deben respetar, proteger y realizar los derechos de todas las personas, tanto dentro como fuera de sus fronteras.



© UN Photo

LA DECLARACIÓN UNIVERSAL DE DERECHOS HUMANOS (DUDH)

La DUDH fue redactada por la entonces recién creada Organización de las Naciones Unidas en los años inmediatamente posteriores a la Segunda Guerra Mundial. Desde que se adoptó el 10 de diciembre de 1948, constituye la columna vertebral del sistema internacional de derechos humanos. Todos los países del mundo han acordado regirse por los principios generales que se expresan en sus 30 artículos.

Como su nombre indica, es una declaración de intenciones por la que todos los gobiernos del mundo se comprometen a respetar ciertas

normas en el trato dispensado a cada ser humano. Los derechos humanos son ya parte del derecho internacional: desde la adopción de la DUDH, se han redactado numerosas leyes y acuerdos vinculantes basados en sus principios. Las organizaciones como Amnistía internacional se apoyan en esas leyes y acuerdos para exigir a los gobiernos que pongan fin a los abusos que sufren quienes protagonizan la campaña Escribe por los Derechos.



© Amnesty International Togo

Activistas de Amnistía en Togo durante la campaña Escribe por los Derechos 2024.

DECLARACIÓN UNIVERSAL DE DERECHOS HUMANOS

 Derechos y libertades civiles El derecho a la vida, el derecho a no sufrir tortura ni esclavitud y el derecho a no sufrir discriminación.	Artículo 1 Libres e iguales en dignidad y derechos Artículo 2 El derecho a no sufrir discriminación Artículo 3 El derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de la persona Artículo 4 El derecho a no sufrir esclavitud Artículo 5 El derecho a no sufrir tortura
 Derechos jurídicos El derecho a la presunción de inocencia, el derecho a un juicio con garantías, y el derecho a no sufrir detención ni reclusión arbitrarias.	Artículo 6 El derecho de toda persona a estar protegida por la ley Artículo 7 El derecho de toda persona a la igualdad ante la ley Artículo 8 El derecho a un recurso cuando se han violado derechos Artículo 9 El derecho a no sufrir detención, prisión ni exilio injustamente Artículo 10 El derecho a un juicio justo Artículo 11 El derecho a la presunción de inocencia hasta que se demuestre la culpabilidad Artículo 14 El derecho a ir a otro país y pedir protección
 Derechos sociales Los derechos a la educación, a fundar y mantener una familia, al ocio y a la salud.	Artículo 12 El derecho a que se respeten la intimidad, el domicilio y la vida familiar Artículo 13 La libertad de vivir y viajar sin trabas dentro de las fronteras del Estado Artículo 16 El derecho a casarse y a fundar una familia Artículo 24 El derecho al descanso y al disfrute del tiempo libre Artículo 26 El derecho a la educación, que incluye la educación primaria gratuita
 Derechos económicos Los derechos a la propiedad, al trabajo, a la vivienda, a una pensión y a un nivel de vida adecuado.	Artículo 15 El derecho a una nacionalidad Artículo 17 El derecho a tener propiedades y bienes Artículo 22 El derecho a la seguridad social Artículo 23 El derecho a trabajar por un salario digno y a pertenecer a un sindicato Artículo 25 El derecho a un nivel de vida adecuado que asegure la salud y el bienestar
 Derechos políticos El derecho a participar en el gobierno del país, el derecho a votar, el derecho de reunión pacífica y el derecho a la libertad de expresión, de creencias y de religión.	Artículo 18 La libertad de creencias (incluidas las creencias religiosas) Artículo 19 La libertad de expresión y el derecho a difundir información Artículo 20 La libertad de asociarse y de reunirse con otras personas de forma pacífica Artículo 21 El derecho a participar en el gobierno del país
 Derechos culturales, derechos solidarios El derecho a participar en la vida cultural de la comunidad.	Artículo 27 El derecho a ser partícipe de la vida cultural de la comunidad Artículo 28 El derecho a un orden internacional en el que se respeten plenamente todos estos derechos Artículo 29 La obligación de respetar los derechos de las demás personas Artículo 30 El derecho de toda persona a no ser privada de ninguno de estos derechos

ACTIVIDAD

LIBERTAD DE EXPRESIÓN

CONCEPTOS CLAVE

- Libertad de expresión
- Derecho a la protesta
- Reducción del espacio de la sociedad civil
- Defensores y defensoras de los derechos humanos
- Represión y detención arbitraria

SOBRE ESTA ACTIVIDAD

A partir de las historias de dos personas perseguidas por su labor periodística, su labor de defensa y sus comentarios públicos, en esta actividad veremos cómo el derecho a la libertad de expresión se encuentra amenazado en varias partes del mundo. Cada una de estas personas ha sido criminalizada, detenida y sometida a malos tratos por su actitud de compromiso con sus creencias, lo que refleja un panorama internacional de reducción constante del espacio de la sociedad civil y de prácticas cada vez más autoritarias para reprimir la libertad de expresión.

EDAD: +14

TIEMPO NECESARIO

60 minutos. Se recomienda prever algo más de tiempo para dedicarlo al apartado Cómo actuar.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Las personas participantes:

- **comprenderán** el concepto de libertad de expresión y su importancia.
- **identificarán** de qué formas se encuentra amenazada la libertad de expresión en todo el mundo.
- **explicarán** las consecuencias a las que se enfrentan quienes alzan la voz o denuncian la injusticia, tales como actos de hostigamiento y la cárcel.
- **expresarán** empatía y solidaridad con periodistas y defensores o defensoras de los derechos humanos, reflexionando sobre sus historias y participando en acciones de peso.

