

# PrepaTec y MODERS trabajan por la esperanza hacia el futuro



Para entender cómo conectar y formar a sus hijos en la nueva era, **PrepaTec** y la plataforma **MODERS**, reunieron a mamás de estudiantes en un evento con temas que marcan agenda hoy en día con la pandemia en curso.

En el evento, se contó con la presencia de Lorena Guillé, egresada del [Tecnológico de Monterrey](#) y presidenta de Fundación FEMSA; Martha Debayle, comunicadora, empresaria, fundadora y ceo de MMK; Sissi Cancino, directora de MODERS y Coautora de Which Side of History y el Dr. en Neurociencias Eduardo Calixto.

**MODERS** es la iniciativa que busca fortalecer el papel de las madres de familia como ejes de cambio social a través de charlas con expertos en diferentes temas.

## SPEAKERS

### LA LECCIÓN DEL 2020

CON:

**MARTHA DEBAYLE**

COMUNICADORA, EMPRESARIA,  
FUNDADORA Y CEO DE MMK



### AMAR BIEN

CON:

**LORENA GUILLÉ**

EXATEC Y DIRECTORA  
DE FUNDACIÓN FEMSA



### TECNOLOGÍA, NOS SALVA Y NOS ATRAPA

CON:

**SISSI CANCINO**

DIRECTORA DE MODERS,  
COAUTORA DE WHICH SIDE OF  
HISTORY



### CEREBRO EN PANDEMIA, ¿QUÉ LE PASÓ?

CON:

**DR. EDUARDO CALIXTO**

DR. EN NEUROCIENCIAS, POST  
DOCTORADO EN FISIOLÓGIA  
CEREBRAL, AUTOR DE "PERFECTO  
CEREBRO IMPERFECTO"



width="900" loading="lazy">

Durante la bienvenida, el **Dr. Pedro Luis Grasa Soler**, vicepresidente de **PrepaTec y Desarrollo Regional**, agradeció a las madres y padres de familia conectados por el interés en la formación de sus hijos.

*“Me da mucho gusto ver en esta pantalla a muchos papás y muchas mamás conectadas, eso quiere decir que todos ustedes están ocupados en acompañar a sus hijos e hijas en este momento tan importante en su vida, de ustedes y de sus hijos,*

*“Sabemos que la elección de su preparatoria es parte de este momento que están viviendo y que sin lugar a dudas, **esta decisión será determinante en el futuro**”.*

Además, explicó el compromiso de la institución de **brindar herramientas y estrategias** no solo a los estudiantes sino a los padres de familia para afrontar los retos de un futuro con mucha incertidumbre.

*“Todos tenemos que enfrentar estos cambios para crear este futuro diferente y es ahí donde nosotros como Tec consideramos que **los jóvenes son el futuro del mundo**,*

*“Y en ese futuro todos se tienen que preparar no solamente con esas habilidades y competencias que la PrepaTec te da, sino para ese futuro que es incierto, y es muy importante que todos asumamos nuestra responsabilidad con resiliencia”.*

**El cerebro en la pandemia**

El **Dr. en Neurociencias, Eduardo Calixto** fue uno de los ponentes, quien a través de su charla invitó a los presentes a realizar un análisis de todo lo que su cerebro ha vivido durante la pandemia y cómo cambiar los pensamientos negativos por positivos.

