

¿Soft skills y un hobby? Aprende origami y conoce sus beneficios



¿Eres de las personas que utilizan su tiempo libre para desarrollar y mejorar sus habilidades? Si es así, el **origami** es para ti, en CONECTA te enseñamos las bases para empezar a practicarla.

*“El origami ayuda a desarrollar la **psicomotricidad fina**, la **concentración** y la **paciencia**”* compartió la profesora Gilda Carrera, tutora de **PrepaTec Ciudad Obregón**, conocedora del arte de la **papiroflexia**.

El **Origami** o **papiroflexia** es el **arte de plegar papel sin el uso de tijeras** o pegamento, con la finalidad de crear una figura en específico. Este arte suele considerarse **escultura de papel**.

*“A mí **me ayuda a relajarme**, especialmente si hago una pieza que ya he hecho anteriormente y otras veces me genera retos, cuando intento una pieza por primera vez”* añadió.

La tutora Gilda Carrera ha dado talleres de **Origami** a colaboradores y alumnos del Tec de Monterrey en campus Cd. Obregón, Guadalajara y región occidente, así cómo también a personas de la comunidad de Cajeme.



width="600" loading="lazy">

Origami para principiantes

Por eso, con ayuda de la profesora, te enseñaremos a realizar una de las figuras básicas de la **papiroflexia** en tan solo **cinco simples pasos**, para que lo pongas en práctica y desarrolles más tus habilidades.

En esta ocasión, estaremos haciendo un sencillo **marcador de página**, para el cual solo se necesita una pieza cuadrada de papel.

1. Para el primer paso, se marcan dos dobleces que cruzan el papel de forma diagonal.



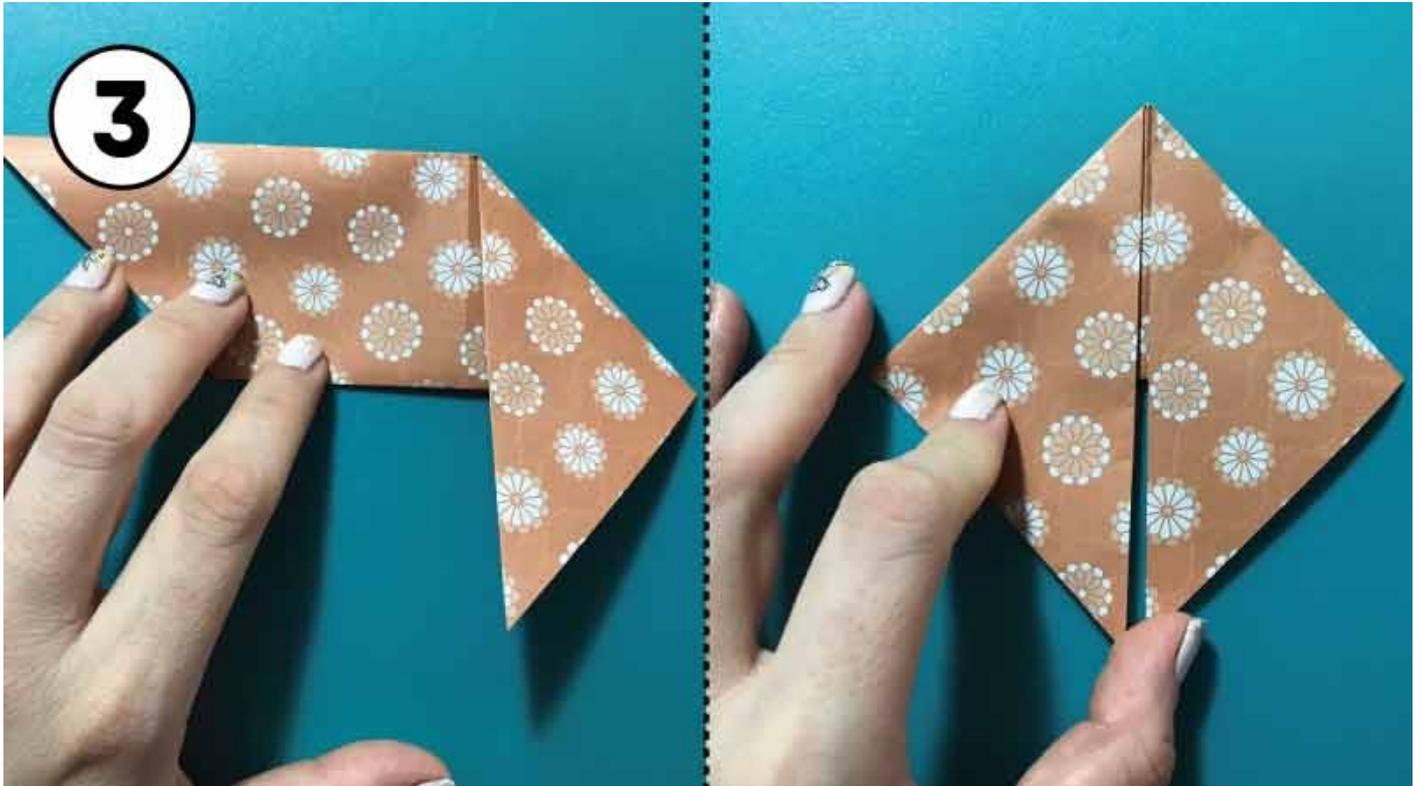
width="800" loading="lazy">

2. Después, se llevan dos esquinas opuestas al centro del cuadrado y se dobla la pieza a la mitad, de manera que los dobleces anteriores queden juntos.



width="800" loading="lazy">

3. Luego, el extremo derecho se dobla hacia abajo siguiendo la línea al centro de la figura como guía y se repite del lado izquierdo.



width="800" loading="lazy">

4. Una vez realizado el paso anterior, se gira la figura y se doblan hacia arriba los triángulos que salen detrás de la figura, esto para marcar el doblez.



width="800" loading="lazy">

5. Por último, se esconden dichos triángulos dentro de la figura y... ¡listo! tendrás tu primera figura de Origami.



width="800" loading="lazy">

Esta sencilla figura puede significar el **comienzo de un nuevo hábito** benéfico para tu vida diaria, ya que, el **origami** además de ser entretenido y decorativo, también trae **muchos beneficios** para tu **salud mental** y **tus habilidades**.

Origami + Soft Skills

Como lo mencionó anteriormente la profesora Gilda Carrera, la incorporación del **origami** o **papiroflexia** en tus actividades constantes, puede significar el **aumento** de tu **paciencia**, **concentración** y la **mejora de tu fina psicomotricidad**.

Este **arte** suele ser muy **benéfico** si es incorporado desde la **infancia**, ya que, si bien es bueno a cualquier edad, en la infancia existe una probabilidad más alta de que **la persona desarrolle coordinación** y **creatividad**, al igual que **mejore su capacidad de atención**, **autoestima** y **memoria**.

Con esto en mente, te recomendamos que **agregues** a la **papiroflexia** en tus **nuevos hobbies**, y que, si ya la practicas, lo sigas haciendo al saber todos los beneficios que esta trae a tu vida.

No te vayas sin leer: