THE OLYMPUS

PRIMERA EDICION

Visión STEAM

UNA CONVERSACIÓN CON ABRAHAM SOBRE EL IMPACTO, LA INNOVACIÓN Y EL FUTURO DE STEAMEX

SOFIA TORRES

ESCRITORA

ESCRIBE CON EL ALMA Y DIBUJA CAMINOS EN CADA PÁGINA.

FIRSTHUB

EL CONTENIDO NO SE LIMITA A TRADUCIR: EXPLICA EL CONTEXTO, SEÑALA LOS ERRORES MÁS COMUNES Y ORDENA LA INFORMACIÓN

ABRAHAM DIRECTOR PROJECT STEAMEX

ENTREVISTA PERSONAL

¿CÓMO DEFINIRÍAS LA FILOSOFÍA DE LIDERAZGO QUE GUÍA HOY A STEAMEX EN UN ENTORNO TAN DINÁMICO Y COMPETITIVO?

CREO QUE EL PILAR FUNDAMENTAL PARA PROJECT STEAMEX YACE EN COMPARTIR DICHO LIDERAZGO Y HACERLO DEMOCRÁTICO. PODER HACER PARTÍCIPES A TODOS, BRINDARLES LAS OPORTUNIDADES PARA QUE APLIQUEN SUS TALENTOS Y CONOCIMIENTOS EN LA TOMA DE DECISIONES Y PERMEAR UNA CONFIANZA EN CONJUNTO CON TODO EL EQUIPO DE TRABAJO, HACE QUE LA ORGANIZACIÓN PUEDA SER DINÁMICA Y SOSTENIBLE. ADEMÁS, DARLE AUTONOMÍA A CADA EQUIPO DENTRO DE LA ORGANIZACIÓN PERMITE QUE SE PERSONALICE LA EXPERIENCIA DE CADA INTEGRANTE Y PODAMOS SEGUIR EXPANDIÉNDONOS HACIA MÁS LUGARES CON GENTE INCREÍBLE QUE CREA EN NUESTRO OBJETIVO.

A LO LARGO DE TU TRAYECTORIA AL FRENTE DE LA ASOCIACIÓN, **¿CUÁL DIRÍAS QUE HA SIDO EL MAYOR APRENDIZAJE SOBRE LA GESTIÓN DE EQUIPOS Y LA COLABORACIÓN INTERSECTORIAL?**

SOBRETODO EL QUE UNO APRENDE TODOS LOS DÍAS; NO HAY PUNTO EN EL QUE UNO NO SIGA APRENDIENDO DE SUS EXPERIENCIAS Y ESO ENRIQUECE EL PROCESO POR EL CUAL SE TOMAN DECISIONES, SE PUEDAN GENERAR NUEVAS IDEAS, O SE PUEDA INVITAR A MÁS GENTE. EL DESARROLLAR EQUIPOS DEPENDE MUCHO DE LAS DIFERENTES PERSONAS QUE LOS INTEGRAN Y DADA LA DIVERSIDAD DE IDEAS, CONOCIMIENTOS, HABILIDADES, GUSTOS, Y DEMÁS, PUES UNO TERMINA SIEMPRE ENCONTRÁNDOSE CON TODO TIPO DE VALOR AL CUAL AÑADIRLE A TU GESTIÓN. ADEMÁS, ES MÁGICO VER CÓMO CADA PERSONA PUEDE APORTAR SU GRANITO DE ARENA A UN OBJETIVO QUE COMPARTE CONTIGO, Y EN ELLO UNO APRENDE NO SOLO DEL CONOCIMIENTO O HABILIDAD DE ESA PERSONA, SINO TAMBIÉN TE PERMITE CRECER COMO PERSONA.

¿QUÉ VALORES CONSIDERAS INNEGOCIABLES PARA MANTENER LA COHESIÓN Y EL PROPÓSITO DENTRO DE UNA ORGANIZACIÓN COMO STEAMEX?

Resumiría a tres puntos fundamentales: una comunicación directa que permita transparentar la información dentro de la organización, la integridad con la cual se pueda salvaguardar el respeto y responsabilidad entre los integrantes, y por último la humildad, pues con ella se mantienen los pies puestos en la tierra con las cuales trabajar con enfoque y honestidad. En Project STEAMex, buscamos más allá del premio o el reconocimiento, buscamos impactar, formar y hacer familia en las oportunidades que generamos todos como un solo equipo.

DESAFIOS DEL SECTOR

Mantener una organización comunitaria ha sido complicado en estos casi 10 años, pues ante las dificultades económicas del entorno, es complicado poder conseguir patrocinios y apoyos con los cuales solventar muchos gastos, sin embargo, creando alianzas estratégicas sólidas como el gobierno, empresas y otras fundaciones, hemos podido cubrir nuestras necesidades cada temporada.

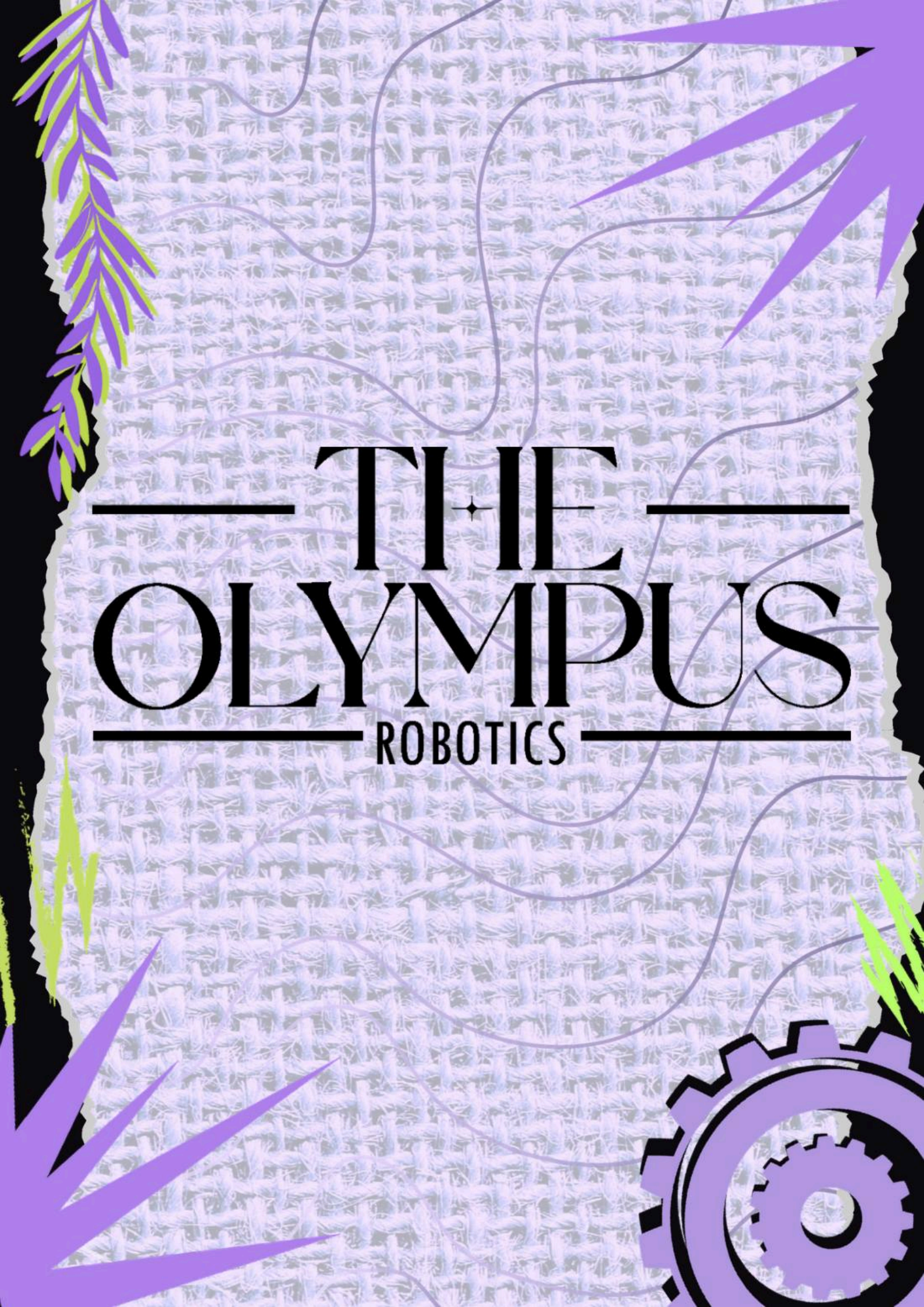
INNOVACIÓN TECNOLOGICAS

¿QUÉ NUEVAS TENDENCIAS, TECNOLOGÍAS O MODELOS DE EXPERIENCIA ESTÁN MARCANDO EL RUMBO DE LA INDUSTRIA Y CÓMO SE ESTÁN ADOPTANDO?

Viendo las industrias, sobretodo en el norte de México donde es sede la organización, vemos la tendencia de la automatización y robotización de los procesos, enfatizando en la manufactura. Esto facilita bastante los tiempos de ensamblado y optimiza la calidad de los productos. Además, con la inclusión de la IA en estos procesos, el fortalecimiento de la aplicación tecnológica de herramientas y mecanismos que usan la robotización, podemos agilizar y precisar dichas actividades con mayor detalle. Trabajar para abonar a la formación de futuros profesionistas que usarán esta experiencia para crear impacto en sus comunidades a través de la tecnología, es nuestra contribución activa a esta megatendencia.

¿QUÉ CONSEJO LE DARÍAS A LOS JÓVENES PROFESIONALES O EMPRENDEDORES QUE BUSCAN LIDERAR PROYECTOS DENTRO DE ESTA INDUSTRIA?

Es necesario romper con todos los estigmas que existen en torno a la creación de proyectos: cuando hay miedo, renuencia, paradigmas y rumores que tratan de desmotivarte de seguir adelante, es importante considerar dos cosas: que más fuerte que tu persona, debe estar fuerte tu convicción, porque esa es la que mueve mundos enteros, y en segunda, que aquellas personas que te rodean, que te apoyan y creen en ti, son raíces sólidas con las cuales crecer esos sueños e ideas que tienes para generar un proyecto. Claro, el camino a veces se pondrá duro, difícil, complejo y retador, pero ese conjunto de voluntades, valores y pasión funcionan como engranes a un motor que transmiten esa fuerza por la cual existe tu proyecto en primer lugar.


THE
OLYMPUS
ROBOTICS

OWLBOT NO ES SOLO UN ROBOT

ENGLOBA SACRIFICIO, ESFUERZO, AMISTAD Y PASIÓN POR MEJORAR Y AYUDAR A LOS OTROS

Adentrados en el corazón del desierto Coahuilense, en lo que fuera antes el mar de Thetis, se localiza la comunidad de Laguna del Rey, en el municipio de Ocampo.

OWLBOT 8266 nace en el año 2019, gracias a la invitación del Ing. Javier Hernández, del CECyTEC "Martin Luther King", nos menciona que, pese a que su especialidad técnica es laboratorista químico, el proyecto atrae enormemente a nuestros directivos; deciden fusionar los matraces con los circuitos para crear un equipo químico-robótico, siendo el segundo en afiliarse a la FIRS Robotics Competition de nuestra comunidad.

YO SOY REY MAGO

El proyecto "Yo soy rey mago" que nos compartieron consistió en ir a los ejidos o comunidades cercanas a su comunidad, apoyándolos y dándoles kits, ropa, roscas de reyes, juguetes.

Este es el primer año en el que el equipo participa en este evento tan humano, organizado por el comité de Damas y la empresa Química del Rey, con el objetivo de ayudar y dar esperanza a quienes ya la perdieron o la necesitan más.

Durante los últimos meses, se han fortalecido su proyeccion social y académica, y participar activamente en los eventos que dan identidad a su región y estrechando lazos con sus aliados estratégicos.

RECICLAJE DE INSUMOS DEL ROBOT

En su equipo les importa mucho alzar su gran capacidad de reciclaje, reciclar los insumos del robot no solo nos ayuda a ayudar al medio ambiente, sino, también a ahorrar recursos económicos en nuestro equipo.

Año con año buscan utilizar recursos que encuentran en la comunidad, por ejemplo, tarimas de madera recicladas, láminas de chatarra y también cuentan con piezas totalmente hechas y realizadas por los integrantes del equipo

DEJANDO HUELLA

LIMPIEZAS

En estos proyectos se enfocan en dejar una huella ecológica en su comunidad, empezando por las limpiezas comunitarias, dándole énfasis a carreteras y áreas verdes que nos rodean; esto no solo es para embellecer el lugar, sino para ayudar a nuestro medio ambiente y a su ecosistema.

REFORESTACIONES

Siempre buscan implementar no solo en su equipo, sino en toda la comunidad, el hábito de fortalecer y ayudar a nuestro ecosistema, por lo que creen que brindarles nuevos soplos de vida con árboles y plantas para la comunidad, implementando rodadas de reforestación en conjunto con la comunidad, desde los más pequeños hasta los adultos.

WIFI LIBRE

Después de encuestar a más de 500 estudiantes, descubrieron que aún tenían familias que carecen de Wi-Fi, y en su comunidad la señal telefónica y de red Wi-Fi es común perderla por lapsos de hasta una semana, y hoy el internet no es un lujo sino una necesidad.

Se pretende un alcance que beneficie al 100% a su comunidad.

Se dio arranque a los estudios necesarios y al punto de ubicación que tendrá la cobertura.

Están en espera ansiosa de verlo hecho realidad.

Kitsunics

ASTUCIA ANCESTRAL, INNOVACIÓN DIGITAL

Si alguien les hubiera dicho hace unos años que un equipo entrenando en el jardín de una casa llegaría tan lejos, les habría costado creerlo.

Todo empezó en plena pandemia. Cuando las instituciones se detuvieron y las escuelas cerraron, nueve jóvenes decidieron que a ellos nada los iba a parar. Sin un taller ni un laboratorio donde reunirse, el jardín de la casa se convirtió en el centro de operaciones. Entre el pasto, con el material justo de **FIRST LEGO LEAGUE** y muchísimas ganas de salir adelante, se organizaron para armar su primer robot y competir de manera virtual.

Ahí fue donde nació el nombre y la identidad del equipo: Kitsunics. Adoptaron como mascota al Kitsune, el zorro de nueve colas de la mitología japonesa, porque la leyenda cuenta que a este personaje le va creciendo una cola nueva con cada aprendizaje y experiencia que adquiere. En ese momento, cada cola representaba a uno de los nueve chavos que iniciaron este viaje; hoy, esas colas simbolizan todo el aprendizaje acumulado y a cada persona que se ha sumado en el camino.

El esfuerzo de esa primera temporada dio frutos: lograron pasar al Nacional de FLL y se ganaron el premio **Motivate Award**.

Después de FLL, el equipo sintió que era momento de dar un paso más grande y migrar a **FIRST Tech Challenge** (FTC). Pero aquí vino el verdadero reto: para esta nueva categoría no se tenía absolutamente nada de material ni un robot. Solo se contaba con la convicción de que se podía lograr.

Fue entonces cuando el Instituto IDR confió en el proyecto y prestó el equipo completo para poder participar. Con ese respaldo, jornadas intensas de trabajo y muchísima fe, construyeron el prototipo y viajaron a su primer regional en Toluca.

El resultado superó lo imaginado: Kitsunics ganó el Inspire Award, el reconocimiento más importante de la competencia. Escuchar el nombre del equipo en el escenario fue un momento inolvidable, lleno de abrazos, lágrimas y gritos de emoción. Ganar ese premio en su primer año en FTC dejó claro que cuando se trabaja con el corazón, los proyectos salen adelante. El equipo sigue su camino entre regionales y nacionales de FTC, demostrando que el talento y ganas de niños de Morelos, imparable.

Desde el primer día se entendió que la robótica no se trata solo de armar piezas, programar o ganar torneos, sino de compartir el conocimiento para mejorar el entorno. Uno de los valores principales del equipo ha sido siempre regresar a la comunidad un poco de lo recibido.

Desde el primer día se entendió que la robótica no se trata solo de armar piezas, programar o ganar torneos, sino de compartir el conocimiento para mejorar el entorno. Uno de los valores principales del equipo ha sido siempre regresar a la comunidad un poco de lo recibido.
Con esa idea en mente nació el programa "**De niños, para niños**". Al notar que muchas escuelas y comunidades en Morelos no tienen acceso a herramientas tecnológicas ni a kits de robótica, los integrantes del equipo decidieron empacar sus materiales, subirlos a la mochila e ir directamente a impartir talleres gratuitos de robótica básica. Ver la cara de sorpresa y alegría de otros niños cuando logran hacer mover un robot por primera vez es de las satisfacciones más grandes que nos llevamos.

Con su proyecto más reciente y Al ver el trabajo diario, se hizo evidente una realidad: la participación de las mujeres en el equipo y en el entorno era muy reducida. Queríamos cambiar eso.

Así comenzaron las clases gratuitas de robótica en un internado para niñas de secundaria, con la idea de acercarlas a las áreas STEM. La respuesta fue increíble: se entusiasmaron tanto que se les invitó a colaborar directamente en FTC. Sin embargo, al estar en la dinámica de las competencias, fue muy claro que las niñas seguían teniendo pocos espacios donde ser las protagonistas.

Si quieres sumarte a esta iniciativa o llevar el torneo a tu comunidad, nos encantaría hacer equipo contigo.

Hoy en día, **Kitsunics** tiene muchas más colas que cuando empezó en aquel jardín. La historia sigue y por el equipo ha pasado chicos astutos que siguen brillando por otros lados y de quienes estamos profundamente orgullosos.

SOLARIS

DONDE TÚ VES ARENA NOSOTROS VEMOS EL FUTURO

Solaris 9060, un equipo salido desde la arena de robótica de Tecmilenio Campus Hermosillo, nos menciona que su visión va mucho más allá de los circuitos y la competición tecnológica.

Con su proyecto GreenTech (Área Verde Educativa y Sendero del Conocimiento), el equipo busca transformar áreas subutilizadas del campus en un jardín botánico regional con alto valor educativo, ambiental y recreativo.

De la tecnología a la conservación ambiental

El proyecto no plantea simplemente plantar árboles, sino convertir el entorno universitario en una herramienta de aprendizaje permanente y un semillero para futuras generaciones mediante la conservación de especies nativas de Sonora.

Aprendizaje transversal y colaboración multidisciplinaria

Solaris 9060 resalta que el espacio funcionará como un recurso transversal para la educación:

- Biología y Ciencias: Observación de especies, biodiversidad y adaptación ambiental.
- Sostenibilidad: Fomento del cuidado del agua y hábitos de conservación.
- Aprendizaje Activo: Talleres, recorridos guiados y proyectos al aire libre que conectan la teoría con la práctica.

Además, el equipo promueve un enfoque multidisciplinario en el que participan diversas áreas:

- Ingeniería: Diseño de soluciones técnicas, automatización y sensores de humedad de bajo costo para optimizar el riego.
- Negocios y Diseño: Gestión de logística, presupuesto, identidad visual y señalética.
- Humanidades: Fomento del impacto social y la participación comunitaria.

Proyección a futuro e iniciativas paralelas

El proyecto contempla una ruta de crecimiento progresivo que inicia con la implementación en el campus. A mediano plazo se busca replicar esta metodología con escuelas públicas y privadas de la región, para finalmente convertirse en una plataforma multidisciplinaria de aprendizaje aplicado.

Esta iniciativa se suma a otros proyectos que promueve el equipo Solaris 9060, destacan:

- Estrategias de reciclaje y desarrollo de máquinas compactadoras de residuos.
- Proyectos para inspirar y visibilizar a mujeres en áreas STEM.
- Apoyo social e infancias en situación vulnerable mediante colectas de útiles y juguetes.

Con GreenTech, Solaris 9060 demuestra cómo la innovación tecnológica y el compromiso ambiental pueden entrelazarse para transformar el entorno educativo en una experiencia viva y colaborativa.

Desde las aulas y los talleres de robótica hasta los senderos de flora regional, este proyecto representa una apuesta por el aprendizaje activo, la sostenibilidad y el bienestar comunitario. Esperamos con ansias presenciar los avances de esta gran iniciativa y ver cómo el campus florece convirtiéndose en un referente de innovación verde y trabajo en equipo.

ARIA STEAMEX

MUSES OF THE MACHINE AGE

En el ecosistema de la robótica educativa y la iniciativa FIRST, los equipos no solo se miden por la destreza de sus mecanismos o la eficiencia de su código autónomo. Se miden, sobre todo, por la huella social que dejan en sus comunidades.

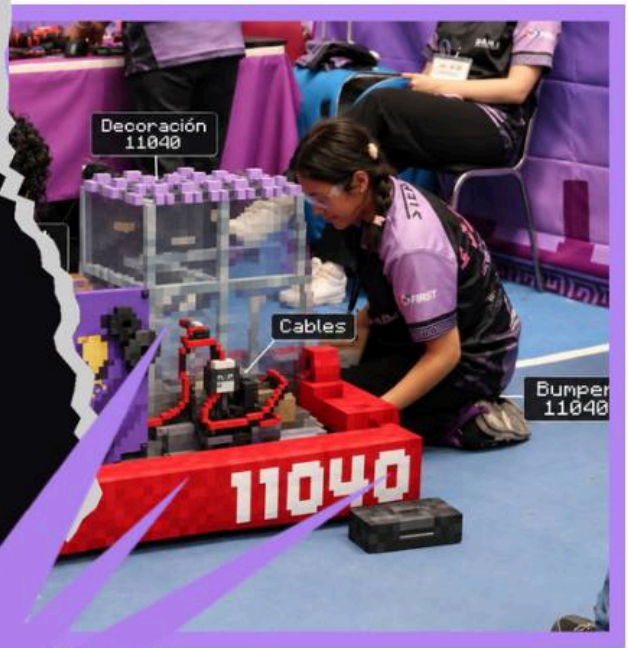
Bajo la cobija de **Project STEAMEX** y en alianza con causas de impacto global como Girl Up, Aria 11040 se ha consolidado no solo como un competidor constante en la arena, sino como un pilar de mentoría, divulgación y trabajo colaborativo.

Desde sus orígenes, el equipo ha mantenido una premisa clara: la innovación carece de sentido si se queda encerrada en un solo taller.

Con esa filosofía, **Aria 11040** busca posicionarse activamente como un equipo referente en apoyo mutuo y profesionalismo cortés (Gracious Professionalism), extendiendo la mano a equipos novatos, comunidades vulnerables y estudiantes interesados en las disciplinas STEAM **(Ciencia, Tecnología, Ingeniería, Arte y Matemáticas).**

Población, Diversidad e Inclusión

El liderazgo y la estructura de Aria 11040 están pensados para romper barreras de género y accesibilidad. La participación femenina en la toma de decisiones, la capitanía de áreas clave y el diseño de proyectos comunitarios demuestran que la equidad de género no es un discurso teórico, sino una práctica cotidiana.



A través de esta perspectiva inclusiva, el equipo abre sus puertas a jóvenes de diversos trasfondos académicamente diversos, promoviendo que cada integrante encuentre un espacio seguro para desarrollarse, colaborar y liderar.

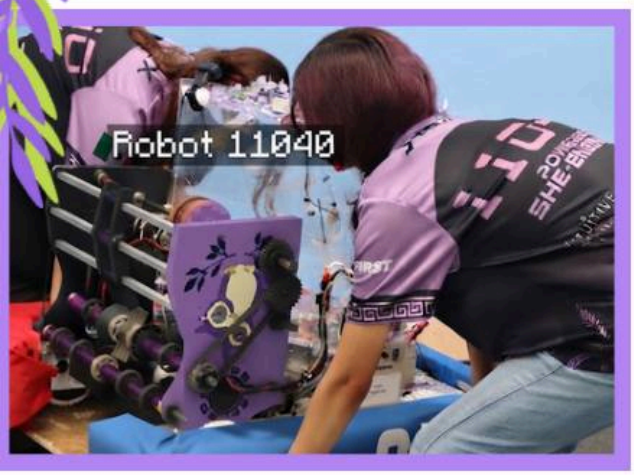
La Revista STEM: Una ventana para la voz colectiva
Uno de los proyectos más ambiciosos e innovadores impulsados por Aria 11040 es el lanzamiento y edición de su Revista STEM dedicada a la comunidad tecnológica.

Concebida desde su primera edición como una plataforma de divulgación científica y tecnológica, la revista cumple un doble propósito:

1. Visibilizar iniciativas locales e internacionales: Se abre como un espacio de difusión para otros equipos de **FIRST Tech Challenge** (FTC) y **FIRST Robotics Competition** (FRC), dándoles voz para compartir sus historias de impacto, sus logros técnicos y sus estrategias de sostenibilidad.

2.Generar alianzas estratégicas: A través de la colaboración con negocios locales, instituciones educativas y equipos aliados, la publicación teje una red donde el conocimiento circula de manera abierta y accesible.

La revista no solo promueve la escritura científica y el diseño gráfico en los jóvenes, sino que también democratiza el acceso a historias de éxito en el ámbito STEM, demostrando que la robótica es una herramienta viva de transformación social.



Cultura de Prevención: El Manual de Primeros Auxilios y Seguridad

En un entorno técnico donde el uso de herramientas de potencia, el manejo de electrónica de alto amperaje y la manufactura mecánica son parte de la rutina diaria, la seguridad no puede ser una sugerencia improvisada.

Fieles a su vocación de proteger y respaldar a la comunidad, Aria 11040 ha puesto especial énfasis en la creación e implementación de protocolos estandarizados de seguridad y primeros auxilios.

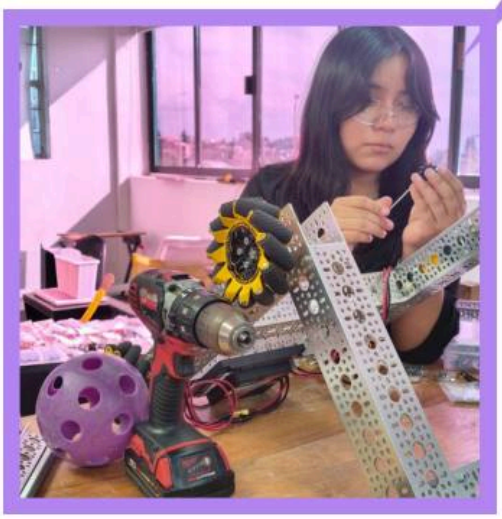
El equipo cuenta con un **Manual de Primeros Auxilios** especializado para entornos de robótica, diseñado para identificar y responder a los riesgos específicos de los talleres y las áreas de pits durante las competencias. Este recurso abarca desde la atención inmediata de incidentes menores hasta protocolos de evacuación, manejo seguro de baterías y uso adecuado del equipo de protección personal

Lejos de guardar estos protocolos para uso exclusivo, el objetivo central de Aria 11040 es compartir y socializar este manual con otros equipos, elevando la cultura de seguridad en toda la región para garantizar que los espacios de aprendizaje sean siempre entornos seguros y protegidos para todos los estudiantes y mentores.

Con la mirada puesta en las próximas temporadas regionales y nacionales, Aria 11040 reafirma su compromiso de seguir construyendo puentes. A través del fortalecimiento de sus alianzas con empresas, la expansión del alcance de su revista y la constante distribución de material educativo y preventivo, el equipo demuestra que la robótica es solo el pretexto para formar ciudadanas y ciudadanos comprometidos con el bienestar colectivo

IMPERIUM FONS

EL SONIDO DEL FUTURO



Quienes somos:
Somos **Imperium Fons**, existimos desde hace 11 años, pero realmente los últimos
años han sido los más importantes, ya que hemos conseguido los primeros premios
del equipo en la categoría Firsty a decir verdad más que un equipo somos una familia,
siempre nos ayudamos entre todos y a nadie se le deja solo. También diría que somos
una comunidad pequeña, pero con una tenacidad muy fuerte e inquebrantable que
hace que representemos a Morelos de una manera

Logros:
En las últimas temporadas hemos conseguido tres premio: **Judge's Choice Award, Finallist Alliance** y el último pero no menos importante **Sustaind Award**, hemos competido en Regionales, tanto en Guadalajara como en Ferrería y el más importante hasta el momento el Internacional en el cual se realizó en Ferrería quedamos top 20 y conseguimos el Sustaind. También otra de nuestros logros ha sido ser top 20 de todo México

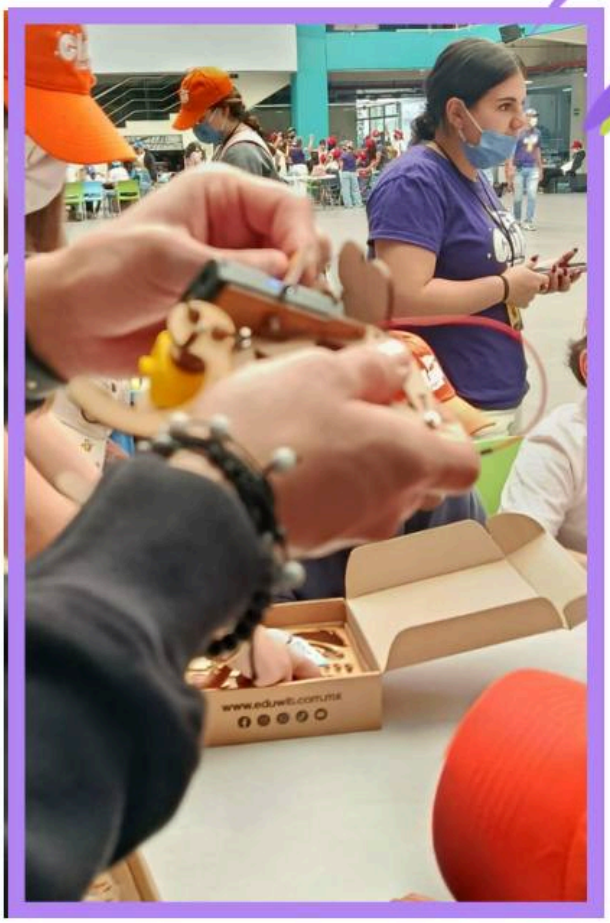
Proyectos Sociales:
Halconcitos el cual es un curso de verano para niños de edades de 6-15 años para motivar a los niños y mostrarles que la robótica es para todos y que a su edad pueden hacer lo que se propagan y que hay que apoyar a nuestra futura generación importante el Doctor Sonrisas, en nuestro campus se celebró una posada para niños con enfermedades terminales, esto fue para que se olvidaran un rato del dolor y disfrutaran aún más de la vida y les enseñamos a manejar el robot y como funcionaba
Atenea: Este es un equipo **100% femenil** al cual se le esta dando apoyo del equipo imperium fons con conocimientos, consejos y experiencia. Gracias a esto las chicas pueden enfocarze en poner todo su talento para nacer como un nuevo equipo de first y poder competir y lograr ser una motivación para otras chicas que estan interesadas en la robotica y tienen miedo de dar el paso de entrar en este mundo tan interesante de la robotica
Pláticas:
Nosotros desde el inicio de los semestres damos pláticas los 5 días de clases a niños
de secundarias para plantar esa semilla y poder motivar a meterse al mundo de first yque hacemos en el equipo y que la robótica es para todos y así fomentamos a STEAM
para apoyar el talento de jóvenes

ARCADIA

TRANSFORMANDO VIDAS A TRAVÉS DE LA TECNOLOGÍA

Dell Taller de Robótica a la **FIL Guadalajara**

La tecnología adquiere su verdadero valor cuando se pone al servicio de la comunidad y se convierte en una herramienta de inclusión y desarrollo social. Bajo esta premisa, se llevó a cabo una iniciativa transformadora dirigida a entre 800 y 1,000 niños en alianza con Teletón, cuyo objetivo principal fue acercar la ciencia y la innovación de manera accesible, lúdica y significativa.



Durante la jornada, los niños participantes formaron parte de cuatro talleres interactivos diseñados para estimular la creatividad, la lógica y el trabajo en equipo: el armado de robots rana utilizando kits educativos de Eduwit; el diseño y dibujo libre en papel de su propio robot; la creación de figuras tridimensionales con plastilina para dar forma a sus ideas; y la redacción e interpretación de historias guiadas acerca de la tecnología y sus robots.

Lo que comenzó como una jornada de talleres prácticos para un millar de niños, evolucionó en un análisis exhaustivo sobre el alcance, las causas y las consecuencias de este proyecto de impacto social. Los hallazgos y metodologías de esta experiencia fueron sistematizados en un artículo académico que se envió a la Universidad de Guadalajara. Tras su evaluación, el artículo fue aceptado y será publicado como capítulo de un libro que se presentará en la Feria Internacional del Libro de Guadalajara (FIL).

Este logro representa la trascendencia de una causa: el impacto inicial que benefició a 1,000 niños hoy se proyecta hacia una audiencia a nivel internacional a través de los lectores de esta obra, demostrando que la innovación con sentido humano no tiene fronteras.

THE OLYMPUS SOCIAL

Global Robotics Leaders

CONSTRUYENDO PUENTES A TRAVÉS DE LA ROBÓTICA Y LA INNOVACIÓN TECNOLÓGICA

El origen: Una visión global sin fronteras

Global Robotics Leaders nace de la convicción de que la tecnología y la educación no tienen límites geográficos. Lo que comenzó como un esfuerzo por conectar el talento joven en el ámbito de STEAM **(Ciencia, Tecnología, Ingeniería, Arte y Matemáticas)** se ha consolidado como un espacio de colaboración binacional donde el aprendizaje práctico y el liderazgo van de la mano.

A través de mentorías estratégicas y proyectos interdisciplinarios, esta organización busca empoderar a estudiantes y apasionados de la tecnología, brindándoles las herramientas técnicas y humanas necesarias para destacar en un entorno global cada vez más competitivo.

¿Qué impulsa Global Robotics Leaders?

El ecosistema de Global Robotics Leaders abarca diferentes pilares fundamentales para el desarrollo tecnológico y educativo:

- **Robótica e Ingeniería:** Desarrollo de prototipos, automatización y solución de problemas complejos aplicados a desafíos reales de ingeniería.
- **Modelado y Contenido 3D:** Creación, simulación y diseño tridimensional para la visualización de proyectos, prototipado rápido y fabricación digital.
- **Mentorías y Acompañamiento:** Guía directa por parte de especialistas para orientar a los jóvenes en sus proyectos, competencias y desarrollo académico/profesional.
- **Colaboraciones Binacionales:** Alianzas transfronterizas que fomentan el intercambio cultural, el trabajo en equipo internacional y el acceso a redes globales de innovación.

Impacto y Comunidad

A través de la metodología de aprendizaje basado en proyectos y la cooperación internacional, Global Robotics Leaders no solo capacita en habilidades duras (hard skills), sino que fomenta habilidades blandas esenciales como el liderazgo, la resiliencia, la comunicación intercultural y la resolución creativa de problemas.

Cada iniciativa es una oportunidad para demostrar que la robótica y la ingeniería son potentes motores de cambio social e inclusión tecnológica.

Sé parte de la comunidad global
Si buscas inspirarte, colaborar en proyectos de ingeniería, recibir mentoría o formar parte de una red internacional de innovación, Global Robotics Leaders es la plataforma ideal para llevar tus ideas al siguiente nivel.

HAVEN QUERETARO HACKCLUB

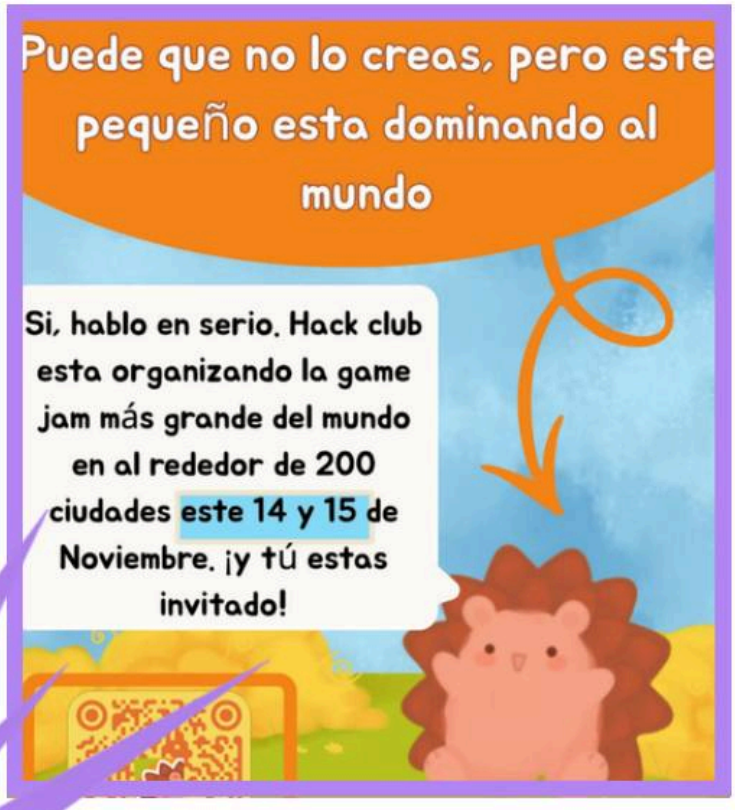
ROBOTICS, ENGINEERING, 3D CONTENT +
MENTORING + BINATIONAL COLLABORATIONS

En comunidades como Haven Querétaro Hackclub, la robótica, la ingeniería y la creación de contenido 3D representan oportunidades para aprender haciendo.

Estos campos permiten que las jóvenes exploren su creatividad, resuelvan problemas y conviertan sus ideas en proyectos tecnológicos.

EL PODER DE LAS MENTORIAS

Contar con mentores y una comunidad colaborativa puede marcar una diferencia en el desarrollo de las jóvenes interesadas en STEM. Compartir conocimientos, recibir orientación y aprender de otras personas ayuda a fortalecer la confianza y a descubrir nuevas posibilidades profesionales.



Colaboración sin frontera

Las colaboraciones binacionales permiten intercambiar ideas, conocimientos y perspectivas entre personas de distintos contextos. Para las chicas interesadas en tecnología, estas experiencias pueden ampliar sus horizontes y demostrar que la innovación no conoce fronteras.

Porque cada idea cuenta, cada proyecto abre posibilidades y cada chica merece la oportunidad de innovar.

APRENDIZAJES PARA TODOS

APRENDER EN COMPAÑÍA PUEDE CAMBIAR EL CAMINO

Si estás en prepa o secundaria

Esto no es un curso remedial para quienes "van mal", es un espacio donde se construye base. Aquí caben varias razones para unirse. Tal vez hay un tema que nunca terminaste de entender, o sientes que la escuela corrió más rápido que tú en algún momento, o simplemente quieres llegar más preparadx al siguiente nivel. El programa ofrece 4.5 horas a la semana para trabajar en eso, sin presión y sin calificación de por medio. Los grupos son chicos, de cinco o seis personas, con unx tutorx que apenas te lleva unos años y que acaba de pasar por donde tú estás ahora. Las sesiones son en línea y quedan grabadas, por si quieres repasarlas después.

El programa trabaja dos bloques, uno de comprensión lectora y otro de matemáticas, con cinco semanas para cada uno. No tienes que inscribirte por tu cuenta, llega a tu plantel a través de tus maestrxs. Si estás en secundaria y lees esto, guárdalo para cuando entres a la prepa, y mientras tanto cuéntale a quien conozcas en bachillerato que el programa existe.

Imagina una llamada por Zoom donde unx estudiante de licenciatura explica fracciones a cinco personas que están en la prepa. Lxs seis tienen entre 15 y 22 años, ningunx está en un salón de clases, y al terminar se despiden hasta la próxima semana. Durante diez semanas, ese grupo pequeño se vuelve algo parecido a un equipo. Eso es Aprendizajes para Todos.

El programa nació en 2021 desde la Escuela de Gobierno del Tec de Monterrey, en plena pandemia. Para entonces era claro que miles de estudiantes de bachillerato público cargaban con vacíos de aprendizaje que el aula no alcanzaba a cerrar.

Cinco años después, Aprendizajes para Todos ha acompañado a 31,235 estudiantes de prepa en ocho estados, con 7,323 tutorxs universitarixs formados para esas sesiones. Hoy participan el Tec de Monterrey, Tecmilenio, la Universidad de Guadalajara y la Universidad Rosario Castellanos.

Lo que sí se te pide es tiempo, consistencia y la disposición de explicar algo tres veces si hace falta.

Lo que recibes a cambio suele sorprender a quienes han pasado por el programa. Conoces a cinco personas de un contexto distinto al tuyo, con historias que no se cruzan con las tuyas, y durante diez semanas te vuelves parte de su rutina.

En el camino aprendes a planear una sesión, a leer cuando alguien no entiende aunque diga que sí, y a sostener la atención de un grupo a través de una pantalla.

Son habilidades que después vas a usar en cualquier cosa que hagas.

El programa también libera algunas horas de servicio social según el convenio de cada universidad, así que si estudias en el Tec, Tecmilenio, la UDG o la Rosario Castellanos, pregunta en tu oficina de servicio social cómo participar.

La invitación

En el fondo, Aprendizajes para Todos parte de una idea sencilla.

Las oportunidades para aprender no deberían depender de tener todas las respuestas o de resolverlo todo por tu cuenta.

Una tutoría no transforma por sí sola el sistema educativo, pero puede evitar que una dificultad se convierta en una barrera para seguir estudiando.

Cada tema que comprendemos y cada habilidad que desarrollamos abren nuevas posibilidades hacia adelante.

Las ediciones del programa comienzan dos veces al año, en primavera y en otoño. Si quieres compartir lo que sabes y sumar experiencia acompañando a otrxs jóvenxs, acércate como tutorx. Si estás en bachillerato y hay algo que te gustaría fortalecer, pregunta por el programa en tu plantel. A veces, transformar el camino de alguien comienza con algo tan sencillo como aprender en compañía.

Si estás en la universidad

Ser tutorx no es dar clases en el sentido tradicional, es acompañar a un grupo pequeño durante diez semanas a construir algo que les hacía falta. Nadie te pide que seas expertx en nada, para eso hay 30 horas de capacitación antes de empezar y materiales listos para cada sesión.

Detrás de cada gran proceso educativo existe un puente que conecta el conocimiento con el lado humano.

La tutoría no solo se trata de explicar conceptos o revisar tareas; es el arte de escuchar, adaptar y acompañar.

En esta edición, platicamos de cerca sobre la vivencia de contar con Isis Reyes como tutora, explorando los retos cotidianos, la calidez del intercambio y el valor inestimable de ver crecer a alumnos con genuinas ganas de salir adelante.

Entrevista: Retos, empatía y momentos inolvidables

Ha sido una experiencia verdaderamente gratificante. Isis aporta una calidez y una dedicación que marcan la diferencia desde el primer instante.

Trabajar con ella y guiarse de su apoyo te hace sentir que no estás solo en el proceso; me la he pasado muy bien y cada sesión deja un aprendizaje profundo, no solo académico, sino humano.

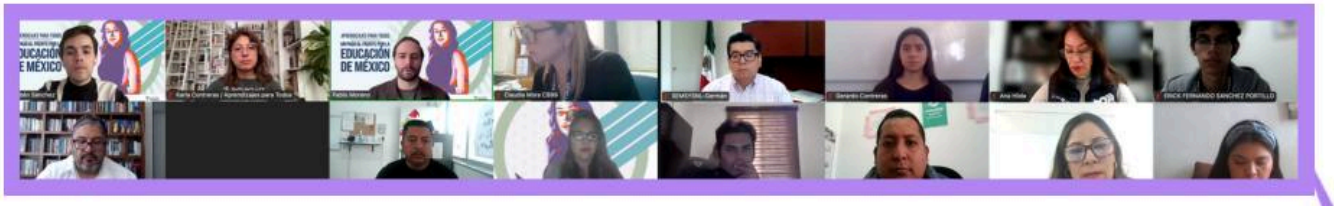
Obviamente siempre existen imprevistos.
Vivimos en un entorno donde la tecnología y los tiempos a veces nos juegan en contra: desde problemas con la conexión a internet, hasta horarios complicados para que los alumnos logren conectarse a las sesiones a tiempo.
Son esos obstáculos cotidianos que a veces retrasan los planes o exigen cambiar la dinámica sobre la marcha.

Ante esas trabas y complicaciones técnicas

Ahí es donde sale a relucir la esencia del proyecto. A pesar de los contratiempos de logística o conexión, la actitud con la que se afronta todo marca la pauta. Isis transmite esa paciencia necesaria, y la respuesta de los chicos es increíble.
Al final del día, te das cuenta de que hay alumnos maravillosos que de verdad tienen todas las ganas de aprender, de participar y de dar lo mejor de sí.

Me quedo con la satisfacción del impacto real.
Cuando ves el esfuerzo de los estudiantes por conectarse, por preguntar y por superar sus propias limitaciones, cualquier esfuerzo vale la pena.
Ha sido una vivencia enriquecedora que demuestra que, cuando hay vocación y entusiasmo, las barreras se convierten en simples anécdotas del camino.

La educación no es la ausencia de obstáculos, sino la voluntad compartida de superarlos. Un gran tutor no solo enseña: inspira y abre puertas al futuro.



STEAMEX

ROBOTICS, ENGINEERING, 3D CONTENT +
MENTORING + BINATIONAL COLLABORATIONS

STEAMex representa una de las iniciativas más dinámicas en México para el fomento de la ciencia, la tecnología, la ingeniería, el arte y las matemáticas (STEAM, por sus siglas en inglés) entre la juventud. Inspirado en los valores de competencias internacionales como FIRST, este ecosistema busca el acceso a la educación tecnológica, permitiendo que estudiantes de nivel básico y medio superior desarrollen habilidades técnicas, como programación, diseño mecánico en 3D y electrónica.

WE CHANGE THE WORLD, ONE ROBOT AT THE TIME

Project STEAMex en palabras de Abraham Martínez

- Project STEAMex es una organización comunitaria, fundada en agosto del 2017, dedicada a promover oportunidades de educación STEAM (Ciencia, Tecnología, Ingeniería, Arte y Matemáticas) a niños y jóvenes por medio de la robótica. Nuestra misión es poder inspirar en las generaciones jóvenes que la educación STEM puede ser una herramienta de desarrollo, progreso y paz en nuestras comunidades. Es por ello que, desde 2018, hemos participado en la instauración de programas centrados en la progresión FIRST para brindar con dicha experiencia multidisciplinaria, integral y altamente formativa en estudiantes de diversas comunidades en México. Al día de hoy, contamos con 33 equipos participantes (incluyendo colaboraciones con Sinergia Filantrópica de México, Thunderbots Education, X+ Mujeres en la Ciencia, American School Foundation of Monterrey y Conalep Centro Mexicano - Frances) en las categorías FIRST LEGO League Explore, FIRST LEGO League Challenge, FIRST Tech Challenge, y FIRST Robotics Competition distribuidos en 11 estados de la República Mexicana, así como hemos expandido nuestro trabajo hacia 5 países donde se trabaja nuestro enfoque de desarrollo comunitario a través del STEAM. Asimismo, contamos con una certificación como Socios Oficiales por los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Organización de las Naciones Unidas (Registro #43183) y asociación en diversos colectivos internacionales que respaldan nuestro trabajo como la Red de Soluciones para el Desarrollo Sostenible (SDSN), Geneva Youth Call de la Universidad de Ginebra (Suiza), la Iniciativa por la Educación de las Niñas de las Naciones Unidas (UNGEI) y AI For Good de la Unión Internacional de Telecomunicaciones de las Naciones Unidas (ITU).

¿Qué inspiró a STEAMex en primer lugar, de dónde se origina?

- Mucha gente no sabe que inició con un solo equipo que nació dentro de una institución educativa como parte de un proyecto personal; pero gracias a la primer generación de integrantes y mentores que hicieron de este sueño posible, al retirarse de esta institución, notamos que esta experiencia debía ser de libre acceso para cualquier niño, niña o joven que quisiera vivirla, sin limitación alguna. De ahí nació, en una cafetería, un nuevo objetivo: hacer de la robótica una oportunidad para todo el mundo. Y este objetivo se ha mantenido intacto por 9 años ya, y es lo que nos motiva a seguir expandiéndonos a más lugares junto a gente que cree en esta misión también.

¿Cuál ha sido el mayor logro de STEAMex en su historia y cómo buscan superarlo?

- El mayor logro es el impacto que ha hecho en los integrantes que han pasado por las filas de todos nuestros equipos y proyectos. STEAMex funge como el primer escalón para muchos chicos y chicas que se forjan a través de lo que experimentan, construyen, resuelven, divierten, crean y más con nosotros. Es maravilloso ver que ya tenemos gente que está en la industria trabajando y los vimos crecer, o quienes están estudiando una carrera universitaria inspirada en su experiencia en STEAMex, o incluso que han logrado desarrollar su mejor versión de persona. Ese impacto es lo mejor que puede haber, y buscamos lograrlo cada vez con más personas.

¿Qué sigue para STEAMex como organización y cómo luce su futuro?

- Todo empieza con seguir haciendo crecer nuestra misión a cada rincón del planeta, e invitando que más personas, colectivos, instituciones educativas, gobiernos, empresas y demás grupos se unan a esta magna comunidad. Y va más allá de los equipos que podamos abrir en las diferentes categorías, pues STEAMex somos todos: son las colaboraciones, son los proyectos de impacto social, las oportunidades para difundir educación STEAM, los espacios para que más gente participe, sin importar una matrícula de equipo o de dónde venga alguien. Esto es una misión global, y como dice nuestro slogan: Construye un robot, construye el futuro.

UNA NUEVA VIDA IAP

UNIDOS EN LA DETECCIÓN OPORTUNA DEL CANCER

Desde el año 2010, Una Nueva Vida IAP ha trazado un camino de compromiso, empatía y trabajo constante para impactar de manera positiva a la comunidad. Más allá de ser una Institución de Asistencia Privada, se ha consolidado como un refugio de esperanza, un punto de apoyo y un motor de cambio para quienes buscan una segunda oportunidad y un mejor porvenir.

A lo largo de más de una década de trayectoria, la organización ha demostrado que la verdadero labor social no consiste únicamente en brindar asistencia temporal, sino en ofrecer herramientas reales, contención emocional y desarrollo integral para transformar vidas de fondo.

Un faro de esperanza desde 2010

El origen de la institución responde a una necesidad latente en nuestra sociedad: la urgencia de acompañar a personas en situación de vulnerabilidad y guiarlas hacia un entorno digno, seguro y autosuficiente. Con el paso de los años, Una Nueva Vida IAP ha evolucionado adaptando sus programas a las realidades de la comunidad, manteniendo siempre sus valores como pilar central.

El trabajo diario de la organización se construye sobre la premisa de que todos merecemos una oportunidad de reinventarnos. A través de programas de apoyo social, acompañamiento psicológico y actividades de integración, la IAP no solo atiende necesidades inmediatas, sino que siembra semillas de resiliencia y autonomía a largo plazo.

Transformar una vida no es cambiar su pasado, sino dotarla de las herramientas y la dignidad necesarias para escribir un nuevo futuro.

Los pilares de la organización

La labor de la institución se sostiene sobre ejes estratégicos fundamentales:

1. Atención e Integración Social: Creación de espacios seguros donde los beneficiarios reciben apoyo integral en momentos críticos.
2. Desarrollo Humano y Capacitación: Impulso de habilidades personales y comunitarias que promueven la autosuficiencia.

3.Redes de Solidaridad: Alianzas con voluntarios, empresas y la sociedad civil para multiplicar el alcance y la ayuda.

