

Taekwondo y educación: alumna Tec asesora a niños de casas hogares



Lograr que niños, niñas y jóvenes tengan un **bienestar educativo, físico y psicológico** ha sido desde los 16 años el objetivo de Ana Luisa Martínez Rosales, **Líder del Mañana en el Tecnológico de Monterrey**.

Ella estudia la **Licenciatura en Negocios Internacionales** en el [Tec campus Laguna](#) gracias al **apoyo académico del 100 %** otorgado por la institución con el apoyo de fundaciones, empresas, organizaciones no gubernamentales, particulares, gobierno y aliados educativos.

Su proyecto, *Cambiando a México*, promueve el **desarrollo integral** a través del **asesoramiento académico** y el **taekwondo**, arte marcial que promueve el bienestar físico y psicológico.

En entrevista con [CONNECTA](#), Ana Luisa comparte que el programa se ha llevado a casas hogares con el fin de reducir las **brechas educativas, sociales y económicas**.

“Me encanta ayudar y tengo los conocimientos (necesarios) para realizar proyectos que desarrollen un cambio y progreso en México, predicando con el ejemplo y generando una cadena de mejora”, dijo.



/> width="900" loading="lazy">

El camino de la alumna Tec

Desde la edad de ocho años, Ana Luisa empezó a practicar taekwondo y con el paso del tiempo se convirtió en **cinta negra**.

En esta disciplina, dice la alumna del Tec, *“a los alumnos **se les enseña respeto y disciplina**, se fomenta el autocontrol, la seguridad y confianza”*.

“También, se potencia el conocimiento del cuerpo, aumentan las habilidades para realizar cualquier actividad, incrementa la flexibilidad, estimula la concentración, entre otros beneficios”, agrega.

De esta forma, Ana Luisa tuvo la idea de **emprender un proyecto social** para compartir y **enseñar taekwondo** en casas hogares; sin embargo, en estos espacios se dio cuenta de que muchos infantes tenían **retraso escolar**.

Por ello, se convenció de que debía brindarles *“una semillita más”* y se dio a la tarea de **desarrollar un modelo** en el cual hubiera un balance entre lo académico y lo deportivo.

“Me encanta ayudar y tengo los conocimientos (necesarios) para realizar proyectos que desarrollen un cambio y progreso en México”.

Nace Cambiando a México

La Líder del Mañana creó *Cambiando a México* una **metodología que destina tiempo al tema educativo y deportivo** con el apoyo de miembros de la comunidad y estudiantes voluntarios.

Según explicó, se brinda **una hora y media de asesoría académica** y el mismo tiempo a la **práctica de taekwondo**.

Pero no solo eso, pues en ocasiones se presentan **pláticas sobre temas de interés y formativos** con la ayuda de expertos; se dedica tiempo a **actividades recreativas** que fortalezcan la memoria y la capacidad psicomotriz y por último se realizan **pláticas motivacionales**.

Cambiando México tiene **casi dos años en marcha** y a lo largo de ese tiempo ha impactado a más de 100 niños y niñas académicamente y más de 200 deportivamente.

Ana Luisa se convierte en Líder del Mañana

Ana Luisa no sabía sobre el programa Líderes del Mañana, pero un día en un **noticiero** vio cómo ocho jóvenes se hicieron acreedores al programa que otorga el **100 % de beca en el Tec de Monterrey**.

En ese momento, asegura, creyó que no era real, mas esa nota **despertó su curiosidad** y buscó más información al respecto, lo que la llevó a conocer el **proceso de postulación**.

Así, pasó por inició la **preselección**, presentó el examen de admisión, respondió un estudio socioeconómico, contestó cuestionarios y **finalmente envió un video** con su trayectoria.

“Al principio fue un proceso complicado ya que estaba nerviosa; sin embargo, siempre confíe en mí y tenía mucha seguridad de lo que estaba haciendo. Mi esfuerzo de años se vería reflejado en el proceso”, menciona.

“Leer que había sido seleccionada como Líder del Mañana ha sido lo mejor que me ha pasado en la vida”.

Después, Ana recuerda que recibió una llamada telefónica en la que le dijeron que había un **último requisito**: exponer su proyecto a directivos y colaboradores acompañada de sus papás.

Sin embargo, todo fue **una excusa**, pues al terminar la exposición y pedirle que leyera unas preguntas en una pantalla apareció el mensaje: *“El programa ha decidido otorgarte la Beca Líder del Mañana. **Bienvenida al Tecnológico de Monterrey**”*,

*“Leerlo ha sido lo mejor que me ha pasado en mi vida, mi yo de pequeña nunca se hubiera imaginado estudiar en esta institución. Yo estaba llorando junto con mi madre y mi papá quedó sorprendido. Llegaron todos los colaboradores a felicitarme. **¡No lo podía creer!**”*

Ana agradece a su familia que la acompañó durante todo el proceso y a **Isabel Barraza, encargada de Becas**, ya que siempre estuvo en disposición de ayudarla con sus dudas.

Hasta el día de hoy, la alumna del Tec se siente muy **emocionada** de haber cumplido con una gran meta que se propuso y que el **sueño** que en algún momento llegó a pensar que era inalcanzable se volvió real.

*“Ser líder del mañana **es romper estereotipos**, demostrando que, aunque no tengamos los suficientes recursos económicos, podemos salir adelante y lograr grandes cosas”.*

Los objetivos de la estudiante

Ana cursa el segundo semestre de **Negocios Internacionales**. Dice que su carrera le ha ayudado a **ampliar sus conocimientos y horizontes**, permitiéndole estar más enfocada, con metas y objetivos claros.

Asegura que **escogió esa licenciatura** para *“poner en alto el nombre de nuestro país, **impulsar la economía**, ayudar a empresas nacionales a competir en el ámbito internacional, generar nuevas fuentes de empleo y producir bienes y servicios innovadores”.*

Hasta ahora, lo que más le ha gustado de formar parte de la **comunidad Tec** *“son las personas que he conocido en el camino, ya que **hay un gran recibimiento** por parte de la institución, compañeros, maestros, colaboradores y directivos”.*

SEGURAMENTE TAMBIÉN QUERRÁS LEER: