

Voz.es

Creatividad y Comunicación

Mayo 2026

DIA DE LA MADRE EN MÉXICO

La realidad de 38 millones
de mujeres



ENTREVISTA CARA A CARA

Con Mel Whilelm Fonseca

“LA IA NO ES UN CAMBIO TECNOLÓGICO, ES UN CAMBIO CULTURAL”

DIRECTORIO

Dirección General

Ana María Ruiz Esparza
Guzmán

Dirección Editorial

Claudia Marcela González
de la Rosa

Coordinador Editorial

Ikuaclanetzi Cardona
González

Comunicación Digital

Omar Fernando Sandoval
Ruiz Esparza

Diseño y Creatividad

Marisol López Ruvalcaba

Colaboradores:

- Mel Whilelm Fonseca
- Judith García Rivas

 @Voz.es.mx

 @voz.es.mx

 @Voz.es.mx

 @VozesMx

NUESTRO EDITORIAL

Mayo ha llegado. Y con él, una sucesión de fechas que forman parte de nuestra identidad colectiva: el Día del Trabajo, el Día de la Santa Cruz, la conmemoración de la Batalla de Puebla, el Día de las Madres y el Día del Maestro. No es casualidad que lo nombremos con mayúscula. Mayo es, sin duda, un mes de celebraciones, pero también de reflexión. En Voz.es lo sabemos, y por ello este tercer número está dedicado a abordar, desde distintas perspectivas, los temas que dan sentido a esta temporada.

En el marco del Día del Trabajo, nos detenemos en una pregunta cada vez más presente: ¿qué es el burnout? Más allá de la definición, exploramos sus causas, sus efectos y las cifras que revelan cuántas personas lo padecen... o lo padecemos.

En la sección Mujer.es, a propósito del Día de las Madres, presentamos una radiografía de la maternidad en México: Un acercamiento necesario para dimensionar el papel fundamental que desempeñan las madres en nuestra sociedad.

La conversación central de este número, en nuestra sección Cara a Cara, nos lleva a uno de los temas más relevantes de nuestro tiempo: La Inteligencia Artificial. Mel Wilhelm nos guía con claridad a través de sus orígenes, implicaciones y alcances.

En el ámbito educativo, y en el contexto del Día del Maestro, Adriana Ochoa comparte su visión desde su responsabilidad como dirigente de la Sección Uno del SNTE y en nuestra sección de opinión, Judith García Rivas, CEO del Clúster de Capacitación, reflexiona sobre “El nuevo activo fijo de México”

En Voz.es Empresa abordamos un fenómeno preocupante: La piratería se adelanta al impacto económico del próximo Mundial de fútbol.

Este número también ofrece contenidos útiles para la vida cotidiana: desde recomendaciones frente a la ola de calor, hasta información sobre la esterilización de mascotas y la prevención de la hipertensión arterial. Porque informarse también es cuidarse.

Antes de comenzar, te recordamos que puedes seguirnos en nuestras redes sociales, donde encontrarás información actualizada y contenidos que amplían cada uno de los temas que aquí abordamos

¡Comenzamos!

Y recuerda siempre: ¡sé la voz, nunca el eco!

Dirección Editorial Voz.es

Voz.es

Creatividad y Comunicación

Comunicación estratégica para líderes y negocios

En Voz.es transformamos ideas en mensajes que generan impacto.

Somos una agencia de comunicación estratégica, marketing y creación de contenido para líderes, marcas y negocios que necesitan ser escuchados.

Creamos debates, entrevistas, noticias y contenido digital que posiciona, informa y construye autoridad en entornos clave.



**Marketing
Estratégico**



**Creación de
Contenido**



**Debates y
Entrevistas**

¿QUIENES SOMOS?



Ana María Ruiz Esparza Guzmán
Directora General de Voz.es

“Con la unión de nuestros talentos, el “nosotros” hará la diferencia” .



Marisol López Ruvalcaba
Directora de Diseño y Creatividad

“Un buen concepto comunica; un gran concepto conecta”.



Omar Fernando Sandoval Ruiz Esparza
Director de Comunicación Digital

“La mente creativa no se detiene; simplemente encuentra nuevos caminos”.

¿QUIENES SOMOS?



Ikuacianetzi Cardona González
Director de Alianzas Estratégicas

"Por construir puentes, contar historias y abrir espacios para que nuestras voces lleguen más lejos. Creamos alianzas que impulsan las ideas que importan".

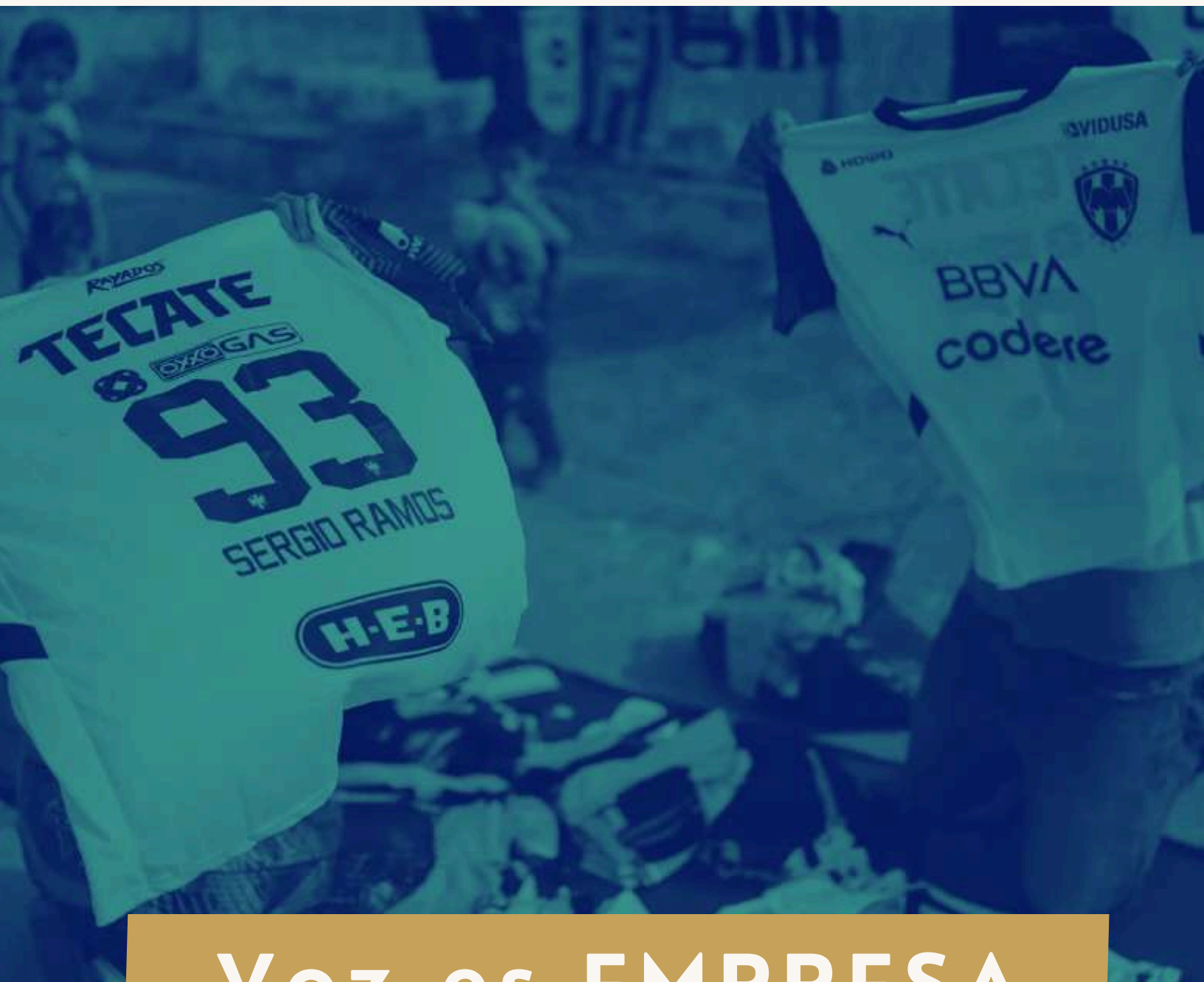


Claudia Marcela González de la Rosa
Directora de Contenido y Productos Estratégicos

"Cada día es una oportunidad para aprender algo nuevo y compartir ese conocimiento con el mundo, ¡así que hagamos de la información un compromiso diario!"

CONTENIDO

Voz.es EMPRESA: La piratería le gana el partido a México antes del “Mundial”	7
Voz.es TRABAJO: ¿Agobiados por el trabajo? Todo sobre el burnout en México.....	11
Voz.es NIÑEZ: ¡Calor extremo! La amenaza que seca a tus hijos sin que te des cuenta	15
Voz.es MUJER: “Día de las madres en México”	20
Voz.es CARA A CARA: La Inteligencia Artificial llegó para quedarse	25
Voz.es OPINAR: Talento Certificado “el nuevo activo fijo de México”, por Judith García Rivas	31
Voz.es SALUD: Hipertensión, el enemigo silencioso que mata	36
Voz.es MAGISTERIO: ¡Feliz día del maestro!	41
Voz.es TU MASCOTA: La esterilización de mascotas ayuda a evitar el abandono	44



Voz.es EMPRESA

LA PIRATERÍA LE GANA EL PARTIDO A
MÉXICO ANTES DEL MUNDIAL

El costo de entrar al juego formal:

- 8 trámites obligatorios.
- \$28,000 pesos solo para abrir.
- ISR: 25% a 30% de ingresos.
- IMSS: 20% de la nómina.

Es uno de los costos más altos de América Latina.

Costo del pirata: **Cero.**

Resultado: **Vende 50% a 70% más barato que la tienda con factura.**

De acuerdo a datos reunidos por **Expansión**, cifras de **Concanaco Servytur, Cidac y AmCham**, la piratería le cuesta al país **\$63,262 millones** de pesos al año.

Para dimensionar, El Mundial 2026 dejará una derrama estimada de **\$54,000 millones.**

La piratería ya se lleva más que todo el torneo.



A días de que ruede el balón en el **Mundial 2026**, las playeras apócrifas ya van ganando por goleada. Cuelgan en **cada tianguis, en cada puesto afuera del Metro y en miles de tiendas en línea.**

A principios de abril, el **IMPI** tiró **25 toneladas de mercancía** en un solo operativo en Tepito: **80,973 piezas** con logos de **FIFA, Adidas, Nike, Puma y Reebok.**

Los puestos volvieron a vender al día siguiente.

El problema no es de policías. Es de matemáticas.

En México, **ser informal sale más barato que ser legal.**



La FIFA registró 344 marcas ante el **IMPI**, desde **"Copa Mundial 2026"** hasta las mascotas. La ley contempla multas de hasta **\$29 millones de pesos** y penas de **3 a 10 años de cárcel**.

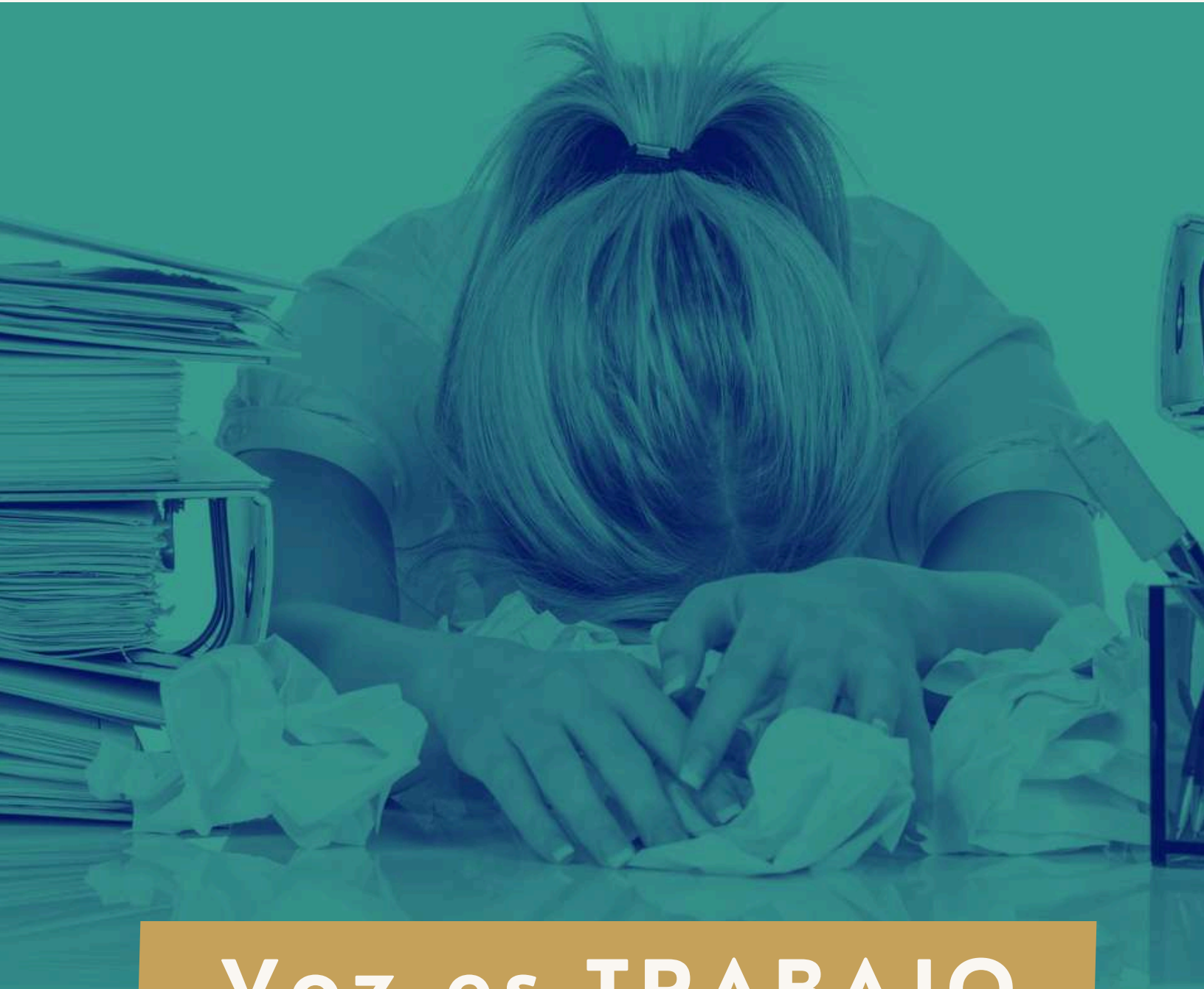
¿Por qué te debe importar?

- 1. Si tienes negocio textil o deportivo formal:** Tu competencia real son talleres sin nómina ni SAT. Te ganan 50% de margen por cada pieza.
- 2. Si eres marca registrada:** Cada jersey pirata es venta perdida y tu logo vale menos.
- 3. Para la economía:** Esos \$63,262 millones no pagan impuestos, no dan IMSS, no entran a la cadena formal. Aunque sí dan de comer a miles de familias.

Cinco millones de visitantes
llegarán al Mundial.

La pregunta no es si habrá operativos. La pregunta es: ¿a qué puesto le van a comprar?



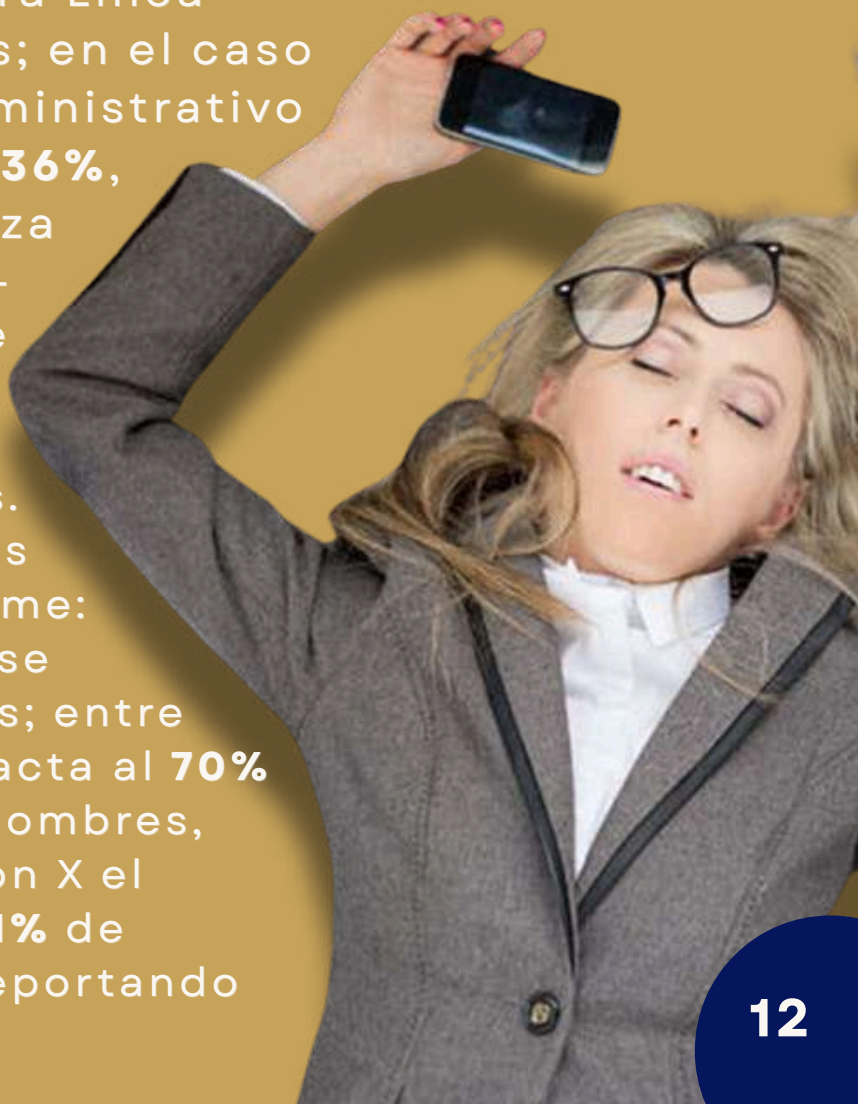


Voz.es TRABAJO

¿AGOBIADOS POR EL TRABAJO?
TODO SOBRE EL BURNOUT EN MÉXICO

En México, **siete de cada diez trabajadores** (70%) afirman haber experimentado burnout recientemente, mientras que **cuatro de cada diez** (40%) dicen sentir una presión constante en su trabajo y **uno de cada cuatro** (25%) reporta jornadas laborales largas o poco flexibles.

Pero, ¿qué es el burnout? Se trata del agotamiento laboral. De acuerdo al Barómetro de Talento de ManpowerGroup, sólo **36%** de los trabajadores mexicanos perciben niveles bajos o nulos de estrés laboral. Las cifras varían por tipo de puesto: El **33%** del Personal Esencial de Primera Línea reporta bajo nivel de estrés; en el caso del Personal Operativo, Administrativo y Profesional la cifra es de **36%**, y entre los directivos alcanza **37%**. Por género, las desigualdades se evidencian: **70%** de las mujeres reportan altos niveles de estrés laboral, frente al **60%** de los hombres. A nivel generacional, el estrés afecta de manera casi uniforme: **69%** de las y los Centennials se sienten altamente estresados; entre los Millennials, el estrés impacta al **70%** de las mujeres y **59%** de los hombres, mientras que en la Generación X el impacto es aún mayor, con **71%** de mujeres y **60%** de hombres reportando altos niveles de estrés.



José Luis Aguilera, director de **Talent Solutions Right Management**, informó que el primer paso para combatir el burnout, es **la desconexión del colaborador para establecer límites claros dentro de la cultura laboral**. Cuando las organizaciones evolucionan de una cultura basada en horas a una centrada en resultados, se genera **mayor autonomía, eficiencia y respeto por el tiempo personal**, combatiendo así las jornadas extensas y poco flexibles.

También es indispensable la inversión en bienestar organizacional, lo cual es hoy una necesidad estratégica, porque garantizar la salud mental de los empleados no solo protege a las personas, sostiene la productividad y construye organizaciones más resilientes. **“No hay productividad sostenible sin personas sin un buen balance de vida personal y laboral”**, agregó José Luis Aguilera.



El directivo subrayó que **la cultura laboral** debe **procurar generar espacios donde el talento se expanda, no donde se desgaste.**

Por lo tanto, el balance entre la vida personal y el trabajo debe verse como una estrategia de negocio, y las organizaciones que hacen del trabajo un entorno sostenible no solo cuidan a su gente: **forman equipos más productivos, innovadores y leales,** concluyó.



Pero cuéntanos, **tú ¿has experimentado burnout?, ¿disfrutas tu trabajo, o eres parte de la estadística con agotamiento laboral, y todas las formas en que se manifiesta?**



Voz.es NIÑEZ

CALOR EXTREMO:
LA AMENAZA QUE SECA A TUS HIJOS SIN
QUE TE DES CUENTA

Un niño juega en el parque. **Corre, ríe, suda.** No pide agua. No se queja. Pero cuando dice “**me duele la cabeza**”, ya perdió **3% de su peso en líquidos**; ya está deshidratado.

Las altas temperaturas no perdonan, y los niños son los primeros en caer.

¿POR QUÉ ELLOS SE SECAN MÁS RÁPIDO?

1. **Su termostato falla:** El cuerpo de un niño regula peor la temperatura. Suda más, se calienta más rápido.
2. **No tienen botón de “pausa”:** Juegan bajo el sol como si fueran invencibles. Entre más se mueven, más agua pierden.
3. **La sed llega tarde:** Cuando un niño dice “tengo sed”, su cuerpo ya lleva 1 hora pidiendo auxilio. Muchos ni lo dicen.

En un día de 38°C, un niño puede deshidratarse 2 veces más rápido que un adulto.



LAS 5 SEÑALES QUE GRITAN “¡AGUA!”

No esperes a que se desmaye. Si ves 2 o más de estas, actúa YA:

- **Boca seca, labios como lija.**
- **Pipí escasa y color “jugo de manzana”.**
- **Cansado e irritable sin razón.**
- **Llora... pero sin lágrimas.**
- **Mareo o “me duele la cabeza” después de jugar.**



EL KIT ANTI-DESHIDRATACIÓN: 5 REGLAS QUE SALVAN

1. AGUA ANTES DE LA SED

Regla 15-20: Unos sorbos de agua cada 15-20 min si está jugando. No esperes a que pida. La sed ya es deshidratación nivel 1.

2. FUERA REFRESCOS, HOLA FRUTA

Jugos de caja y refrescos = más azúcar = más deshidratación. El agua es reina. Y para “agua que se come”: sandía, melón, pepino, naranja. Hidratan y les encantan.

3. PROHIBIDO EL HORARIO HORNO

De 11:00 a 16:00 hrs el sol no perdona. Si salen, solo en sombra, con gorra y descansos cada 20 min.

4. VÍSTELO PARA EL DESIERTO

Ropa ligera, holgada y de colores claros. El negro y la ropa sintética son hornos portátiles.

5. ELECTROLITOS: SÍ, PERO NO SIEMPRE

Solo cuando hay: calor extremo + sudor excesivo, vómito, diarrea o boca muy seca. Reponen sales más rápido que el agua. No son bebida diaria.

No lo pienses si tu hijo:

- **No retiene ni el agua.**
- **Tiene fiebre alta.**
- **Está somnoliento o “ido”.**
- **Los síntomas empeoran en minutos.**

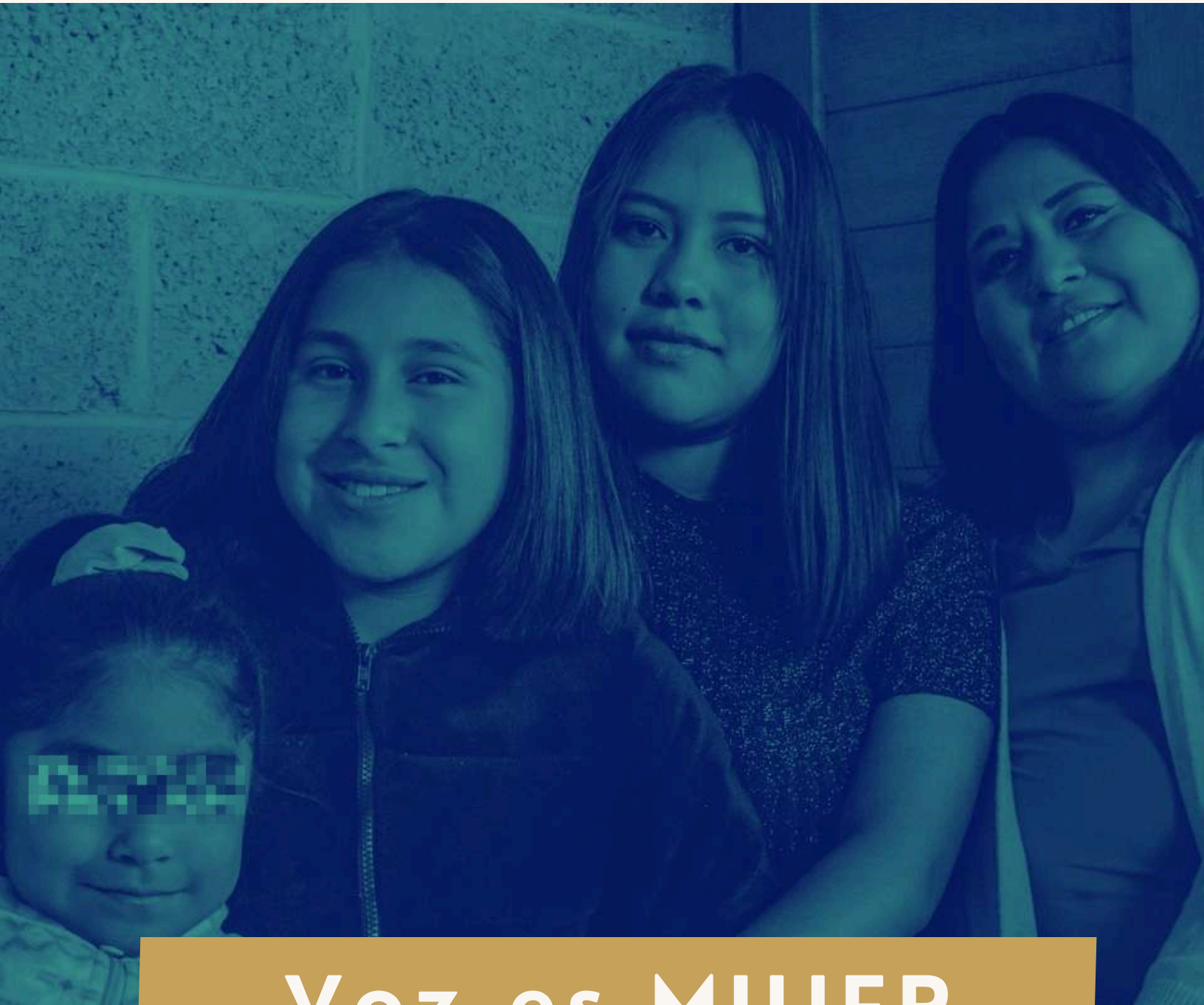
La deshidratación **avanza rápido**. En niños, una hora marca la diferencia.

Un niño deshidratado **pierde concentración, se irrita y baja su rendimiento escolar**. Y en verano, **7 de cada 10 casos** de urgencias pediátricas por calor pudieron evitarse con agua a tiempo.

Este calor no es juego. La hidratación tampoco.

Revisa su botella. Mira su pipí. Ofrece fruta. Es lo que separa un día de parque de una tarde en urgencias.





Voz.es MUJER

**DÍA DE LA MADRE EN MÉXICO: LA
REALIDAD DE 38 MILLONES DE MUJERES**

México es un país de madres. De los **64.5 millones** de mujeres que viven en el país, **38.4 millones son madres de 15 años y más.** Eso significa que **7 de cada 10** mujeres mexicanas tienen al menos un hijo.

El **60%** de ellas se concentra en solo **10 estados.** El **Estado de México** encabeza la lista con **5.3 millones de madres,** seguido por la **Ciudad de México con 2.8 millones** y **Jalisco con 2.4 millones.**



El **6%** de las adolescentes entre **15 y 19 años** ya son madres. En el grupo de **20 a 29 años**, la cifra sube a **44.9%**. Para los **40 a 49 años**, **9 de cada 10 mujeres ya experimentaron la maternidad**.

3 de cada 10 madres son jefas de hogar. En cuanto a su estado civil: **46.5% están casadas**, **20.5% viven en unión libre**, **12.0% son viudas**, **10.4% son solteras** y **7.5% están divorciadas**.

De las **38.4 millones de madres**, **17.3 millones** están ocupadas en el mercado laboral. De ellas:

- **64.4%** son subordinadas con sueldo.
- **26.9%** trabajan por cuenta propia.
- **5.3%** trabajan sin recibir pago.
- **3.5%** son empleadoras.

Esto refleja la doble y triple jornada: muchas madres combinan **empleo, cuidados y hogar**, y **1 de cada 4 tiene que autoemplearse para ajustar horarios con la crianza**.



Casi la mitad de las madres jóvenes de 15 a 24 años, 48.1%, solo alcanzó secundaria completa. Solo 6.7% de las madres entre 15 y 24 años logra seguir estudiando mientras cría. La maternidad temprana impacta directamente en las metas educativas.

Ser madre en México significa, para millones, sostener solas un hogar, trabajar sin prestaciones o sin pago, y dejar la escuela.

EL RETO SOCIAL NO ESTÁ EN EL FESTEJO DE UN DÍA, SINO EN GENERAR CONDICIONES PARA QUE CRIAR, ESTUDIAR Y TRABAJAR NO SEAN DECISIONES EXCLUYENTES.







Villa Cantares




Los privilegios
urbanos
en un ambiente
campestre

 PONIENTE DE AGUASCALIENTES
A SALIDA VILLA HIDALGO

 INFRAESTRUCTURA
HIDRÁULICA

 SERVICIO DE
CFE

 FIBRA
ÓPTICA

 A SOLO 10 MINUTOS
DEL CENTRO DE
AGUASCALIENTES



66
MENSUALIDADES
para tu comodidad



PREVENTA
PRECIOS ESPECIALES
por tiempo limitado



**ÚLTIMOS
TERRENOS**
aprovéchalos hoy

TERRENOS
desde **470** m²

AGENDA TU VISITA

 449 769 7348 |  449 467 2332



ENTREVISTA CARA A CARA

CON MEL WHILELM FONSECA



MEL WILHELM FONSECA

“La Inteligencia Artificial es un super poder de la Mejora Continua”

Mel Wilhelm Fonseca, ingeniero en electrónica, con maestría en planeación estratégica y doctorado en Alta Dirección, ha construido su trayectoria bajo la clara premisa de optimizar: **“Siempre estoy buscando la forma de hacer las actividades más rápidas y eficientes y he encontrado que la Inteligencia Artificial viene a ser un super poder para la mejora continua”**, afirma. Desde **Wilhelm Academy**, impulsa a las micro y medianas empresas **(MIPYMES)** a enfocar sus inversiones estratégicamente: **“que lo que vayan a invertir en el año realmente lo inviertan en donde agregue valor”**.

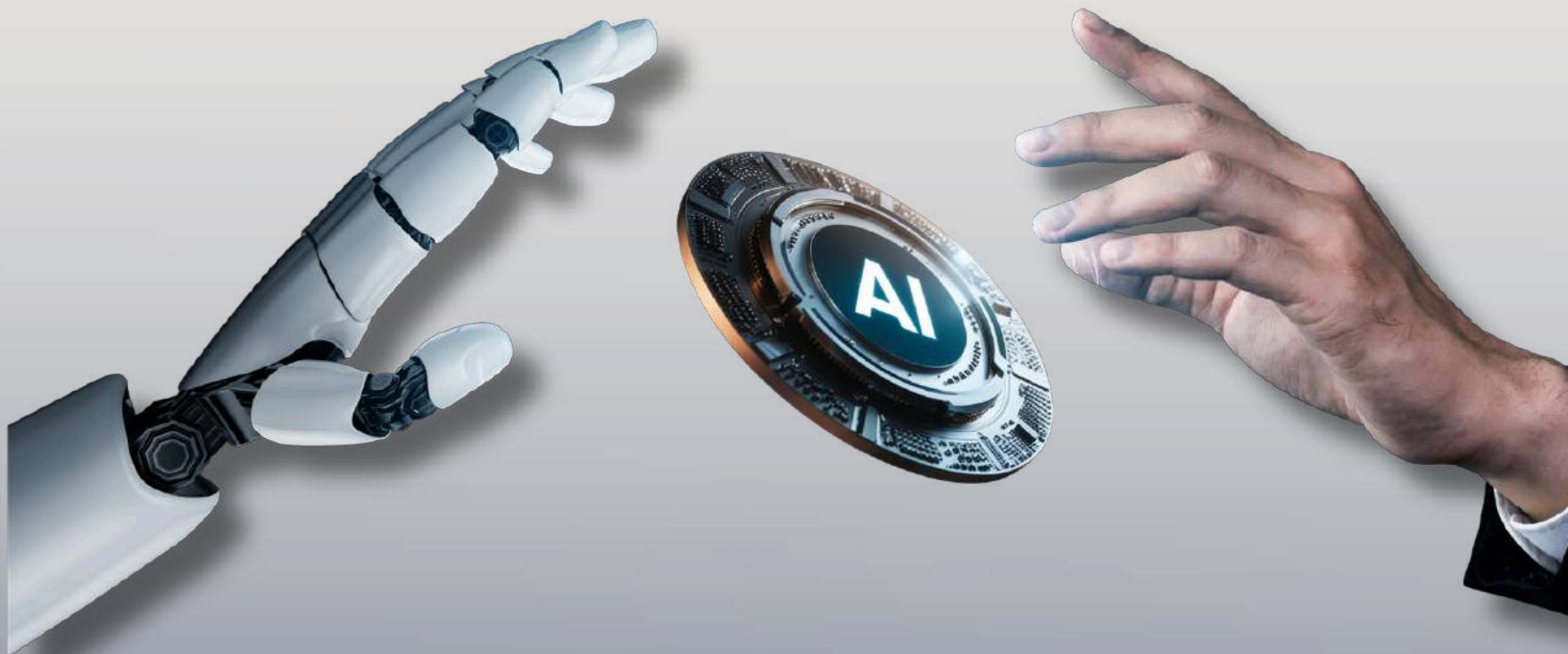
Además de liderar su empresa, Wilhelm encabeza el **Comité de Excelencia Operacional Industrial en la Cámara Nacional de la Industria de la Transformación (CANACINTRA)**, donde promueve estándares nacionales en **manufactura esbelta, Six Sigma y liderazgo**. Su visión de la inteligencia artificial parte de su evolución histórica: desde los años 60, cuando surgió la inquietud de hacer que las máquinas realizaran tareas humanas, hasta la actualidad con la llamada **IA generativa**.



La IA Generativa es lo de hoy

La IA generativa marca un parteaguas. A diferencia de modelos anteriores, ya no se limita a ejecutar instrucciones programadas, sino que **crea contenido nuevo: textos, imágenes, videos.** Sin embargo, Wilhelm advierte que muchos usuarios aún la utilizan como **“un Google avanzado”**, sin aprovechar su verdadero potencial.

También subraya **la importancia de la actualización de la información.** Recuerda cómo, hace apenas unos años, **las respuestas estaban limitadas a datos previos a 2021**, lo que evidenciaba la necesidad de herramientas más conectadas al presente. En ese sentido, menciona a **Perplexity** como una opción destacada para búsquedas actualizadas.



Hay 5 niveles de Inteligencia Artificial

Wilhelm propone una clasificación en **cinco niveles**. El primero incluye herramientas conversacionales como **ChatGPT o Gemini**. El segundo abarca **aplicaciones específicas para generar contenido**. El tercero corresponde a la automatización mediante plataformas como **Zapier o N8N**. El cuarto implica la **creación de soluciones personalizadas de IA**, y el quinto apunta hacia la **inteligencia artificial general**, aún en desarrollo, que busca emular el comportamiento humano.

¿Dónde entra el ser humano?

Aunque la IA ha ganado terreno incluso como consejero emocional, Wilhelm es claro: no sustituye la empatía humana. **“Tiene excelente memoria, pero definitivamente no va a considerar la empatía propia del ser humano”**. El valor humano radica en la interpretación, la creatividad y la toma de decisiones.



El criterio es y seguirá siendo humano, pero quien no adopte la IA se irá quedando atrás

La IA destaca por su **capacidad de análisis y acceso a información**, pero el criterio **sigue siendo humano**. En este nuevo entorno, algunas profesiones **cambiarán o desaparecerán**, especialmente en el ámbito administrativo o las muy especializadas, pero la mano de obra operativa **será la menos afectada**. En esta nueva forma de hacer las cosas **“Quien no adopte oportunamente la IA se irá quedando atrás”**, advierte.

“Lo que viene es un cambio cultural, no es un cambio tecnológico”

Más que una revolución tecnológica, Wilhelm considera que **se trata de un cambio cultural profundo**. La velocidad del avance es tal que **obliga a una adaptación inmediata**.



El prompt es muy importante

El experto enfatiza que el “prompt”, la forma de comunicarse con la IA, es clave para obtener resultados de calidad. Dar contexto, asignar roles, asignar claramente la tarea, delimitar la salida deseada y poner restricciones transforma completamente la respuesta.

La ética en la IA

Finalmente, aborda el tema ético. Para Wilhelm, el debate no es nuevo: así como un líder presenta el trabajo de su equipo, hoy puede apoyarse en agentes de IA. La diferencia radica en la validación y dirección humana del resultado. “El producto sí es generado con inteligencia, pero la calidad... está en la forma en cómo se lo pedí”.

Para profundizar sobre este tema y para conocer los tips que **Mel Wilhelm** comparte para facilitarles el camino a quienes quieran o tengan la necesidad de empezar a explorar el mundo de la **Inteligencia Artificial**, te invitamos a ver la entrevista completa en nuestro canal de Youtube **Voz es Mx**.



Voz.es OPINAR

TALENTO CERTIFICADO: EL NUEVO ACTIVO
FIJO DE MÉXICO ANTE LA EDUCACIÓN 4.0

POR: JUDITH GARCÍA RIVAS

En la economía actual, la competitividad de un país ya **no depende únicamente de su infraestructura física, su ubicación o su capacidad instalada.** Hoy, el verdadero valor estratégico está en **la calidad de su talento, en la pertinencia de su formación y, sobre todo, en su capacidad para demostrar competencias útiles en contextos reales.** Por ello, en México el talento certificado debe comenzar a ocupar el lugar que antes correspondía exclusivamente a los activos fijos tradicionales.

Este desafío llega en un momento decisivo. **La integración de México a cadenas productivas más complejas, junto con la automatización, la digitalización y la inteligencia artificial,** obliga a replantear la formación del capital humano. La discusión ya no debe centrarse solo en cuántos jóvenes ingresan o egresan de la educación media superior o universitaria, sino en **si concluyen su formación con competencias verificables y alineadas con las necesidades productivas del país.**

En este contexto, **la Educación 4.0** deja de ser una moda discursiva para convertirse en una necesidad estructural. Su sentido real no está en aparentar modernidad con herramientas tecnológicas aisladas, sino en **articular conocimiento, resolución de problemas, análisis de datos, experimentación, trabajo interdisciplinario y aprendizaje continuo.** Se trata de formar personas **capaces de aplicar lo que saben, adaptarse a entornos cambiantes y generar valor en sistemas productivos cada vez más exigentes.**

Bajo esta lógica, la certificación adquiere una relevancia inédita. Durante años, **el título universitario** fue considerado prueba suficiente de preparación. **Hoy eso ya no basta.** Las empresas requieren evidencia concreta de competencias. La certificación no debe verse como un complemento curricular, **sino como un mecanismo de validación del conocimiento aplicado.** Reduce incertidumbre para quien contrata, hace visible el valor profesional de quien trabaja y fortalece la confianza en la calidad del capital humano de un país.

Para México, esto tiene una implicación estratégica: **el talento debe asumirse como una infraestructura clave para el desarrollo.** Y, como toda infraestructura, necesita estándares, actualización, mantenimiento y mecanismos de aseguramiento de calidad. En otras palabras, **el talento también debe construirse con criterios de ingeniería institucional.**

Sin embargo, para avanzar en esa dirección no basta con hablar de innovación. **Es indispensable revisar el papel de los centros de formación profesional, que en muchos casos continúan privilegiando una enseñanza excesivamente teórica.** El resultado es la formación de egresados que conocen conceptos, pero no siempre dominan herramientas, procesos, entornos colaborativos o solución de problemas complejos.

Por eso, México **debe migrar hacia un modelo más científico, práctico y vinculado con la realidad productiva.** Esto no implica abandonar la formación humanista o el pensamiento crítico, sino integrarlos con **la investigación aplicada, el trabajo en laboratorio, el desarrollo de prototipos, la transferencia tecnológica y la solución de problemas industriales.** La nueva pertinencia educativa exige unir aula, taller, laboratorio y empresa.

También conviene cuestionar la idealización del emprendimiento como salida universal. Cuando no está respaldado por ciencia, innovación o tecnología sustantiva, **el emprendimiento corre el riesgo de convertirse en una narrativa vacía.** No todo proyecto se vuelve valioso por traducirse en una app. Emprender con sentido productivo **exige identificar problemas reales, diseñar soluciones viables, incorporar conocimiento especializado y generar valor diferenciador.**

Desde esta perspectiva, la certificación de competencias también eleva la conversación sobre empleabilidad, innovación y productividad. En la economía contemporánea, un ecosistema educativo basado en talento especializado, pertinente y comprobable **puede valer tanto como una instalación industrial o un activo financiero.** Lo que atrae inversión y sostiene la competitividad no es la promesa de talento, sino su existencia demostrable.

México tiene ante sí una oportunidad estratégica: **construir un modelo donde la educación media superior, la universidad, la formación técnica y la capacitación profesional se integren en rutas claras de especialización y actualización permanente.** En el siglo XXI, la ventaja duradera no está solo en la infraestructura física, sino en una reserva sólida de talento certificado, adaptable y en evolución continua.

Por eso, hablar de talento certificado no es una aspiración retórica, sino **una necesidad productiva, educativa y social.** La educación del futuro solo tendrá sentido si genera capacidades verificables. Cuando eso ocurra, el talento certificado se convertirá, en sentido estricto, en el nuevo activo fijo de México.

Si te interesa contactar al columnista, hazlo al WhatsApp 5550140320



Voz.es SALUD

HIPERTENSIÓN:
EL ENEMIGO SILENCIOSO QUE MATA

Según la **Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT)**, casi **30 por ciento** de la población adulta mexicana vive con hipertensión arterial, y **43 por ciento lo desconoce**.

Al desconocer que tienen el padecimiento, nunca se la monitorean, tampoco acuden al médico, y si lo hacen es porque la patología está avanzada; es ahí cuando se enteran de que son **hipertensos**, una afección que venía de años atrás.

Ensanut señala que en México la mayor prevalencia de hipertensión se registra en **la región central** y **los hombres presentan más riesgo de padecerla**, pues las mujeres hasta antes de la menopausia **están protegidas por los estrógenos**. Sin embargo, luego de esa etapa la situación se iguala, **incluso rebasan el porcentaje de personas hipertensas**.

La hipertensión arterial, enfermedad crónica silenciosa, es **la principal causa de muerte en el orbe**. **La Organización Mundial de la Salud** indica que uno de cada tres habitantes la padece, lo que implica que se trata de un problema de salud pública.



Con el propósito de contar con una alternativa terapéutica menos invasiva y confortable para el tratamiento de **la presión arterial alta** (hipertensión), en **la Facultad de Estudios Superiores Cuautitlán** desarrollan un **sistema transdérmico biodegradable elaborado con base en zeína (proteína del maíz)** para generar un arreglo de microagujas y un parche transdérmico cargados con **amlodipino** (fármaco antihipertensivo).

Los investigadores universitarios crean esta alternativa **ecológicamente amigable, más económica y eficiente, con mayor biodisponibilidad del fármaco y menos reacciones adversas, gracias a su biocompatibilidad, biodegradabilidad y capacidad para formar películas resistentes que controlan la liberación del fármaco,** explicaron **José Juan Escobar Chávez y Omar Rodrigo Guadarrama Escobar.**



Sistemas transdérmicos de esa entidad académica señalaron que se trata de dos formas farmacéuticas tópicas/transdérmicas: **un parche transdérmico y un arreglo de microagujas con polímeros biodegradables para administrar antihipertensivos.** No pretenden sustituir el suministro del medicamento, sino que el paciente **tenga mejor apego a su tratamiento de manera cómoda.** Por ejemplo, en una crisis hipertensiva se puede colocar en la piel para evitar las tomas tan continuas que sugiere la dosis oral y con ello **reducir el riesgo de los picos en la presión arterial que pudieran presentarse, producto de la falta de apego al tratamiento.**



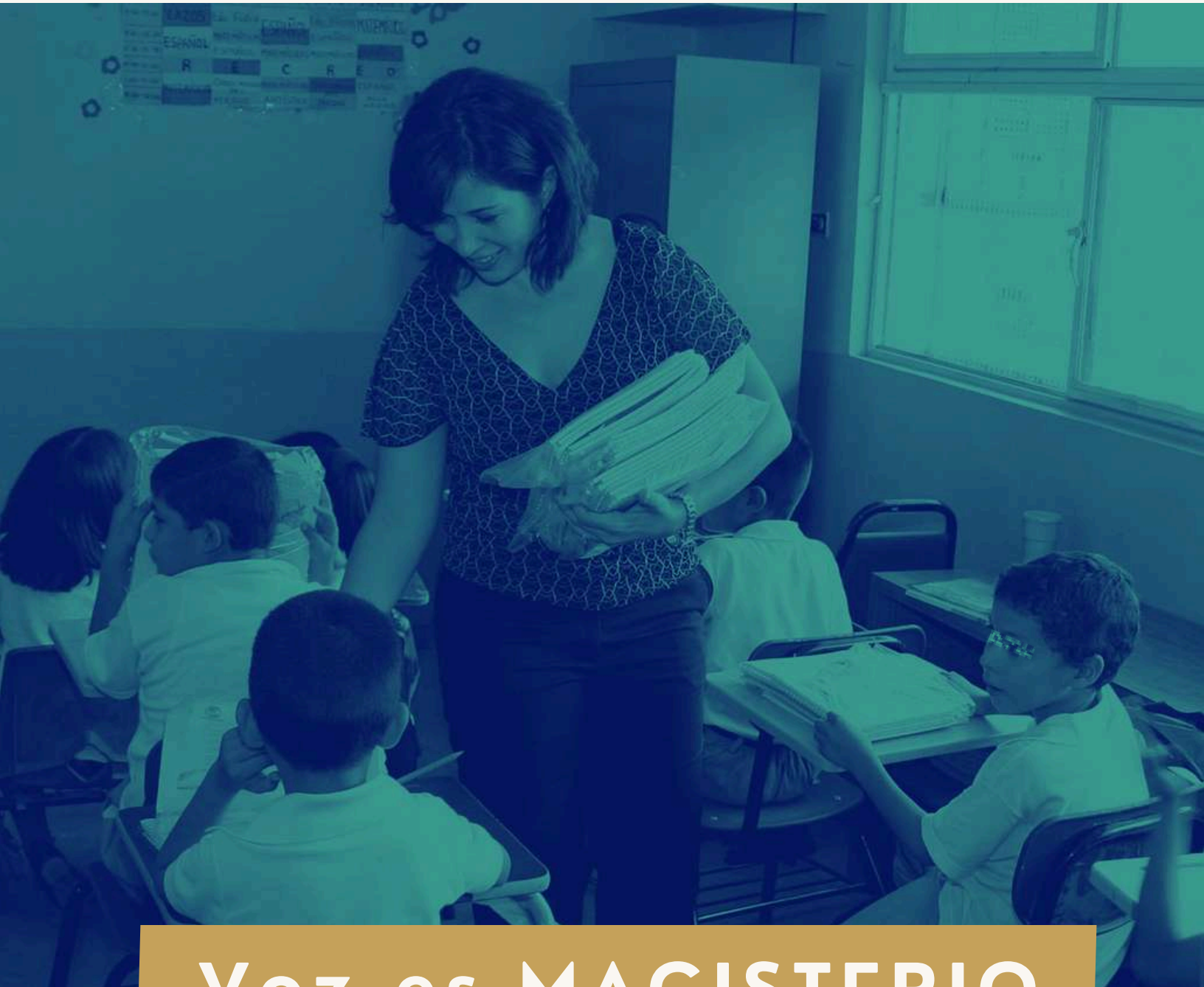
De acuerdo con **pruebas realizadas en especímenes de laboratorio**, se explicó que en cuanto se coloca el parche **se libera del polímero el fármaco de manera constante y prolongada**, y lo difunde a través de la epidermis hasta llegar al torrente sanguíneo, **lo que evita el metabolismo hepático y molestias gastrointestinales**.

José Juan Escobar comentó: **“sabemos que los fármacos curan una patología; sin embargo, tienen asociadas diferentes reacciones adversas”**.

El equipo de investigación ha realizado ensayos **físicos, mecánicos, químicos y biofarmacéuticos** para demostrar que los microarreglos y el parche tienen las características adecuadas de funcionamiento; además de las pruebas **en vivo** en modelo de laboratorio.

Los investigadores detallaron que esta innovación que forma parte del proyecto **PAPIIT IG 200726**, como cualquier sistema transdérmico, permeabiliza la piel a través de microagujas **(promotor químico de penetración transdérmica)** o parche que contienen el fármaco. Se pretende que la cantidad de este dure al menos una semana.





Voz.es MAGISTERIO

**¡FELIZ DÍA DEL MAESTRO Y LA MAESTRA!
ES TIEMPO DE MUJERES**

Adriana Ochoa es la **tercer mujer** que llega a la dirigencia del **SNTE**, después de **Silvia Luna Rodríguez y Juana Alicia Espinosa de los Montero Ortíz**.

Actualmente el **75%** del magisterio de Aguascalientes **está integrado por mujeres**, y existe una notoria diferencia en compromiso.

La mujer por naturaleza es más **entregada**, su defecto es que le da muchas vueltas a los asuntos, porque tienen ese sexto sentido de identificar cuando algo no les cuadra y se dejan guiar por la intuición, y el hombre no, es más directo, incluso hay quienes se van a la cantina, se echan un tequila y lo resuelven, y las mujeres, le dan vueltas y analizan los distintos escenarios que pueden ocurrir si se toma una y otra decisión, **“le damos muchas vueltas para aterrizar”**, señala Adriana en entrevista cuyos detalles los pueden encontrar en el próximo libro sobre el **sindicalismo magisterial**, que está por irse a la imprenta...



Pero, ¿qué hay del ETERNO MACHISMO?

Adriana Ochoa ha tenido que lidiar desde el día 1 al frente de la organización sindical, **con el machismo**, y evita al máximo caer en confrontaciones, aunque con frecuencia hay quienes desacreditan su trabajo **por el hecho de ser mujer.**

Pese a las provocaciones, evita engancharse en pleitos, pues no tiene tiempo de meterse en vidas ajenas y no es el perfil de persona que se deja llevar por las frustraciones, comenta.

“En el 99 por ciento de las veces les doy cachetada con guante blanco, porque la mayoría pretenden hacer que me enoje y que confronte”. Adriana, evita las confrontaciones y se dedica a trabajar, porque el trabajo mata la grilla, y aunque sostiene tajante que sabe trabajar, **reconoce que lo difícil es enfrentarse al machismo, con todas sus letras**, pues por el hecho de ser mujer, no se le valora igual que a un hombre.

La mujer es más juzgada, ella no se puede equivocar, el Secretario General hombre se puede equivocar cien veces y pasa desapercibido, pero la mujer no se puede equivocar porque es juzgada e incluso con más severidad por las mismas mujeres...





Voz.es TU MASCOTA

**LA ESTERILIZACIÓN DE MASCOTAS AYUDA A
EVITAR EL ABANDONO; TAMBIÉN LAS
PROTEGE DE ENFERMEDADES**

De acuerdo con el Índice de las **Mascotas Sin Hogar 2025 de Mars Petcare**, la población de gatos y perros que viven en situación de calle y marginación en distintas partes del país, ascendería a poco más de **27.9 millones en todo México**.

Esta alarmante cifra, **no solo reflejaría el gran sufrimiento** de los animales de compañía en nuestro país, quienes diariamente deben enfrentarse a **situaciones de hambre, enfermedad y la violencia** de la indiferencia humana, sino que, además, confirmaría la realidad de que en México cerca de **500 mil gatos y perros** cada año son abandonados, agravando una crisis de salud pública que afecta tanto a los animales como a los seres humanos.

Con esa cifra tan elevada, **México es el primer país latinoamericano en abandono de mascotas**.



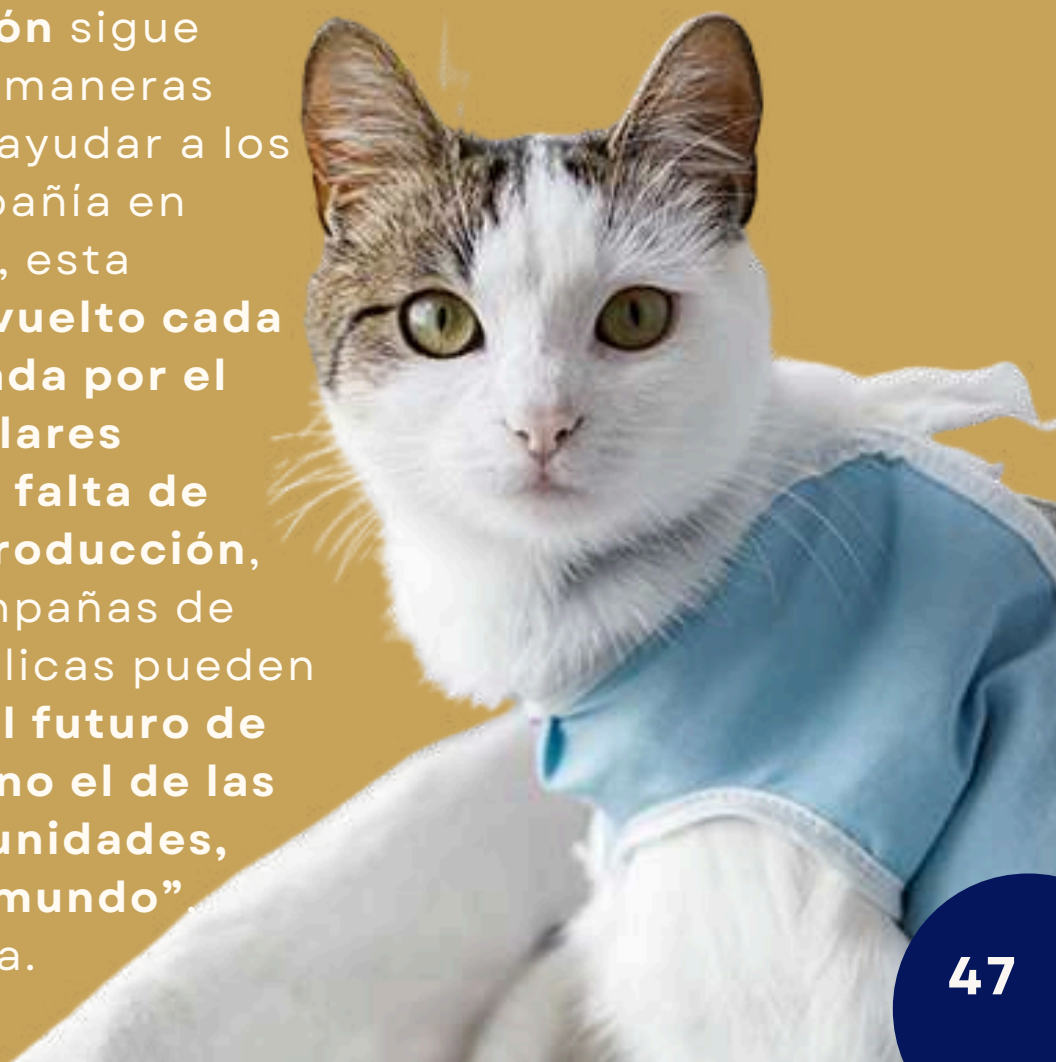
Las jornadas de esterilización, son la opción para poner un alto al acelerado crecimiento de la población de animalitos en **situación de calle**. Se estima que en siete años, la descendencia de un solo perro sin esterilizar puede alcanzar los **67 mil animales en ese periodo de tiempo** sin prevención y replicando el abandono de nuevos ejemplares, mientras que en gatos la cifra puede superar los **167 mil animales** considerando sus periodos de celo por año. Existen diversas agrupaciones animalistas quienes a través del trabajo coordinado, **impulsan campañas de esterilizaciones de perros y gatos**, demostrando su compromiso por cambiar la vida de las mascotas y el futuro de las comunidades, **llevando educación sobre cuidado animal a nuevos tutores y salud a las mascotas**.



Fabiola Rocha, MVZ y gerente de comunicación científica de **Royal Canin**, resalta algunos beneficios adicionales de la esterilización de mascotas, muchos de los cuales siguen siendo desconocidos para un gran número de tutores.

“La esterilización no solo beneficia a nuestras comunidades, sino que además beneficia directamente a nuestras mascotas, ya que este procedimiento puede disminuir el riesgo de que gatos y perros desarrollen cáncer de mama, útero o testículos, además de reducir la agresividad y el comportamiento territorial en machos, disminuyendo considerablemente las peleas, escapes, marcaje y ladridos excesivos, mejorando la convivencia con humanos y otras mascotas”.

Aunque la adopción sigue siendo una de las maneras más efectivas de ayudar a los animales de compañía en situación de calle, esta alternativa **se ha vuelto cada vez más complicada por el número de ejemplares abandonados y la falta de control en su reproducción**, por lo que las campañas de esterilización públicas pueden no solo **cambiar el futuro de gatos y perros, sino el de las familias, las comunidades, nuestro país y el mundo”** aseguró la experta.



Además de los servicios de vacunación y esterilización de mascotas que se ofrecen en diversas jornadas de esterilización, las organizaciones ofrecen servicios de atención veterinaria para revisar la condición de las mascotas asistentes, compartiendo consejos y recomendaciones a tutores de todas las edades para mejorar las condiciones de vida de sus animales de compañía.

Por ello, cada esterilización que se lleva a cabo suma, porque **con pequeñas acciones poco a poco vamos construyendo un mundo mejor para todas las mascotas y sus familias.**



Y tú, ¿ya esterilizaste a tu mascota?



Villa Cantares



Los privilegios
urbanos
en un ambiente
campestre

PONIENTE DE AGUASCALIENTES
A SALIDA VILLA HIDALGO

INFRAESTRUCTURA
HIDRÁULICA

SERVICIO DE
CFE

FIBRA
ÓPTICA

A SOLO 10 MINUTOS
DEL CENTRO DE
AGUASCALIENTES



66
MENSUALIDADES
para tu comodidad



PREVENTA
PRECIOS ESPECIALES
por tiempo limitado

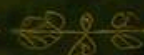


**ÚLTIMOS
TERRENOS**
aprovéchalos hoy

TERRENOS
desde **470** m²

AGENDA TU VISITA

449 769 7348 | 449 467 2332





Voz.es

Creatividad y Comunicación

Contáctanos



@Voz.es.mx



@voz.es.mx



@Voz.es.mx



@VozesMx