MATERIALES

- **Documento:** fichas de caso y fichas para actuar (páginas 15-18)
- **Declaración Universal de Derechos Humanos (DUDH), versión simplificada** (pág. 5)
- **Información complementaria:** El derecho a la libertad de expresión (páginas 13-14)
- Papel, bolígrafos y sobres (si van a enviar cartas)
- Opcional: vídeos disponibles en [amnesty.org/es/w4r-videos](https://www.amnesty.org/es/w4r-videos)
- Opcional: Cartas modelo disponibles en [amnesty.org/es/get-involved/write-for-rights/](https://www.amnesty.org/es/get-involved/write-for-rights/)

PREPARACIÓN

- Lee las fichas con las historias y selecciona en qué caso o casos quieres trabajar.
- Imprime una copia del documento para cada participante o grupo.
- Lee la información complementaria.
- Posiblemente convenga ajustar la cantidad de tiempo que se dedica a cada parte de la actividad o adaptar instrucciones específicas en función del tamaño del grupo, su nivel de conocimientos y sus necesidades de aprendizaje. Planifica tu empleo del tiempo detenidamente.

1. PREÁMBULO: CORRECCIÓN SILENCIOSA

 15 MINUTOS

Ten listos uno o dos objetos que vayas a presentar. Pueden ser fotos u otros objetos. Compórtate como si fueras una autoridad y explica a las personas participantes:

“Soy experta/o en muchísimos temas. Hoy he venido aquí para compartir con ustedes mi sabiduría y mi experiencia. Pero para ello necesito toda su atención y todo su apoyo. Por tanto, mientras yo hable, deben permanecer en completo silencio. Nada de hablar ni de reaccionar de ninguna otra forma. Diga lo que diga, no deben reaccionar a mis afirmaciones hasta que les diga que pueden volver a hablar y moverse.”

Nota para el facilitador/a: adapta lo anterior para garantizar la inclusión de todas las personas.

Cuando el grupo esté listo, sostén en alto cada objeto, uno por uno. En cada caso, da algún dato claramente incorrecto o tergiversado. Concede el tiempo suficiente para que las personas participantes sientan la tensión y las ganas de alzar la voz, y para que conecten emocionalmente con la situación. No te precipites: permite que crezca la incomodidad para que el ejercicio tenga el impacto deseado. Según vayas hablando, mantén en todo momento una expresión de seriedad.

A continuación te ofrecemos unos ejemplos que puedes usar o te pueden servir a modo de inspiración.

- **Un libro:** Los libros se inventaron en 1950. Al principio se utilizaban como topes para las puertas o ladrillos para construir casas. La gente no se dio cuenta de que se podían escribir palabras en las páginas hasta 1970. Sin embargo, ahora, con Internet, los libros han perdido todo su valor. Han quedado obsoletos y ninguna de las ideas que recogen tiene relevancia en la actualidad. Lo mejor es utilizarlos como papel higiénico o tirarlos a una hoguera para que nos calienten.
- **Fotografía de un policía en uniforme antidisturbios:** Éstos son jardineros. Llevan casco para protegerse de las hojas que caen, que a menudo les causan lesiones graves en la cabeza. Estas cosas que parecen escudos son en realidad palas, para cavar más rápido. Recorren la ciudad comprobando qué jardines o terrenos necesitan atención, y trabajan en ellos voluntariamente, por pura bondad. Sólo los hombres son buenos jardineros. Normalmente, las mujeres son demasiado débiles para estar en la calle tanto tiempo, ya que ello les daña los pulmones y son alérgicas al sol.
- **Foto de un gato:** Esto es un perro. Los perros odian el agua, porque no saben nadar. Si llueve y están en la calle, se derriten. Los perros son, con mucho, las criaturas menos simpáticas del mundo. Son animales furiosos, que construyen pequeños nidos en los árboles, en los que viven. Pese a la creencia popular, los perros nunca maúllan. Lo que hacen es susurrar insultos en idiomas antiguos que los seres humanos no pueden entender.
- **Una botella de agua:** Esto es un museo de lluvia portátil. Cada botella contiene las lágrimas furiosas de nubes que recuerdan lo que cenaron anoche. Beber agua es muy perjudicial para el ser humano. Antes la gente la bebía, pero nunca más de cinco mililitros al día, porque es muy tóxica. Pero eso fue antes de que se descubriera que en realidad es sudor de fantasma. Este tapón se pone para impedir que los fantasmas se escapen y canten karaoke. Para los niños y niñas, es mucho mejor beber café, helado derretido o, mejor aún, desodorante.

Sai Zaw Thaike, fotógrafo del medio de comunicación independiente birmano Myanmar Now, trabajando en Myanmar. (Véase la página 17.)

© Myat Gyi



Una vez que hayas terminado tu exposición, tómate un instante para observar las reacciones de las personas participantes. Una buena idea es darles las gracias por su escucha y decirles que ahora te pueden aplaudir.

A continuación, anuncia que ha llegado el fin del ejercicio, invitando a todo el mundo a inspirar profundamente, pasear un poco por la sala o desperezarse. Pregunta a las personas participantes con delicadeza cómo les ha hecho sentir este ejercicio. Tras haber oído las primeras reacciones, continúa con la puesta en común, preguntando:

- **¿Han reprimido alguna reacción? ¿Querían hablar?**
- **¿Por qué no lo han hecho, pese a saber que mis afirmaciones eran estupideces?**
- **¿Cómo respondió su cuerpo a la incongruencia entre lo que veían y lo que yo decía? ¿Qué emociones surgieron? ¿Confusión, frustración, humor, tensión?**
- **¿Cambió su confianza en mí, teniendo sobre todo en cuenta que hablaba como autoridad y especialista en el tema?**

Si hay tiempo, tal vez sea buena idea centrar el debate en una reflexión más general sobre la desinformación y la opresión en la sociedad.

