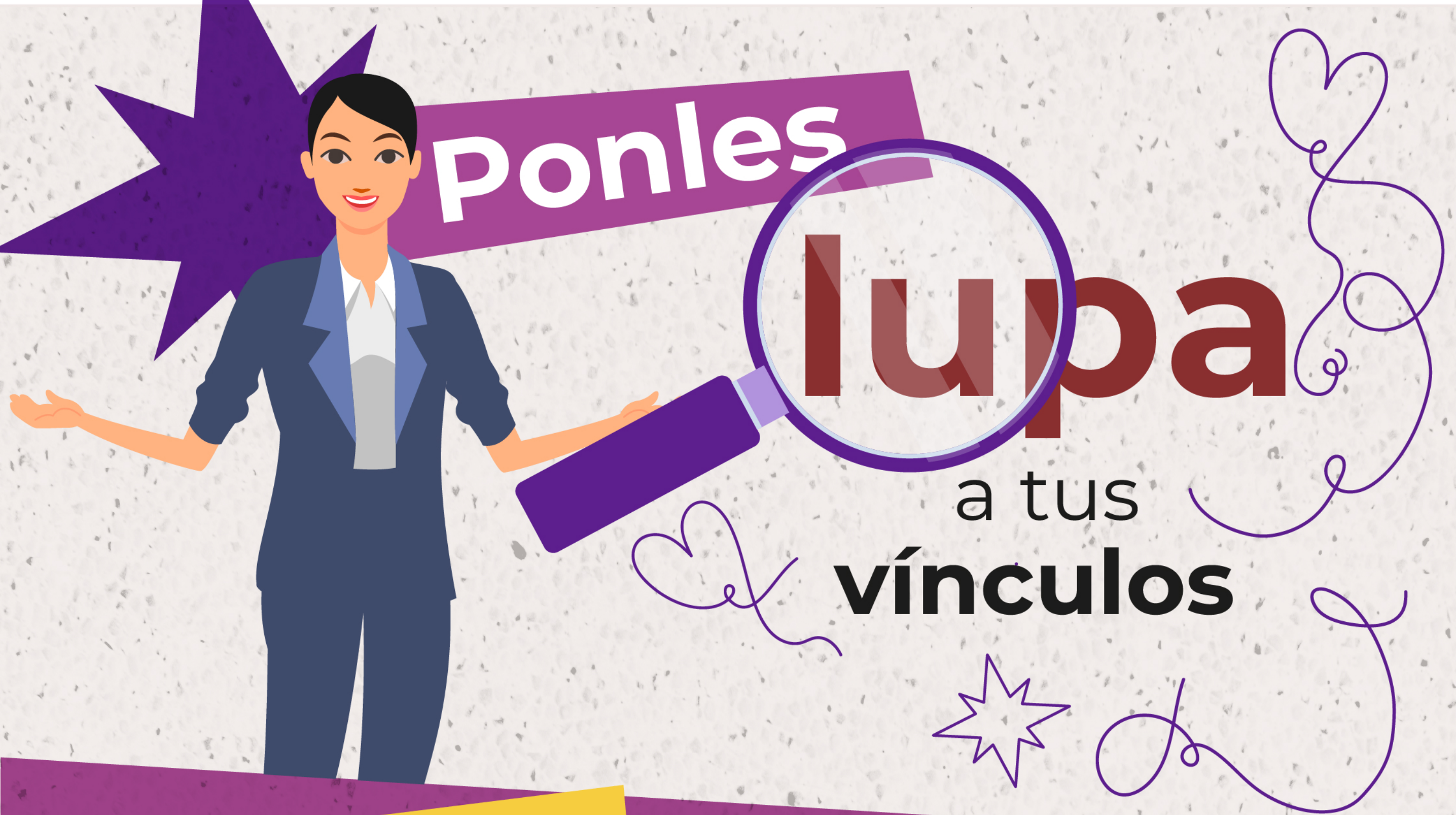




No todo lo que parece cariño lo es

En fechas en las que se celebra el amor, también es importante detenernos a revisar qué estamos normalizando. Algunos gestos, mensajes o “detalles” pueden ocultar control, celos o vigilancia que afectan la libertad y el bienestar.



Preguntas que importan

- ¿Esto es cariño... o no?
- ¿Te cuida o te controla?
- ¿Te acompaña... o te condiciona?



El amor no debería doler

El amor sano no genera miedo, culpa ni angustia. Reconocer las señales a tiempo permite construir relaciones más libres, respetuosas y seguras.



La **CNDH** invita a observar con atención nuestros vínculos y a elegir relaciones basadas en el respeto, la autonomía y el bienestar mutuo.

Mirar con lupa también
es una forma de cuidarte.