Mira hacia el futuro

El camino recorrido desde 2010 es solo el comienzo. En un entorno cambiante y lleno de retos, Una Nueva Vida IAP reafirma su compromiso de seguir innovando en sus programas, ampliando su alcance y touchando más vidas.

GUÍA ARI: CUÁNDO CONSULTAR AL MÉDICO (ALARMAs)

1. MENSTRUACIÓN ANORMAL

- Cambios bruscos en la regularidad del ciclo.
- Sangrado excesivo o que dura más de 10 días.
- Dolor pélvico intenso que no alivia con medicamentos.

2. CAMBIOS EN EL PECHO

- Bultos nuevos o engrosamientos de tejido.
- Hoyuelos o arrugas en la piel (piel de naranja).
- Enrojecimiento o descamación del pezón o la piel.

3. SIGNOS DE ALARMA DE MAMA

- Inversión reciente del pezón (hacia adentro).
- Secreción del pezón que no es leche materna.
- Hinchazón o cambios en el tamaño o forma de una mama.

4. IMPORTANCIA DE LA CONSULTA

- Programa chequeos regulares con tu médico.
- El diagnóstico temprano es clave para un buen pronóstico.
- ¡Consulta siempre ante cualquier duda o síntoma persistente!

CONSEJOS DE SALUD - ARI TU AMIGA BÚHO

GUÍA ARI PARA HOMBRES: SALUD Y BIENESTAR

1. AUTOEXPLORACIÓN TESTICULAR

- Hazlo en la ducha con agua tibia.
- Palpa suavemente buscando nódulos o cambios de tamaño.
- No debe haber dolor, pero avisa si notas algo.

2. CUIDADO DE LA PRÓSTATA

- Habla con tu médico sobre cuándo empezar los chequeos.
- No tengas miedo, es un paso preventivo clave.
- Ayuda a detectar problemas a tiempo.

3. SALUD MENTAL Y EMOCIONAL

- Gestiona el estrés y la ansiedad.
- Busca apoyo en amigos, familia o un profesional.
- Tómate tiempo para ti mismo.

4. HÁBITOS SALUDABLES

- Mantén una dieta equilibrada.
- Realiza actividad física regular.
- Duerme lo suficiente y evita el exceso de alcohol y tabaco.

THE OLYMPUS

LIDERAZGO

SOFIA TORRES ESCRITORA

ESCRIBE CON EL ALMA Y DIBUJA CAMINOS EN CADA PÁGINA.

Escribir siempre ha sido para mí la oportunidad de crear mundos y personajes que son pequeñas partes de quien soy: mis deseos, miedos, defectos y metas.

Las historias que creamos son partes muy íntimas de nosotros que damos a conocer al mundo; la forma en la que percibimos nuestra realidad está plasmada en palabras que otros llegan a vivir, y eso me parece algo hermoso.

Mi mayor fuente de inspiración ha sido siempre otras historias; amo la manera en que los libros, películas o música nos pueden transportar a lugares que jamás hubiéramos podido descubrir solos.
Tener sentimientos tan reales por personajes o lugares que tan solo existen en nuestra imaginación me parece una manera muy linda de sentirnos humanos en un mundo en el que puede ser tan difícil estar rodeados de tantos estímulos rápidos y pasajeros.

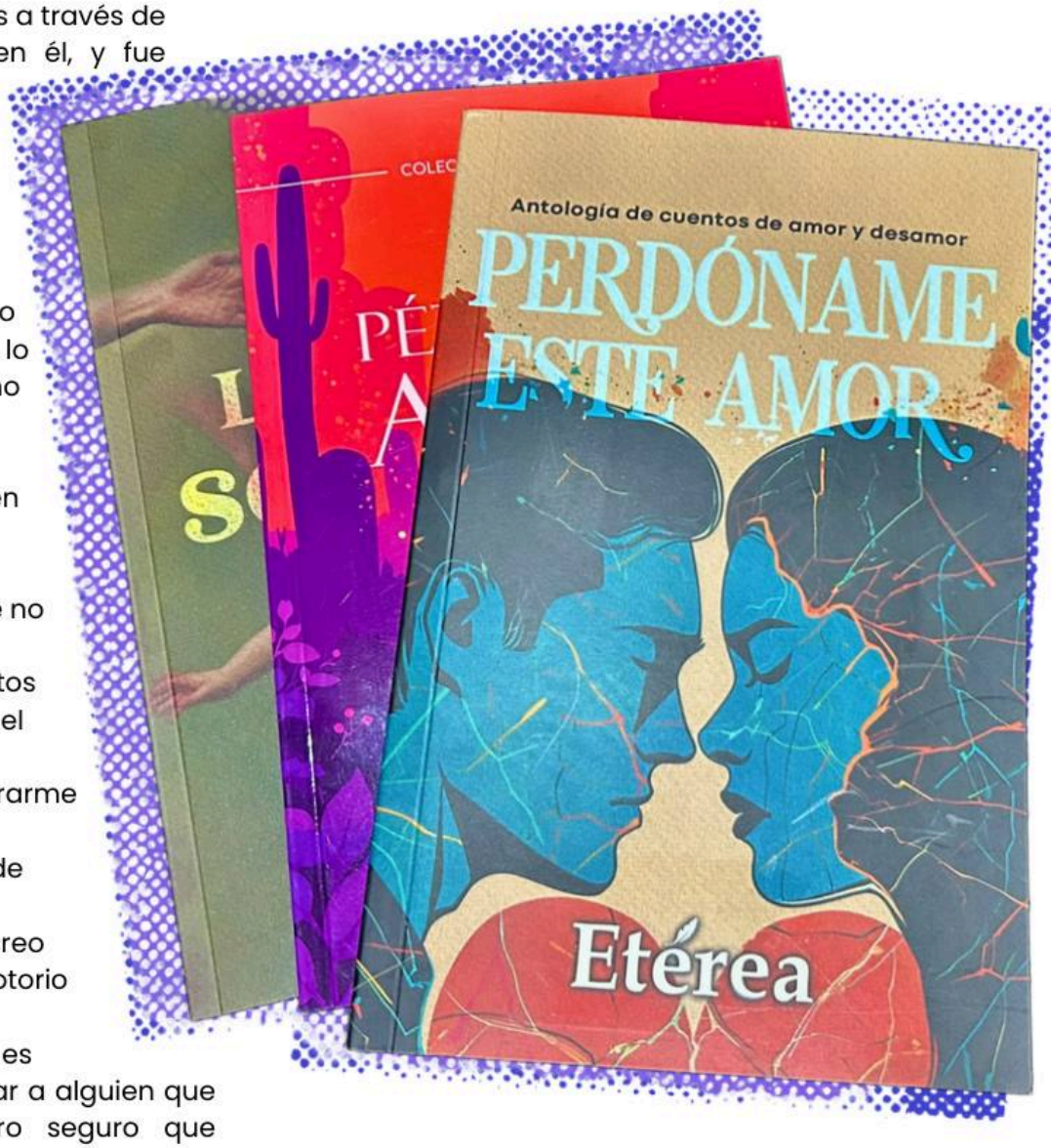
Escribir o leer es una gran actividad para expresar lo que sentimos o conectar con nuestras propias ideas, en realidad esa sería mi definición de mi proceso para escribir, el querer contar todo aquello que no puedes de otra manera, tal vez por esto yo no creo que escribir cuentos requiera de mucha planeación, sino una idea que contar y encontrar la situación que mejor lo represente; aunque mi proceso es completamente distinto cuando escribo novelas ya que tienen una estructura mucho más compleja.

Una de las partes más difíciles de la escritura es llevarla a manos de otras personas, a veces porque no sentimos que sea lo suficientemente buena o porque las oportunidades en el mundo editorial pueden llegar a ser bastante limitadas. Me encantaría poder publicar en alguna de las grandes editoriales, pero creo que la mejor manera de llegar a eso es ir dando a conocer tu trabajo al mundo ya sea desde redes sociales o en cualquier publicación en la que encuentres la oportunidad.

Otra oportunidad que escribir me ha dado es ser ARCreader (Advanced Reader Copy) en la editorial DartFrog Books, creo que todo este tipo de actividades por más pequeñas que sean pueden darte experiencia y conocimiento para de poco en poco poder tener mucho más alcance en el mundo editorial.

Cuando empecé a escribir, jamás imaginé que podría publicar lo que escribía, y ahora tengo cuatro cuentos en diferentes antologías (Pétalos de amor de Letras Negras, Perdóname este amor de Editorial Eterea, Siluetas del vacío de Luminaria y Lo que nos sostiene de Corazón de tinta) y trabajo como editora en Editorial Eterea. Todas estas oportunidades son resultado de pequeños riesgos que he tomado para poder crecer aun si ni me sentía con la suficiente experiencia o con el suficiente conocimiento.

Bien dicen que la mejor manera de entrar al mundo editorial es a través de personas que ya están en él, y fue gracias a una historia de Editorial Eterea que pude postularme como editora y que, gracias a una prueba, puedo trabajar en esto a pesar de estar estudiando algo poco relacionado con lo narrativo, como es el diseño gráfico.



Como editora, me dedico en su mayoría a la poesía; cuando escribo, prefiero escribir narrativa y, aunque no me enfoco en un solo género, he publicado cuentos enfocados en el amor y en el duelo. Una de mis cosas favoritas al escribir es centrarme en las relaciones, ya sean románticas, de amistad o de familia; adoro explorar los vínculos entre personas y creo que eso suele ser lo más notorio en mis historias.

A veces la parte más difícil es empezar a escribir o buscar a alguien que crea en tu historia, pero seguro que siempre habrá alguien que quiera leer lo que tienes por decir, así que no dejes que eso te detenga.

CON MISS AMO PODCAST

Todo con un tono relajado, cero pretencioso y con la complicidad de quien te habla desde el café o la sala de su casa.

Por un lado, tenemos el amor confeso por la cultura otaku, el anime y las grandes narrativas de la animación japonesa. Episodios enteros dedicados a desmenuzar arcos complejos como El Castillo Infinito, reflexionar sobre el destino de los personajes que merecían un final feliz (y los que nos rompieron el corazón), o analizar la crudeza emocional detrás de obras como Jossee, el Tigre y el Pez.

Pero no se queda solo en el club de anime de la cuadra. El podcast funciona también como un espejo generacional donde se abordan temas de peso con una ligereza muy necesaria: los tabúes en las citas de la comunidad LGBTQ+, los efectos nocivos de las comparaciones constantes en redes, los sesgos y la discriminación en los entornos laborales, o cómo procesar los cambios drásticos cuando la vida decide sacudirte el piso.

Es, en pocas palabras, una charla honesta donde las referencias a la cultura pop sirven como analogías perfectas para entender nuestras propias crisis de adultos contemporáneos.

Hay espacios en el ecosistema del podcasting hispanohablante que nacen con una fórmula medible, un guion corporativo y un estudio lleno de luces LED de colores idénticos a los de otros cien programas.

Y luego está Con Miss Amo, un proyecto que demuestra que lo más valioso no es la superproducción fría, sino la honestidad de una buena plática con alguien que sabe mezclar el pizarrón, las referencias frikis y el pulso de la vida cotidiana sin perder el estilo.

Si te topaste con el nombre en Spotify o en sus redes y pensaste que era otro podcast educativo aburrido, te urge actualizar el casete. Aquí las aulas y el contenido académico se cruzan sin pena con Kimetsu no Yaiba, Boku no Hero Academia, vivencias de la comunidad LGBTQ+, salud mental, y dilemas tan mundanos como los regalos más absurdos que recibimos en diciembre.

En una época donde la mayoría de los creadores de contenido intentan proyectar una imagen de perfección o de absoluta infalibilidad, el encanto de Con Miss Amo radica en su vulnerabilidad.

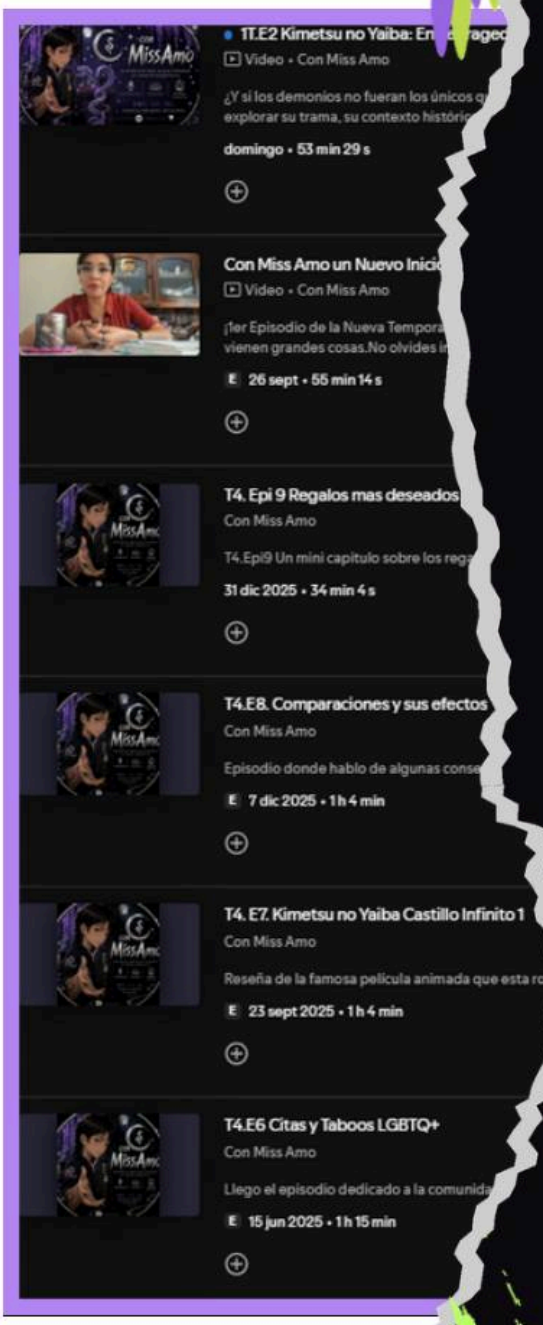
Las charlas se sienten cercanas porque abordan los tropiezos cotidianos con humor y madurez.

Ya sea que esté hablando de un chisme con moraleja personal, analizando los altibajos de arrancar una nueva temporada o compartiendo reflexiones sobre cómo nos relacionamos con los demás, la conducción nunca adopta una postura paternalista ni busca dar cátedra desde un pedestal. Es una conversación de igual a igual. Te ríes con las ocurrencias, te enganchas con las reseñas y, de repente, te encuentras pensando en cómo aplicas esos mismos filtros en tu propio trabajo o en tus relaciones personales.

Si estás buscando algo fresco para acompañar tu trayecto al trabajo, una sesión de limpieza en casa o simplemente un rato de esparcimiento inteligente, este espacio en Spotify tiene un episodio para cada estado de ánimo:

- Para los nostálgicos y otakus de corazón: Los análisis profundos sobre las películas y series del momento (como las joyitas dedicadas al universo de Demon Slayer).
- Para los que buscan reflexionar sin aburrirse: Episodios enfocados en la salud emocional, la empatía y los retos de vivir siendo uno mismo sin pedir disculpas.
- Para los que disfrutan el chisme con propósito: Charlas sobre dinámicas sociales, citas, tabúes y la forma en que lidiamos con la presión moderna.

Con Miss Amo (al que puedes seguirle la pista en su perfil de Spotify y en sus dinámicas por Instagram y TikTok) demuestra que el buen contenido no necesita gritar para llamar la atención.



Solo necesita autenticidad, un buen repertorio de referencias culturales y las ganas genuinas de conectar con quienes están del otro lado de los audífonos.

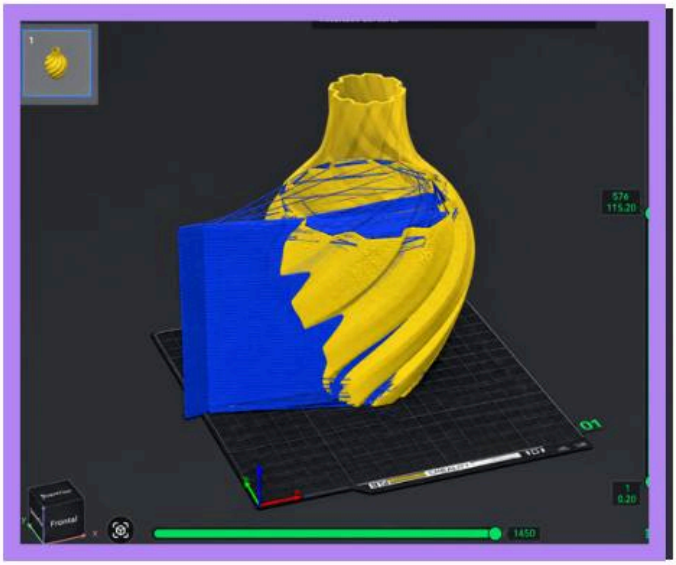
Ponte cómod@, prepara tu bebida favorita y date una vuelta por su universo. No te arrepentirás.

THE OLYMPUS

EMPRENDIMIENTO

VOLUMIK EMPRENDIMIENTO IMPRESION 3D

¿QUIÉN DIJO QUE SER ESTUDIANTE Y EMPRENDER NO VAN DE LA MANO?



Conoce la historia de dos jóvenes universitarios que están democratizando la impresión 3D, transformando conceptos digitales en objetos tangibles al alcance de todos.

El origen: Pasión, innovación y visión universitaria

Volumik nace de la curiosidad, el talento y la determinación de dos estudiantes que decidieron llevar su pasión por el diseño y la tecnología un paso más allá. Lo que comenzó como un proyecto en las aulas universitarias hoy se ha convertido en un estudio de fabricación digital dinámico y accesible, diseñado para resolver necesidades reales tanto de creadores como de empresas y entusiastas.

¿Qué puedes mandar a hacer con Volumik?

Una de las grandes ventajas de trabajar con Volumik es la versatilidad. Gracias a la flexibilidad de la fabricación aditiva y a la atención personalizada de sus creadores, las posibilidades son prácticamente ilimitadas:

- Prototipos y proyectos académicos/profesionales: Ideal para estudiantes, arquitectos, ingenieros y diseñadores que necesitan materializar maquetas, piezas funcionales o pruebas de concepto sin gastar fortunas en producción masiva.
- Merchandising y regalos personalizados: Desde coleccionables, llaveros, figuras y trofeos hasta decoración para eventos o artículos promocionales únicos para tu marca.
- Accesorios y gadgets: Soportes para gadgets, organizadores, carcasas personalizadas y herramientas a la medida de tus necesidades cotidianas.

¿Cómo funciona el proceso? (Tan fácil como 1, 2, 3)
Mandar a hacer tus piezas con Volumik es un proceso ágil y transparente:

- Envías tu idea o archivo: Puedes mandar tu modelo en 3D listo para imprimir (.STL, .OBJ, etc.) o simplemente contarles tu idea para que ellos te asesoren en el diseño.
- Cotización y asesoría de materiales: Te orientan sobre el material más adecuado para tu proyecto (resistencia, flexibilidad, estética o acabados) y te entregan un presupuesto claro.
- Impresión y entrega: Una vez aprobado, tu pieza entra a la línea de producción digital con los mejores estándares de calidad.

Envíos y alcance: Tu idea directo a tu puerta

No importa dónde te encuentres. Volumik cuenta con opciones de entrega local y envíos nacionales con empaques seguros para garantizar que cada detalle de tu impresión llegue impecable a tus manos. Además, sus tiempos de respuesta ágiles hacen que no tengas que esperar semanas para ver tu proyecto hecho realidad.

Impulsa tus ideas hoy mismo
Ya sea que tengas un proyecto personal en mente, necesites un prototipo urgente para tu negocio o quieras regalar algo verdaderamente único, Volumik es tu aliado creativo.

- Instagram / Redes: @volumik3d.mx
- Envíos a todo el país (México, por DHL)

THE OLYMPUS

RECURSOS

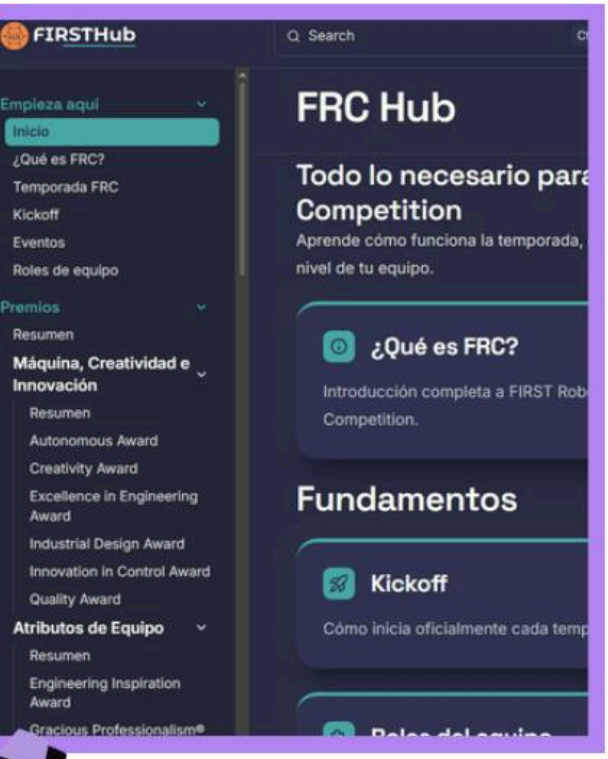
FIRSTHUB

EL CONTENIDO NO SE LIMITA A TRADUCIR: EXPLICA EL CONTEXTO, SEÑALA LOS ERRORES MÁS COMUNES Y ORDENA LA INFORMACIÓN

FIRSTHub es una **plataforma de recursos en español** para la comunidad de FIRST Robotics en Latinoamérica. Reunimos documentación técnica, noticias, guías de temporada y acompañamiento para equipos de FIRST Robotics Competition (FRC) y FIRST Tech Challenge (FTC), desde quienes compiten por primera vez hasta equipos con varias temporadas de experiencia.

El proyecto surge de una necesidad concreta. La mayor parte de la información oficial de FIRST se publica únicamente en inglés: manuales de juego, reglas, documentación de software y guías de electrónica. Para muchos equipos de la región, eso significa invertir semanas en traducir y descifrar documentos antes de poder empezar a construir, y en muchos casos depender de una sola persona del equipo que domine el idioma.

Nace desde la experiencia directa de coaches y mentores de equipos de FRC y FTC en México, que conocen de primera mano las dificultades de arrancar una temporada con información incompleta o dispersa. Por eso **el contenido no se limita a traducir**: explica el contexto, señala los errores más comunes y ordena la información en el orden en que un equipo la necesita.



Documentación técnica. Traducimos y explicamos la documentación de FRC y FTC a partir de las fuentes oficiales de FIRST, WPILib y REV Robotics: instalación de software, programación, electrónica y preparación del robot. Cada guía está pensada para que un equipo pueda seguirla paso a paso.

I**nformación de temporada.** Publicamos cambios de reglas, fechas clave, eventos y noticias relevantes para equipos hispanohablantes, siempre con enlace a la fuente original para que cualquiera pueda verificarla.

Mentoría. Acompañamos a equipos nuevos durante su primera temporada y orientamos a coaches y mentores en la organización del equipo, la preparación técnica y el proceso de competencia.

Contenido educativo. Desarrollamos material visual y explicativo para redes sociales que acerca temas técnicos a estudiantes de forma clara y accesible.

Comunidad. Mantenemos un boletín por correo y canales de aviso para que ningún equipo se entere tarde de una fecha importante, y buscamos conectar a equipos de distintos países que enfrentan los mismos retos.

Creemos que el talento para la ingeniería y la robótica existe en toda Latinoamérica, y que **el idioma no debería decidir quién llega más lejos**. Por eso trabajamos para que cada equipo de habla hispana tenga acceso a la misma información, con la misma calidad y al mismo tiempo que cualquier otro equipo del mundo.

Nuestro objetivo

Que ningún equipo de habla hispana quede en desventaja por el idioma.

Buscamos que un equipo que compite por primera vez encuentre **en un solo lugar todo lo que necesita** para arrancar: desde instalar el software y conocer la electrónica hasta entender las reglas y las fechas de su temporada.

También queremos que los equipos con experiencia tengan un espacio para compartir lo que han aprendido, porque gran parte del conocimiento que hace competitivo a un equipo **no está en ningún manual**.

Cómo trabajamos

La confiabilidad de la información es la base del proyecto. Cada guía técnica se elabora a partir de las fuentes oficiales de FIRST, WPILib y REV Robotics, y cada dato de temporada se verifica antes de publicarse. Cuando dos fuentes oficiales no coinciden, lo señalamos de forma explícita..

Además de traducir, explicamos. Un **manual oficial** dice qué hacer; nuestro trabajo es aclarar por qué, anticipar los errores más frecuentes y ordenar la información en la secuencia en que un equipo la necesita durante la temporada.

FIRSTHub es un **proyecto independiente y sin fines de lucro**, desarrollado por coaches, mentores y voluntarios con experiencia directa en competencia. No es un proyecto oficial de FIRST; ante cualquier diferencia, prevalece siempre el documento original en inglés. Todo nuestro contenido original es de libre acceso.

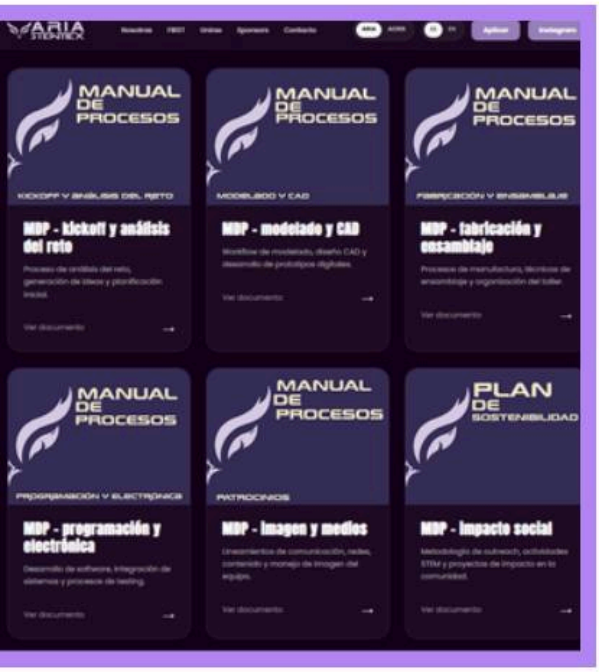
firsthub.dev · @_firsthub

ARIA RECURSOS

ROBOTICS, ENGINEERING, 3D CONTENT +
MENTORING + BINATIONAL COLLABORATIONS

En los proyectos de ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas (STEM), los resultados que vemos son solo una parte de todo el trabajo realizado. Detrás de cada prototipo, cada diseño y cada competencia existe un proceso de investigación, organización, pruebas y aprendizaje que merece ser documentado.

ARIA STEAMEX es un ejemplo de cómo la tecnología puede convertirse en una oportunidad para impulsar el talento femenino. Fundado en 2025, este equipo busca formar líderes, ingenieras y agentes de cambio mediante la robótica competitiva, la excelencia técnica y el compromiso social. Su iniciativa comunitaria, independiente y gratuita busca ampliar el acceso de las jóvenes a oportunidades en ingeniería, tecnología y liderazgo.



Imagina que tu equipo está construyendo un robot para una competencia. Después de varias pruebas, descubren que una pieza no funciona como esperaban. Si anotan qué pasó, qué cambiaron y cuál fue el resultado, podrán aprender de esa experiencia y evitar repetir el mismo error.

La documentación consiste en guardar y organizar la información importante de un proyecto. Puede incluir dibujos, fotografías, videos, códigos, diseños, resultados de pruebas y notas sobre las decisiones del equipo

THE OLYMPUS

NOTICIAS

EFEMERIDES OCTUBRE

OCTUBRE REÚNE IMPORTANTES FESTIVIDADES, CONMEMORACIONES CÍVICAS, TRADICIONES CULTURALES Y DÍAS INTERNACIONALES TANTO EN MÉXICO COMO EN EL MUNDO

Festividades y Efemérides en **México**

• 1 de octubre: Día del Arquitecto y conmemoración del cambio del Poder Ejecutivo Federal en México.
• 2 de octubre: Aniversario luctuoso del Movimiento Estudiantil de 1968 en Tlatelolco.
• 4 de octubre (1824): Promulgación de la Primera Constitución Federal de la República.
• 12 de octubre: Día de la Nación Pluricultural (antes Día de la Raza) y aniversario de la llegada de Cristóbal Colón a América.
• 17 de octubre (1953): Reconocimiento del derecho al voto de la mujer mexicana y su igualdad de derechos constitucionales.
• 19 de octubre: Aniversario luctuoso del expresidente Lázaro Cárdenas del Río.
• 22 de octubre: Día del Médico en México y aniversario de la Constitución de Apatzingán.
• 28 de octubre: Fiesta de San Judas Tadeo, una de las devociones populares más concurridas en la Ciudad de México y el país.
• 3-18 de octubre (2026): Festival Internacional Cervantino en Guanajuato, uno de los encuentros artísticos más importantes de Iberoamérica.

Festividades y Días Internacionales

• Mes de octubre: Mes de Sensibilización sobre el Cáncer de Mama (**Lucha contra el Cáncer de Mama el 19 de octubre**).
• 1 de octubre: Día Internacional del Café y Día Mundial de la Sonrisa.
• 2 de octubre: Día Internacional de la No Violencia.
• 4 de octubre: Día Mundial de los Animales y Día Mundial del Hábitat.
• 10 de octubre: Día Mundial de la Salud Mental.
• 15 de octubre: Día Internacional de las Mujeres Rurales.
• 16 de octubre: Día Mundial de la Alimentación.
• 17 de octubre: Día Internacional para la Eliminación de la Pobreza.
• 24 de octubre: Día de las Naciones Unidas y Día Internacional de las Bibliotecas.
• 31 de octubre: Halloween (Víspera de Todos los Santos) y Día Mundial de las Ciudades.

19 DE OCTUBRE

LUCHA CONTRA EL CÁNCER DE MAMA

El eco de un compromiso global

Cada 19 de octubre, monumentos de todo el planeta se iluminan de un tono rosa vibrante.

Pero detrás del destello de las luces y del icónico lazo, este día esconde una conversación vital sobre la salud, la empatía y la ciencia: el Día Mundial de la Lucha contra el Cáncer de Mama.

Proclamado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), este hito anual busca concientizar a la sociedad sobre la importancia del diagnóstico oportuno.

El cáncer de mama continúa siendo el tipo de tumor maligno más frecuente entre las mujeres a nivel global. Sin embargo, la narrativa alrededor de esta enfermedad ha cambiado drásticamente: hoy no hablamos de una sentencia, sino de un camino donde la información y el tiempo son los mejores aliados.

Tres escalones que salvan vidas

La medicina preventiva no requiere de fórmulas complejas, sino de hábitos constantes integrados a la rutina. La estrategia clave se divide en tres acciones fundamentales:

- Autoexploración mensual: A partir de los 20 años. Conocer la propia anatomía permite identificar a tiempo cualquier cambio en la textura de la piel, asimetrías o pequeños bultos.
- Revisión clínica anual: A partir de los 25 años, con un profesional de la salud capacitado para una valoración detallada.
- Mastografía periódica: Indicada entre los 40 y 69 años. Es el único estudio capaz de detectar lesiones milimétricas mucho antes de que sean palpables.

Cuidar el cuerpo desde la cotidianidad

Aunque existen factores de riesgo biológicos no modificables (como la edad o la predisposición genética), la ciencia confirma que adoptar un estilo de vida saludable reduce notablemente el riesgo:

- Alimentación consciente: Mantener una dieta rica en fibra, cereales integrales y antioxidantes, limitando el consumo de grasas saturadas.
- Movimiento constante: Realizar al menos 150 minutos de actividad física moderada a la semana.
- Hábitos de protección: Evitar el consumo de tabaco y moderar la ingesta de alcohol.

La empatía como motor de cambio

Más allá de las cifras y los chequeos médicos, el 19 de octubre es una pausa para recordar el valor de la empatía.

Quienes atraviesan un diagnóstico no solo enfrentan un reto físico, sino una transformación emocional profunda. Las redes de acompañamiento familias, colectivos y comunidades médicas tejen el soporte necesario para que ningún paciente camine a solas.

Portar el listón rosa no es solo un gesto simbólico; es un recordatorio personal para agendar esa cita pendiente, para preguntarle a las mujeres de nuestro entorno si ya se revisaron y para honrar a quienes han luchado con valentía.

Un minuto de autoexploración al mes y un chequeo oportuno pueden regalarte toda una vida. Cuidar de ti es el primer acto de amor propio.

CALENDARIO REGIONAL FRC 2027

SEDES REGIONALES Y EQUIPOS PARTICIPANTES

Regional Monterrey presented by PrepaTec

- Semana 1
- Fechas: Miércoles 3 a Sábado 6 de Marzo, 2027
- Sede: ITESM Campus Monterrey Arena Borregos Av. Eugenio Garza Sada 2501 Sur, Tecnológico, Monterrey, N.L.
- Capacidad de Equipos: 32
- Equipos Confirmados hasta el momento:

3354 – PrepaTec TecDroid | 3472 – PrepaTec Buluk | 3478 – PrepaTec | LamBot 3526 – PrepaTec Blue Ignition | 3933 – PrepaTec Taman Keet | 4010 – PrepaTec Nautilus | 4584 – SentinelFox Engineering | 4635 – PrepaTec Botbusters | 4782 – PrepaTec Borrebots | 4977 – Iron Lion | 5887 – PrepaTec IMPERATOR | 6017 – PrepaTec Cyberius | 6106 – PrepaTec TecGear | 6200 – PrepaTec XRAMS | 6647 – PrepaTec VOLTEC | 6652 – Tigres | 6676 – Prepa Tecmilenio Thunder Hawks | 7102 – PrepaTec Daedalus | 7421 – PrepaTec OVERTURE | 7546 – Prepa Tec MinerZ | 7725 – PrepaTec NUTS & VOLTS | 8293 – Prepa Tecmilenio Startech | 8740 – Prepa Tecmilenio Quantum Force | 9060 – Prepa Tecmilenio Solaris | 9213 – Tecuani 9213 | 10225 – Prepa Tecmilenio PYROX | 10529 – BATS | 10931 – Silver Talon | 11040 – Aria STEAMex | 11923 – Future Mavens | 12004 – ACEROBOTS | 12060 – UNBIAS

Regional Laguna presented by Peñoles

- Semana 3
- Fechas: Miércoles 17 a Sábado 20 de Marzo, 2027
- Sede: Auditorio del Tecnológico de Monterrey Paseo del Tecnológico 751, Torreón, Coahuila
- Capacidad de Equipos: 12
- Equipos confirmados hasta el momento
- 3794 – Prepa Tecmilenio WinT | 4355 – Samurai Code (Peñoles - John Deere)
- 4403 – PrepaTec ROULT - Peñoles | 4603 – Forza One - Peñoles
- 6832 – STEAMex | 7577 – VELABOTS - Peñoles
- 9301 – PrepaTec MechRams | 9499 – KANARITECH - FRESNILLO PLC
- 9513 – Circuit Crew (Caterpillar - STEAMex) | 10562 – STEAMex Scorpions
- 11031 – Golden STEAMex | 12396 – STEAMex Revolution

Regional León

- Semana 7
- Fechas: Miércoles 14 a Sábado 17 de Abril, 2027
- Sede: Tecnológico de Monterrey Campus León
- Eugenio Garza Sada S/N, Predio Cerro Gordo, León, Guanajuato
- Capacidad de Equipos: 22
- Equipos confirmados:

2283 – Panteras | 3480 – PrepaTec ABTOMAT - VISE | 3527 – PrepaTec Balam Esmeralda | 4723 – Prepa Tecmilenio EARTH | 4731 – Prepa | Tecmilenio MONARCH-E | 4775 – Aztech Robotics
5133 – PrepaTec Blue Steel | 5716 – PrepaTec Keybot | 5959 – PrepaTec Titanium Rams | 6702 – PrepaTec StingBots | 9280 – PrepaTec High Altitude Robotics | 9282 – PrepaTec SINAVOLT
9593 – Rhinos | 11816 – Lobos Negros STEAMex

El emocionante encuentro Off Season tuvo como escenario principal las instalaciones del Tecnológico de Monterrey, ubicadas en Av. Heroico Colegio Militar 4700, Colonia Nombre de Dios, C.P. 31300, en la ciudad de Chihuahua, Chihuahua, México.

Participaron 29 equipos de toda la Repubublica Mexicana:
3354 PrepaTec - TecDroid, 3472 PrepaTec - Buluk, 3478 PrepaTec - LamBot, 3480 PrepaTec - ABTOMAT - VISE, 3527 PrepaTec - Balam Esmeralda, 4010 PrepaTec - Nautilus, 4403 PrepaTec - ROULT - Peñoles, 4635 PrepaTec - Botbusters, 5133 PrepaTec - Blue Steel, 5526 Type C - Peñoles, 5705 DESERT EAGLES - JOHN DEERE, 5716 PrepaTec - Keybot, 5887 PrepaTec IMPERATOR, 5948 PrepaTec - Lebotics, 6017 PrepaTec - Cyberius, 6200 PrepaTec - XRAMS, 6647 PrepaTec - VOLTEC, 6702 PrepaTec - StingBots, 7102 PrepaTec - Daedalus, 7421 PrepaTec - OVERTURE, 7725 PrepaTec - NUTS & VOLTS, 8266 Owlbot - Peñoles, 9134 Tecmilenio - DEVOLT, 9301 PrepaTec - MechRams y 9499 KANARITECH - FRESNILLO PLC, junto con las unidades secundarias 9996 DEVOLT 2 (Segundo robot), 9997 Nautilus 2 (Segundo robot), 9998 Cyberius B (Segundo robot) y 9999 KRAKENBOTS.

OFF SEASON

¡LA PREVIA A LA TEMPORADA!

FELICIDADES A
Tecdroid 3354, Botbuster 4635, Kanaritech 9499

THE OLYMPUS

SPOILERS

PROXIMAMENTE NYLUS

ROBOTICS, ENGINEERING, 3D CONTENT +
MENTORING + BINATIONAL COLLABORATIONS

EL FUTURO DE LA GESTIÓN DE EQUIPOS, EN UN SOLO LUGAR.

¿Y SI PUDIERAS TENER TODO TU EQUIPO BAJO CONTROL DESDE UNA SOLA PLATAFORMA?

Conoce Nylus, una aplicación diseñada para simplificar la gestión de equipos y proyectos, conectando personas, tareas, documentos y finanzas en un mismo espacio digital.
Un vistazo a lo que viene...