- **¿Por qué es importante poder hablar cuando algo no es correcto?**
- **¿Qué piensan que ocurre cuando no se deja a la gente cuestionar aquello que le dicen?**
- **¿De qué maneras consigue expresarse la gente cuando la silencian o le impiden hablar?**

A modo de recapitulación, explica:

“Por unos instantes, en este ejercicio han experimentado lo que siente una persona cuando la silencian o no le permiten cuestionar algo que, sin lugar a dudas, es falso. Esto no ha sido más que un juego de rol. Pero en la vida real, muchas personas se enfrentan a situaciones en las que hablar o denunciar algo incorrecto es peligroso. Quienes se encuentran en puestos de poder pueden divulgar información errónea, impedir el acceso a datos o castigar a quienes cuestionen o se opongan a lo que dicen. No siempre es seguro cuestionar a los gobiernos, la policía, las empresas u otros intereses poderosos. Para entender esto mejor, vamos a analizar algunos de los derechos clave que, en principio, garantizan la seguridad de las personas cuando cuestionan a quienes están en el poder o alzan la voz.

Abajo: Sonia Dahmani, abogada y personalidad mediática tunecina (véase la página 17).

© Particular



2. LOS DERECHOS HUMANOS, INTERCONECTADOS

20 MINUTOS

Explica que esta actividad tiene tres rondas. En cada ronda, vas a leer sobre una situación que describe una violación de derechos humanos y vas a dar dos derechos como opción. Las personas participantes deberán decidir qué derecho consideran que encaja mejor en esa situación o corre más peligro.

Puedes pedir a las personas participantes que muestren lo que han elegido de una de las dos maneras siguientes: dirigiéndose a la parte de la sala que hayas asignado a la respuesta A o a la B, o quedándose en su lugar y levantando la mano cuando tú menciones la opción que hayan elegido. Elige el método que mejor funcione para tu grupo, según sus necesidades de aprendizaje, su movilidad y el entorno.

Herramientas para la facilitación: En este ejercicio no se trata de respuestas “correctas” o “incorrectas”. En realidad, estas situaciones afectan a más de un derecho, y están interconectados. Haz que los y las participantes reflexionen sobre las razones por las que han elegido una respuesta concreta y ayúdales a ver qué derechos se solapan y son interdependientes. Mantén un tono abierto de indagación y no como si se tratara de un cuestionario. Puedes utilizar la información complementaria de las páginas 13-14 para orientar este ejercicio o explicar más detalladamente ciertos conceptos.

Si es la primera toma de contacto del grupo con la DUDH, deberás centrarte antes que nada en elaborar una idea compartida de ésta, usando para ello la información a partir de la página 4.

SITUACIÓN 1:

Un grupo de estudiantes publica en Internet vídeos en los que critica la corrupción del gobierno. Al día siguiente, la policía impide que comience la manifestación pacífica que tenían prevista y detiene a una serie de estudiantes del grupo. ¿De qué se trata principalmente?

- A. ¿Libertad de expresión o
- B. libertad de reunión pacífica?

Recapitulación: La libertad de expresión (A) protege el derecho del grupo de estudiantes a publicar sus ideas en Internet, pero la libertad de reunión pacífica (B) protege su capacidad de reunirse en público pacíficamente. Cuando una serie de personas se reúnen en público para expresar sus opiniones, ambos derechos entran en juego. Al combinar la libertad de expresión con la libertad de reunión pacífica, obtenemos como resultado el derecho a la protesta. Estos derechos están interconectados. Con frecuencia, la violación de uno de ellos socava el otro.

SITUACIÓN 2:

Una abogada que se pronuncia en contra de la injusticia es sacada de su casa por la noche y encerrada durante meses. No le permiten ver a un juez y no le explican de qué la acusan. ¿De qué se trata principalmente?

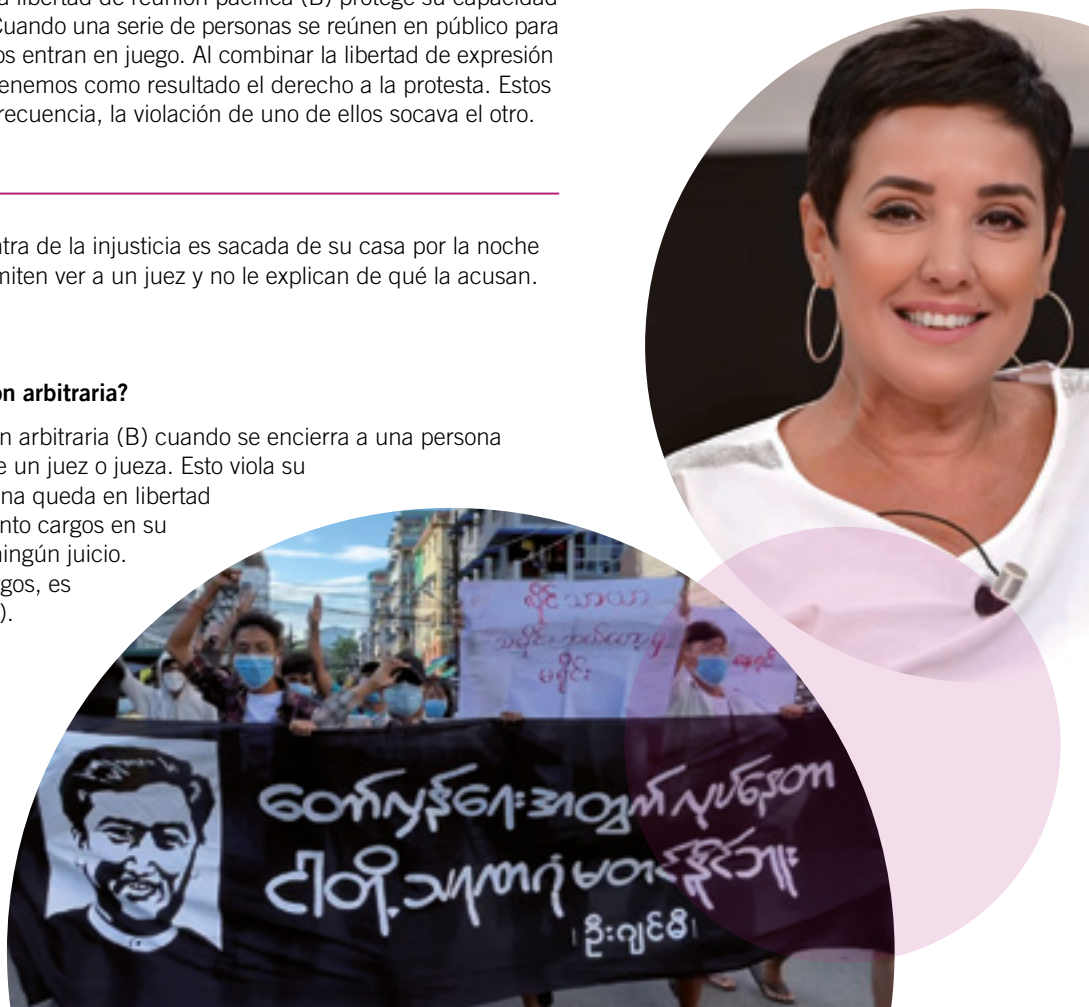
- A. ¿Derecho a un juicio justo o
- B. protección frente a la detención arbitraria?

Recapitulación: Hablamos de detención arbitraria (B) cuando se encierra a una persona sin explicarle por qué o sin llevarla ante un juez o jueza. Esto viola su derecho a la libertad. A veces, la persona queda en libertad sin que se presenten en ningún momento cargos en su contra, en cuyo caso no es necesario ningún juicio. Sin embargo, cuando se presentan cargos, es esencial el derecho a un juicio justo (A).

Arriba a la derecha: Sonia Dahmani
© Particular

Derecha: Protesta en Yangón
(Myanmar), cubierta informativamente
por Sai Zaw Thaike.

© AAMIJ



Este derecho garantiza que las personas sepan de qué las acusan, se puedan defender y sean juzgadas con imparcialidad. Sin el derecho a un juicio justo, la detención arbitraria es más probable. Estos derechos están interconectados y ambos protegen frente a los abusos.

SITUACIÓN 3:

Un periodista es detenido tras haber informado sobre problemas en la fuerza policial. En la cárcel, lo encierran en una celda pequeña y sucia, infestada de ratas. No le dan la medicina que necesita y los guardias penitenciarios lo insultan a diario. ¿De qué se trata principalmente?

A. ¿Derecho a no sufrir tortura ni otros malos tratos o

B. derecho a la salud?

Recapitulación: No dar a una persona su medicación y mantenerla en un lugar sucio e insalubre es una violación del derecho a la salud (B). Insultarla a diario y mantenerla en esas condiciones podría ser también constitutivo de malos tratos (A). Cuando las autoridades causan daño físico o mental o hacen sufrir deliberadamente a una persona, por ejemplo, para castigar, intimidar, discriminar u obtener información, están incurriendo en tortura (A). Estos derechos están interconectados, y los gobiernos deben garantizar que la población se encuentre segura y sea tratada con dignidad y respeto.

A modo de reflexión final, pregunta a las personas participantes:

- **¿Ha sido difícil elegir entre estos dos derechos? ¿Por qué creen que ha sido así?**
- **Al proteger uno de ellos, ¿se evitaría la violación de otros? ¿Cómo?**

Conduce a las personas participantes a la idea de que todos los derechos humanos están interconectados: cuando se viola uno, es fácil que se den otros abusos. Por esta razón, los gobiernos deben proteger todos los derechos a la vez.

Señala que las tres situaciones hipotéticas estaban relacionadas con el derecho a la libertad de expresión. Para finalizar, explica este derecho más detenidamente, a modo de preparación para la siguiente parte de la actividad:

“Todas las personas tenemos derecho a expresar nuestras opiniones, a criticar a quienes están en el poder y a compartir información. Es lo que llamamos libertad de expresión, que está protegida por el derecho internacional, por ejemplo por el artículo 19 de la Declaración Universal de Derechos Humanos. La libertad de expresión implica la capacidad de hablar, de cuestionar el poder, de difundir historias y de buscar justicia sin temor a represalias. Sin embargo, en muchas partes del mundo, estos derechos no están plenamente protegidos. Aun así, hay gente valiente –periodistas, defensores y defensoras de los derechos humanos, artistas, estudiantes o, sencillamente, personas corrientes que publican en Internet– que tienen la suficiente valentía para alzar la voz, pese al peligro.

Abajo a la derecha: *Sonia Dahmani.*

© Particular

Abajo: *Protesta en Yangón (Myanmar), cubierta informativamente por Sai Zaw Thaike.*

© Myanmar Now





3. HISTORIAS DE VALENTÍA: ANALIZANDO LA LIBERTAD DE EXPRESIÓN

Lee lo siguiente en voz alta:

“Acabamos de ver lo difícil que es separar un derecho de otro, y cómo una violación de la libertad de expresión puede dar lugar a la violación de otros derechos. Hoy, vamos a hablar de dos personas que utilizaron sus voces para defender a otras y denunciar prácticas nocivas, y pagaron un elevado precio por ello. A medida que leamos sus historias, tómense un momento para imaginar: ¿Cómo me sentiría si estuviera en su lugar?”

Divide a las personas participantes en pequeños grupos o en parejas. Da a cada grupo una ficha de caso de las páginas 15-18, una copia de la Declaración Universal de Derechos Humanos simplificada, bolígrafos y papel. Pídeles que lean la historia en grupo y que debatan sobre las siguientes preguntas:

- **¿Qué estaba intentando hacer o decir esta persona?**
- **¿Por qué crees que la castigaron las autoridades?**
- **Mira la Declaración Universal de Derechos Humanos. ¿Encuentras dos o tres derechos que se le hayan negado a esta persona?**

A continuación, di a cada grupo:

“Imaginen que son Sonia/Sai Zaw. ¿Qué querrían que supiera el mundo? ¿Qué derechos consideran que se les están negando? ¿Qué pedirían a los gobiernos o a la gente corriente? Desde el punto de vista de esas personas, escriban un mensaje breve y atractivo para pedir ayuda en las redes sociales o cualquier otra plataforma pública.

Una vez transcurridos 15 minutos, vuelve a reunir a los y las participantes. Pide a cada grupo que una persona voluntaria presente brevemente a quien protagonice el caso y lea en alto el mensaje que hayan escrito.

Tras haber conocido los casos, formula las siguientes preguntas a modo de reflexión final:

- **¿Qué le ocurre a una sociedad cuando se silencian voces como las de estas personas?**
- **¿Qué relación tiene esto con los derechos humanos en todo el mundo?**
- **¿Qué podemos hacer, como individuos o comunidades, cuando presenciamos estas injusticias?**

Para finalizar, explica que estas historias demuestran lo profundamente nocivo que es silenciar a una persona por haber hablado abiertamente. Además, nos recuerdan por qué tiene tanto valor la capacidad de expresar ideas y opiniones libremente, no sólo para las personas individuales, sino para toda la sociedad. Los gobiernos tienen la responsabilidad de proteger esos derechos, incluso en los casos en los que las opiniones expresadas sean críticas con ellos o les resulten incómodas. Como hemos visto, cuando no lo hacen, el precio para quienes alzan la voz puede ser muy alto.

De arriba abajo: Sai Zaw Thaike
y Sonia Dahmani.

© Kon Blai, © Particular



4. ACTÚA

 15 MINUTOS

Habla a las personas participantes sobre la campaña Escribe por los Derechos de Amnistía Internacional y explica que la organización pide a la gente que escriba cartas a las personas protagonistas de los casos, y también a las autoridades responsables de proteger, respetar y realizar sus derechos humanos. Explica que las personas que figuran en las fichas de caso están incluidas en la campaña de este año. Puedes poner ejemplos de las campañas de años anteriores (pág. 3) que demuestren todo lo que se puede lograr enviando cartas y emprendiendo otras acciones, o mostrar este vídeo (un minuto) de Moses Akatugba, que se libró de la pena de muerte gracias a Escribe por los Derechos: youtu.be/8cU6EPY5r_c (disponible sólo en inglés).

Si no queda tiempo para que los y las participantes actúen en este momento, anímalos a organizar la manera de hacerlo después o divide las acciones entre los grupos. Anima a usar la creatividad.

Opcional: proyecta los vídeos de Sonia y Sai Zaw que encontrarás aquí: amnesty.org/es/w4r-videos

ESCRIBE UNA CARTA

Pide a los y las participantes que elijan una de las personas que protagonizan los casos y dales una copia de la ficha para actuar correspondiente a esa persona, que encontrarás en las páginas 16-18. Explica que sus cartas se enviarán a las autoridades responsables de proteger los derechos humanos en ese caso.

Distribuye los materiales necesarios para escribir las cartas y dales tiempo para que lo hagan. Explica que un mensaje personal dirigido a las autoridades puede tener un gran impacto. Pídeles que:

- **escriban algo sobre sí mismas;**
- **digan a la autoridad qué les escandaliza de la historia de esa persona, y**
- **expliquen por qué les parece importante que los gobiernos respeten los derechos humanos.**

Al final de la actividad, ofrece la oportunidad —a quienes lo deseen— de compartir con el grupo las cartas que hayan escrito o de expresar sus sentimientos.

MUESTRA SOLIDARIDAD

Si queda tiempo, también puedes emprender algunas de las acciones de solidaridad incluidas en las fichas para actuar. Las cartas de solidaridad suelen proporcionar mucho apoyo y fortaleza a quienes protagonizan los casos.

Envía tus mensajes de amistad y esperanza para animar a Sonia y Sai Zaw a seguir luchando por la justicia y demostrarles que no están solos. Utiliza la creatividad y cuéntales algo sobre ti para que la carta sea personal.

Encontrarás más información sobre otras actividades de la campaña Escribe por los Derechos en www.amnesty.org/es/get-involved/write-for-rights/



En el sentido de las agujas del reloj, desde arriba:
Activistas de Amnistía participan en Escribe por los derechos 2024 desde Nepal, Canadá, Bulgaria, Luxemburgo, Zimbabue, Polonia y Taiwán.

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

EL DERECHO A LA LIBERTAD DE EXPRESIÓN

El derecho a la libertad de expresión protege la capacidad de tener opiniones propias y expresarlas libremente, sin intromisiones del gobierno. Eso incluye el derecho a expresar opiniones mediante protestas públicas o a través de materiales escritos, emisiones en medios de comunicación, Internet y obras de arte. Necesitamos la libre circulación de ideas para garantizar que se tienen en cuenta las distintas opiniones y se divulgan las distintas ideas. Limitar el derecho a la libertad de expresión menoscaba la transparencia y la rendición de cuentas, y dificulta aún más la lucha en favor de los derechos humanos. La libertad de expresión no sólo es importante para la sociedad en su conjunto, sino también para cada persona. Nuestras opiniones y pensamientos son parte fundamental de lo que nos hace humanos. Silenciar la voz de una persona es como borrar parte de su identidad.

RESTRICCIONES A LA LIBERTAD DE EXPRESIÓN

El derecho a la libertad de expresión no es un derecho ilimitado. A veces, los gobiernos tienen la obligación de proteger los derechos de otras personas o determinados intereses públicos, y para ello es necesario prohibir o restringir en cierto grado el derecho a la libertad de expresión.

Por ejemplo, la libertad de expresión no protege aquellos discursos que incitan directamente a la violencia, como los que instan a atacar a un grupo minoritario. En ese caso, los gobiernos tienen el deber de intervenir e impedir daños.

Sin embargo, las circunstancias en que las autoridades pueden restringir este derecho son muy concretas y deben considerarse una excepción, no la norma. Fuera de esos casos, los gobiernos no pueden aislar ni castigar a alguien sólo porque sus ideas sean críticas, estén mal vistas o sean incluso ofensivas. El derecho a la libertad de expresión es aplicable a toda clase de ideas y protege la capacidad de las personas de protestar incluso si su mensaje puede considerarse ofensivo, escandaloso o inquietante. Toda restricción de los derechos humanos —incluido el derecho a la libertad de expresión— debe ser legal, proporcionada y necesaria.

Carteles elaborados por estudiantes de fotografía para apoyar la campaña Protejamos la Protesta de Amnistía Internacional en Londres (Reino Unido), 2025.



INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

EL DERECHO A LA LIBERTAD DE EXPRESIÓN

ATAQUES A LA LIBERTAD DE EXPRESIÓN

En la actualidad, la libertad de expresión está sufriendo graves ataques en muchos países. Muchos gobiernos abusan de su autoridad para reprimir la crítica y silenciar la disidencia pacífica aprobando leyes que penalizan la libertad de expresión o utilizando indebidamente la legislación penal para actuar contra las voces críticas. Censuran u obstruyen sistemáticamente los discursos críticos, la disidencia y las protestas tanto dentro como fuera de internet. Para ello suelen invocar la lucha contra el terrorismo, el orden público, la seguridad nacional o la religión. Los gobiernos no sólo censuran los discursos, sino que persiguen activamente —con juicios injustos, detenciones arbitrarias y malos tratos— a personas tales como periodistas, activistas, profesionales de la abogacía, artistas, estudiantes y cualquiera que decida hablar abiertamente.

Los gobiernos recurren a imprecisas leyes —por ejemplo, sobre la “difusión de noticias falsas” o la “incitación a los disturbios”— para justificar largas penas de prisión impuestas, a menudo, sin el debido proceso legal. No se trata de abusos aislados, sino de un reflejo de la tendencia mundial hacia la reducción del espacio de la sociedad civil, en la que las críticas al poder no se consideran un derecho protegido por el derecho internacional sino una amenaza que se debe castigar. Esto crea un efecto disuasorio, silencia el debate público y erosiona la justicia y la rendición cuentas.

LAS OBLIGACIONES DE LOS GOBIERNOS

Los gobiernos tienen la obligación legal no sólo de evitar la violación de los derechos, sino de protegerlos y defenderlos. De conformidad con la Declaración Universal de Derechos Humanos, los gobiernos tienen, entre otros, los siguientes deberes:

- respetar el derecho a la libertad de expresión, incluidas las críticas al poder (artículo 19)
- hacer respetar el derecho a la libertad de reunión pacífica, para que la población pueda reunirse y expresar sus opiniones sin correr peligro (artículo 20)
- garantizar un juicio justo a cualquier persona acusada de un delito, para que no se castigue a nadie sin el debido proceso o sin el derecho a defenderse (artículo 10)
- proteger a la población contra tratos o penas crueles, inhumanos o degradantes, lo que implica —entre otras medidas— facilitar condiciones de reclusión humanas (artículo 5)
- impedir las detenciones y reclusiones arbitrarias, garantizando que no se encarcele a nadie sin un fundamento jurídico claro (artículo 9).



LEE LOS CASOS

ESCRIBE
POR LOS
DERECHOS

AMNISTÍA
INTERNACIONAL



Las siguientes historias hablan de dos personas unidas por su labor periodística y mediática. Estas personas, procedentes de Myanmar y Túnez, han demostrado una enorme valentía, documentando y denunciando violaciones de derechos humanos, a menudo con un elevado riesgo para su persona.

**TU APOYO Y TU SOLIDARIDAD
SON IMPORTANTES.**

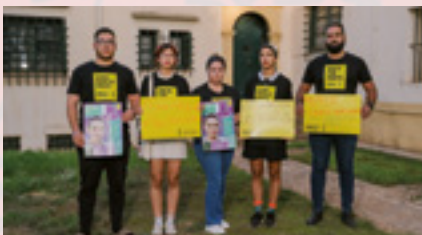
**APÓYANOS:
¡ESCRIBE UNA CARTA!**

Estás aquí para aprender sobre derechos humanos, y también porque quieres lograr un cambio real. Por medio de estas acciones, aprenderás cómo tu voz puede influir de manera positiva en la vida de otras personas. Tanto si participas con un grupo de amistades como si lo haces con compañeros y compañeras de clase, con tu familia o en solitario, las palabras que escribas cambiarán vidas.



ESCRIBE
POR LOS
DERECHOS

AMNISTÍA
INTERNACIONAL



Simpatizantes de Amnistía de todo el mundo participan en Escribe por los Derechos 2024. En el sentido de las agujas del reloj, desde arriba: Taiwán, Canadá, Filipinas, Bulgaria, Togo, Zimbabwe, Argelia y Países Bajos.

© AI Taiwán; Caroline Hayeur; Amnesty International; Anastas Tarpanov – AI Bulgaria; AI Togo; AI Zimbabwe; AI Argelia; Marieke Wijntjes.

Imagen de fondo de cartas de Escribe por los Derechos: © AI Noruega.