01. EQUIPOS CONECTADOS
Gestiona personas, asigna roles y organiza las responsabilidades de cada integrante para trabajar de manera más coordinada.

02. PROYECTOS EN MOVIMIENTO
Asigna proyectos y tareas, consulta los avances y descubre cómo evoluciona cada objetivo en tiempo real.

03. FINANZAS SIN FRONTERAS
Administra las finanzas de tus proyectos en distintas monedas, con información actualizada en tiempo real para facilitar el seguimiento de los recursos.

04. TODO EN ORDEN
Centraliza los documentos del equipo y mantén la información organizada y accesible desde un mismo lugar.

Nylus busca transformar la manera en que los equipos se organizan, colaboran y alcanzan sus objetivos. Porque cuando personas, proyectos y recursos trabajan en conjunto, las posibilidades crecen.

¿LISTO PARA DESCUBRIR NYLUS?

Explora una nueva forma de gestionar tus proyectos, conectar a tu equipo y mantener todo bajo control.
Conoce Nylus y descubre todo lo que puedes lograr desde una sola plataforma.

¡Mantente atento a su lanzamiento!

THE OLYMPUS

#FIRSTLikeAGirl

73 AÑOS

LA CONQUISTA QUE REDEFINIÓ LA DEMOCRACIA: A 73 AÑOS DEL VOTO FEMENINO EN MÉXICO

Cada 17 de octubre, México conmemora uno de los hitos más trascendentales de su historia civil y política: el reconocimiento del derecho de las mujeres a votar y ser votadas.

Aunque hoy en día acudir a las urnas o ver a mujeres en los más altos cargos públicos incluida la presidencia de la República parece una realidad consolidada, el camino para consolidar la ciudadanía plena de la mitad de la población mexicana fue una batalla de resistencia, debates intensos y una larga deuda histórica.

El Decreto que Cambió la Historia

Fue el 17 de octubre de 1953 cuando el presidente Adolfo Ruiz Cortines promulgó las reformas constitucionales que otorgaron la ciudadanía plena a las mujeres mexicanas.

El Diario Oficial de la Federación publicó la modificación al Artículo 34 constitucional, un logro que coronaba décadas de exigencias encabezadas por ligas feministas, periodistas, maestras y activistas de la talla de Hermila Galindo y Elvia Carrillo Puerto, quienes desde principios del siglo XX ya demandaban igualdad política.

Del Papel a las Urnas

El impacto real de este decreto no se hizo visible de inmediato.
Tuvieron que pasar casi dos años para que las mexicanas ejercieran por primera vez este derecho constitucional a nivel nacional.

El 3 de julio de 1955, las calles de México atestiguaron una movilización histórica:
millones de mujeres acudieron a las urnas para elegir a los diputados de la XLIII Legislatura Federal.

Este acto no solo transformó el padrón electoral, sino que reconfiguró por completo la agenda pública del país, obligando a las instituciones a mirar y atender las demandas de un sector que había sido sistemáticamente invisibilizado en la toma de decisiones.

El sufragio femenino no fue una concesión gubernamental, sino el resultado de una histórica y persistente lucha social.

Un Legado en Evolución

A más de siete décadas de aquel logro, la conmemoración del voto femenino en México ya no solo evoca el derecho a elegir, sino que invita a reflexionar sobre la representación y la paridad de género actual.

Hoy, el desafío ha migrado de las urnas a los espacios de poder real, combatiendo la violencia política de género y garantizando que la voz de las mujeres siga definiendo el rumbo de la democracia mexicana.

El 17 de octubre no es solo una fecha en el calendario; es el recordatorio permanente de que la democracia está incompleta sin la participación equitativa de sus ciudadanas.

Referencia en la lista de bibliografía:

Instituto Nacional de Estudios Históricos de las Revoluciones de México. (2022). El voto de las mujeres en México. Secretaría de Cultura. inehrm.gob.mx
Cita dentro del texto (parentética):

(Instituto Nacional de Estudios Históricos de las Revoluciones de México [INEHRM], 2022)
Cita dentro del texto (narrativa):

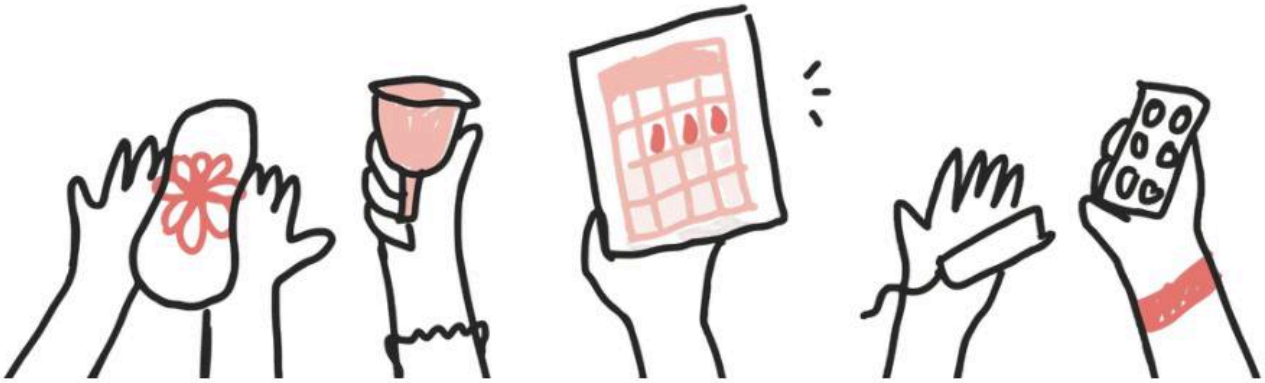
Según el Instituto Nacional de Estudios Históricos de las Revoluciones de México (INEHRM, 2022)...

ACCESO GRATUITO Y DIGNO

A PRODUCTOS DE HIGIENE FEMENINA HA LOGRADO AVANCES HISTÓRICOS CLAVE DURANTE 2026

El derecho a sangrar con dignidad: El año en que la menstruación se volvió ley

La menstruación ha dejado de ser un tabú para convertirse en un asunto de justicia social y salud pública en 2026. Tras años de activismo impulsado por colectivas, académicas y legisladoras, este año marca un punto de inflexión histórico en la lucha por la gratuidad y el acceso digno a productos de gestión menstrual. Lo que antes se consideraba un gasto individual y de "lujo", hoy se consolida como un derecho humano fundamental.



La caída de los impuestos: Más allá de la toalla tradicional

El beneficio fiscal de la tasa cero de IVA dio un salto cuántico. En una decisión sin precedentes, el mercado de productos sostenibles recibió un impulso definitivo. A partir de este año, artículos innovadores y ecológicos como los calzones absorbentes y los discos menstruales (tanto reutilizables como desechables) quedaron completamente exentos del 16% de IVA.

Esta medida no solo alivia el bolsillo de las familias, sino que democratiza el acceso a alternativas de largo plazo que reducen la huella ecológica.

De la periferia al texto constitucional

El cambio más profundo se vive en los congresos. El Congreso de la Ciudad de México hizo historia al elevar a rango constitucional el derecho a una menstruación digna. Con esta reforma a la Carta Magna local, el Estado ya no solo "sugiere" el apoyo, sino que queda obligado por ley a:

- Garantizar el abasto gratuito de insumos esenciales.
- Asegurar infraestructura urbana y escolar con agua limpia y saneamiento.
- Implementar programas de educación menstrual libres de estigmas.

A nivel federal, la batalla se mudó a la Ley General de Educación, con reformas destinadas a blindar los presupuestos escolares para que ninguna niña o adolescente falte a clases por no tener una toalla sanitaria.

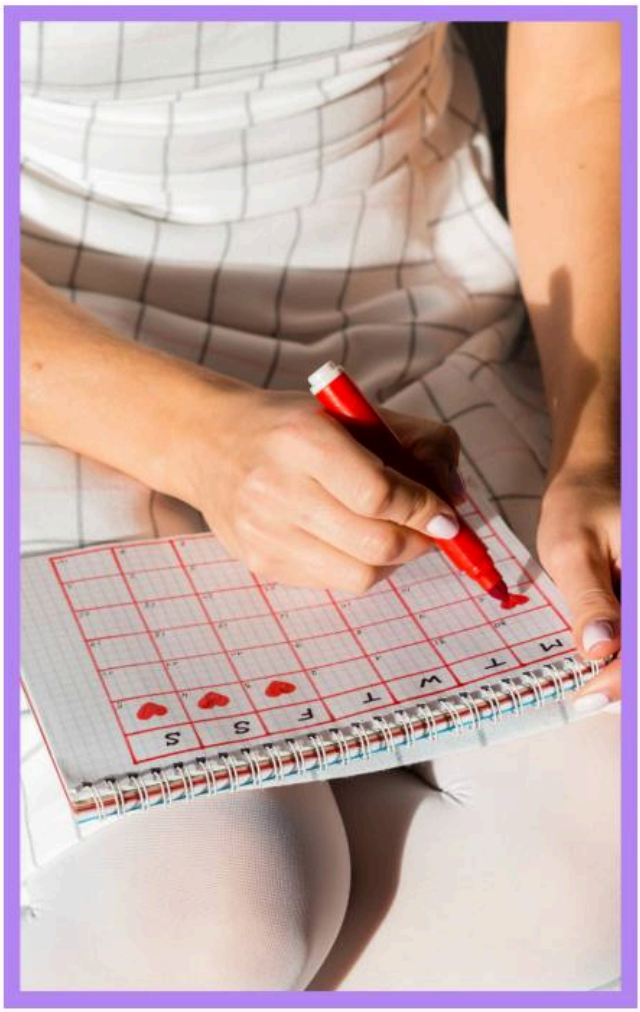
Las aulas como zonas de dignidad

El ausentismo escolar por motivos menstruales está siendo combatido con políticas públicas directas.

La **Estrategia Nacional por una Menstruación Digna** ya beneficia a más de **11 millones de estudiantes** de educación básica y media superior a través de la entrega regular de kits y talleres informativos.

A nivel estatal, las estrategias se adaptan a las necesidades regionales:

- **San Luis Potosí y Michoacán:** Han apostado por la sustentabilidad distribuyendo miles de **pantaletas menstruales y toallas lavables** en comunidades con alta marginación.
- **Jalisco y Cuautitlán Izcalli:** Mantienen programas escolares masivos como "Toalla Colectiva" para asegurar dispensadores siempre llenos en los planteles.



Solidaridad universitaria:

El tejido comunitario

La lucha no solo es vertical; late desde las bases.

El ejemplo más claro es el **"Toallatón"** de la UNAM, un movimiento estudiantil que ha logrado tapizar los baños de facultades y bachilleratos con dispensadores comunitarios bajo un lema que define la empatía de esta generación:

"Si necesitas una, toma; si te sobra una, dona"

El veredicto de 2026

Garantizar la gratuidad de los productos de higiene femenina no es un subsidio cualquiera: es nivelar la cancha de juego.

Menstruar no es opcional, y el acceso a la salud digna tampoco debería serlo.

El avance legislativo de este año demuestra que cuando la política escucha a la calle, la dignidad se convierte en ley.

Lista de Referencias (APA 7)

- Congreso de la Ciudad de México. (28 de mayo de 2026). Menstruación digna ya es un derecho constitucional en la CDMX. Coordinación de Comunicación Social.
- El Economista. (14 de octubre de 2025). Diputados añaden discos y calzones menstruales a la tasa cero del IVA. El Economista.
- Gobierno Municipal de Cuautitlán Izcalli. (16 de octubre de 2026). Cuautitlán Izcalli promueve la menstruación digna con productos gratuitos de higiene menstrual en escuelas. Dirección de Comunicación Social (DCS/161026/313).
- Organización de las Naciones Unidas en México. (29 de abril de 2026). Salud menstrual en escuelas de México: avances legislativos hacia la gratuidad de productos. ONU México.
- Ruelas, D. (6 de octubre de 2026). Kits menstruales gratuitos llegarán a comunidades con alta y muy alta marginación: DIF. El Sol de San Luis.
- Secretaría de Educación Pública & Secretaría de Salud. (6 de diciembre de 2025). SEP y Salud lanzan la Estrategia Nacional por una Menstruación Digna en la educación básica y media superior. Gobierno de México.

GUÍA ARI: MI PRIMER PERIODO MENSTRUAL

1. ¿QUÉ ES EL PERIODO?

- Ocurre una vez al mes.
- El cuerpo se prepara para un futuro.
- Dura de 3 a 7 días, usualmente.

2. PREPÁRATE Y MANTÉN LA CALMA

- Siempre ten a mano tu kit personal.
- Toallas sanitarias, tampones o copas.
- ¡Pide ayuda si no sabes usar algo!

3. HÁBLALO CON UN ADULTO

- Ellos te guiarán y apoyarán.
- Es importante tener alguien de confianza.
- ¡No tengas vergüenza, es normal!

4. CUIDADO Y BIENESTAR

- Mantén buena higiene (cambios frecuentes).
- Usa calor para aliviar cólicos.
- ¡Descansa e hidrátate bien!

THE OLYMPUS