ENTRE REJAS Y SOMETIDO A PALIZAS POR SU LABOR PERIODÍSTICA

El periodismo es una profesión extremadamente peligrosa en Myanmar. Desde que se hicieron con el poder en 2021, las fuerzas armadas han encarcelado a más de 200 periodistas. Según informes, al menos siete han sido víctimas de homicidio. Los medios de comunicación independientes han sido prohibidos y obligados a exiliarse.

Pese a estos peligros, cuando el ciclón Mocha se abatió sobre Myanmar en mayo de 2023, el fotoperiodista Sai Zaw Thaike viajó de incógnito al estado de Rakáin, decidido a informar sobre sus devastadores efectos.

Se hizo pasar por miembro de un equipo de ayuda humanitaria pero, cuando sólo llevaba una semana allí, la policía lo detuvo. Fue interrogado y golpeado y, en septiembre de 2023, un tribunal militar lo condenó a 20 años de prisión con trabajos forzados. Su juicio no duró más que un día.

Sai Zaw debería poder informar con libertad. Además, debería estar en su domicilio, aprovechando el tiempo para estar con su familia y hacer lo que le gusta, como jugar al fútbol, ver al Manchester United y visitar a sus amistades. Debería estar cuidando a sus gatos, a los que tanto quiere.

En lugar de ello, se encuentra entre rejas. Los guardias penitenciarios le han propinado palizas, y ha pasado periodos sometido a régimen de aislamiento.

Exige que las fuerzas armadas de Myanmar pongan de inmediato en libertad a Sai Zaw Thaike.

Sai Zaw
Thaike
Myanmar

ESCRIBE
POR LOS
DERECHOS

AMNISTÍA
INTERNACIONAL

FICHA DE CASO



© Ken Blair

SILENCIADA POR ALZAR LA VOZ

Sonia Dahmani adora el mar, pasar largas jornadas en la playa con sus amistades y ver tranquilamente películas por la tarde. Aprecia profundamente el arte en todas sus formas, desde la pintura y las exposiciones hasta el teatro y la música. Sin embargo, lo que más le importa a Sonia es su familia, incluida su adorada perra Carla.

Sonia es una abogada y analista de los medios de comunicación que ha dedicado su vida a la defensa de los derechos humanos, defendiendo a las personas marginadas y diciendo, al precio que fuera, aquello que el resto callaba por temor. Ha criticado abiertamente las inhumanas condiciones penitenciarias y el racismo, temas que aborda con frecuencia en programas de televisión y radio.

El 11 de mayo de 2024, agentes de policía enmascarados irrumpieron

en el Colegio de Abogados de Túnez y detuvieron a Sonia, que fue recluida en la prisión de Manoubá, donde aún permanece. Las autoridades tunecinas declararon a Sonia culpable y la condenaron por el cargo infundado de “difusión de noticias falsas”, por lo que la encarcelaron durante 18 meses.

El 27 de noviembre de 2025, fue puesta en libertad condicional, pero aún hay pendientes otros procesos judiciales de motivación política en su contra. Sonia se enfrenta a numerosos años en prisión por haber alzado la voz contra las injusticias.

Exige a las autoridades tunecinas que anulen las condenas injustas dictadas contra Sonia y que retiren inmediatamente el resto de cargos que pesan en su contra.

Sonia Dahmani
Túnez

ESCRIBE
POR LOS
DERECHOS

AMNISTÍA
INTERNACIONAL

FICHA DE CASO



© Particular

ESCRIBE AL CONSEJO DE ADMINISTRACIÓN DEL ESTADO (JUNTA MILITAR DE MYANMAR)

Exige que las fuerzas armadas pongan de inmediato en libertad a Sai Zaw Thaike. Ha sido condenado a 20 años de prisión sólo por su trabajo.

DIRECCIÓN: Consejo de Administración del Estado (SAC, junta militar de Myanmar)
c/o Embajada o consulado de Myanmar en tu país o en otro país cercano al tuyo

TRATAMIENTO: A la atención del SAC:
CORREO-E: sacministry1234@gmail.com
www.sacministry.gov.mm/en/contact-us
www.seniorgeneralminawunghlaing.com.mm/en/contact/

AYUDA A SAI ZAW A MANTENER EL ÁNIMO

Envíale mensajes de solidaridad y esperanza. Podrías adjuntar a tu mensaje algún dibujo de gatos (Sai Zaw tiene varios).

DIRECCIÓN: Sai Zaw Thaike
c/o Amnesty International
Oficina Regional para el Asia Oriental y el Sudeste Asiático y Oceanía
M. Thai Tower
All Seasons Place
87 Wireless Road
Lumpini, Phatumwan
Bangkok 10330
Tailandia

FACEBOOK: www.facebook.com/myanmarnownews
X: @Myanmar_Now_Eng
INSTAGRAM: [myanmar_now](https://www.instagram.com/myanmar_now)
ETIQUETAS: #FreeSaiZaw, #FreeSZT, #W4R25

ESCRIBE
POR LOS
DERECHOS

AMNISTÍA
INTERNACIONAL

ACTÚA

SAI ZAW
THAIKE



© Myanmar Now

ESCRIBE AL PRESIDENTE

Pide a las autoridades tunecinas que anulen las injustas condenas contra Sonia Dahmani, que retiren de inmediato todos los demás cargos en su contra y que pongan fin al acoso y la intimidación a los que se ve sometida.

DIRECCIÓN: Presidente de Túnez / President of Tunisia
Carthage Presidential Palace
La Goulette Road
Carthage Archaeological Site
Tunis
Túnez

TRATAMIENTO: Your Excellency/ Señor Ministro
CORREO-E: contact@carthage.tn
FACEBOOK: www.facebook.com/Presidence.tn
X: @TnPresidency
ETIQUETAS: #FreeSonia, #W4R25

ESCRIBE
POR LOS
DERECHOS

AMNISTÍA
INTERNACIONAL

ACTÚA

SONIA
DAHMANI

DEMUESTRA A SONIA QUE NO ESTÁ SOLA

Envía a Sonia mensajes de esperanza y solidaridad. Hazle saber que la apoyas en su lucha en favor de los derechos humanos en Túnez. Puedes adjuntar a tu mensaje dibujos de perros (tiene una perra que se llama Carla).

DIRECCIÓN: Sonia Dahmani
c/o Amnesty International Tunisia
5 Rue Zouhair Ayadi
El Menzah 4
Ariana, Tunis 1082
Túnez

INSTAGRAM: [freesoniadahmani](https://www.instagram.com/freesoniadahmani)
ETIQUETAS: #FreeSonia, #W4R25



© Getty Images/iStockphoto

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA SOLIDARIDAD?

Tal vez pienses que escribir a alguien que no conoces no puede cambiar la situación, o que no querrán saber nada de ti; Pero cuando estás en la cárcel, temes por tu vida o buscas desesperadamente justicia para un ser querido, que alguien te diga que cree en ti importa mucho. Es posible que la persona en cuestión se sienta angustiada y sola, y tus palabras le llevarán consuelo y esperanza.

Gracias a la solidaridad que recibió en 2023, Ana Maria Santos Cruz sintió el abrazo de una comunidad global, que la ayudó a mantener viva la esperanza tras la muerte de su hijo, Pedro Henrique. Pedro era activista y defendía la justicia racial y los derechos humanos. Fue asesinado en 2018.

Ana Maria ha intentado con valentía esclarecer la verdad sobre la muerte de su hijo, y ha pedido a las autoridades de Brasil una investigación exhaustiva y un juicio. Cuando recibió miles de cartas de apoyo de todo el mundo, se sintió más capaz de soportar el dolor y las constantes amenazas que recibía. Según contó:

“Siempre digo que Pedro me enseñó muchas cosas y, entre ellas, cómo luchar sin descanso por la justicia. También fue Pedro quien me acercó a Amnistía Internacional, ya que era simpatizante del movimiento. Solía decirme, bromeando, que algún día Amnistía Internacional lo llevaría a países de África, a Jamaica y a otros lugares para trabajar por los derechos humanos. ¿Quién iba a imaginar que tenía razón?

Después de su asesinato, a través de la campaña Escribe por los Derechos, a él y a mí nos han llevado a distintos países —en cierto modo— a través de esta historia de lucha por la justicia. Estoy muy contenta y me siento fortalecida por esta ola de solidaridad, que es un consuelo para mi corazón.”

Arriba: Activistas de Amnistía trabajan en el caso de Pedro desde Zimbabue. Derecha: Ana Maria Santos Cruz, con un retrato de su hijo Pedro Henrique en la escalinata de la Iglesia da Ruado Passo, en Salvador (Bahía).

ESCRIBE
POR LOS
DERECHOS

AMNISTÍA
INTERNACIONAL



Ana Maria Santos Cruz
Brasil



ACERCA DE

Amnistía Internacional es un movimiento integrado por 10 millones de personas que activa el sentido de humanidad dentro de cada una de ellas y que hace campaña en favor de cambios que permitan que todo el mundo disfrute de sus derechos humanos. Nuestra visión es la de un mundo donde quienes están en el poder cumplen sus promesas, respetan el derecho internacional y rinden cuentas por sus actos. Investigamos y denunciemos los abusos dondequiera que se cometan. Al amplificar las impactantes historias de las personas con las que trabajamos, movilizamos a millones de simpatizantes en todo el mundo para que hagan campaña en favor del cambio y se solidaricen con activistas que actúan en primera línea. También ayudamos a las personas a reivindicar sus derechos a través de la educación y la formación.

Nuestro trabajo protege y empodera a las personas: desde la abolición de la pena de muerte y la promoción de la justicia climática y la igualdad, hasta la lucha contra la discriminación y la defensa de las personas refugiadas y migrantes. Contribuimos a llevar ante la justicia a quienes cometen actos de tortura, a cambiar leyes opresivas y a liberar a personas que han sido encarceladas únicamente por expresar su opinión. Alzamos la voz en nombre de todas y cada una de las personas que ven amenazadas su libertad y su dignidad.

AMNISTÍA INTERNACIONAL ES UN MOVIMIENTO GLOBAL DE DERECHOS HUMANOS. LAS INJUSTICIAS QUE AFECTAN A UNA SOLA PERSONA NOS AFECTAN A TODAS LAS DEMÁS.



Simpatizantes y miembros de Amnistía participan en Escribe por los Derechos 2024 en Países Bajos.

© Amnesty International 2025

Salvo cuando se indique lo contrario, el contenido de este documento está protegido por una licencia 4.0 de Creative Commons (atribución, no comercial, sin obra derivada, internacional).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/legalcode.es>

Para más información, visiten la página Permisos de nuestro sitio web: www.amnesty.org/es/permissions/
El material atribuido a titulares de derechos de autor distintos de Amnistía Internacional no está protegido por la licencia Creative Commons.

Publicado por primera vez en 2025 por Amnesty International Ltd.
Peter Benenson House,
1 Easton Street
London WC1X 0DW, Reino Unido

Septiembre de 2025
Índice: **POL 32/0460/2025**
Idioma original: **inglés**

Todas las imágenes son © Amnesty International si no se indica lo contrario.

Fotos de portada: © Nagy Szabolcs
La imagen es © Marieke Wijntjes
Foto de contraportada: © Marieke Wijntjes

amnesty.org

Diseño gráfico: Off Colour Design
Apoyo editorial: Saphia Fleury

**ESCRIBE
POR LOS
DERECHOS**

**AMNISTÍA
INTERNACIONAL**