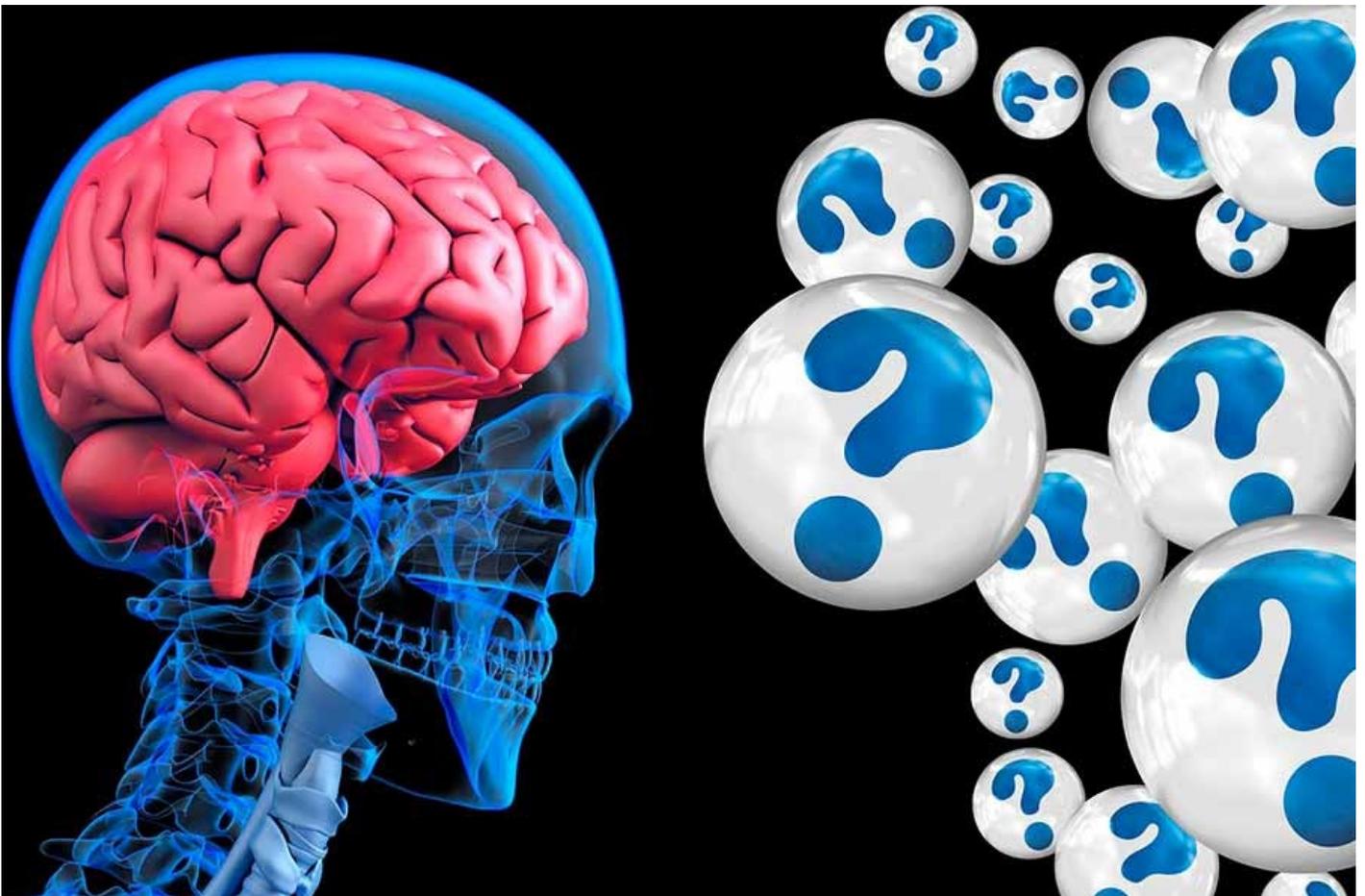
*“Todos hemos estado involucrados en situaciones complicadas, hemos sido testigos de una situación que no habíamos visto como especie, como humanidad,*

*“Nos estamos enfrentando como especie a una información, a una serie de eventos, noticias, situaciones que han generado que nos preocupen ciertas condiciones, que estemos haciendo otras en función de estar mejor y muchas más que nos mantienen con miedo, pensativos”.*

El cerebro, explicó el doctor, es un órgano de **86 mil millones de neuronas**, capaces de generar aprox 48 pensamientos por min, 2 mil 680 pensamientos por hora y 46 mil pensamientos en un día, **podemos tomar 2 mil 160 decisiones al día**, estas pueden ser buenas o malas, y tal vez hace dos años no nos hubiéramos enfrentado a este proceso.

*“Nos estamos enfrentando a situaciones de estrés como nunca antes las habíamos vivido, tenemos que empezar a recuperar la confianza y disminuir el cortisol, no nos apresuremos a tomar decisiones,*

*“**Nuestro cerebro es más grande que nuestros problemas**, pero hay que recordar que le podemos ayudar haciendo cosas que desaten su funcionamiento, sonriamos más, dile a alguien que lo quieres, aumenta los niveles de oxitocina”, aseguró.*



width="900" loading="lazy">

## Tecnología, nos salva y nos atrapa

Posteriormente, **Sissi Cancino, fundadora de MODERS**, abordó los retos y las oportunidades de la tecnología en las nuevas generaciones, cómo la perciben, cómo conviven con ella, cómo deben adaptarse a esta nueva era, cómo la tecnología nos salva y nos atrapa.

*“Estamos formando generaciones que ya nacieron con la tecnología, ¿es posible darle la vuelta a esta realidad que vivimos en la que estamos enganchados con los dispositivos?”*

*“Es una tarea nada sencilla, pero nosotros los adultos responsables somos lo que podemos definir si la tecnología nos une o nos separa”.*

Durante su conferencia, compartió los **cinco aprendizajes y estrategias** para usar la tecnología a nuestro favor.

### **1. Priorizar la calidad de lo que ven frente a la cantidad de horas que están frente a las pantallas**

Supervisa lo que hay en su pantalla, que la pantalla no afecte su comida, horas de sueño y espacios de socialización con la familia.

### **2. Abrazar la `cultura CO´ de conectar, de compartir**

Implica más tiempo, esfuerzo, pero **sobre todo voluntad de conectar con nuestros hijos**, encontrar momentos para jugar a través de la tecnología.

*“Hay una lección increíble, siempre es mejor juntos”.*

### **3. Podemos impulsar la tecnología para que sea una herramienta que impulse la imaginación, la curiosidad y le dé sentido a nuestras voces y de nuestros hijos**

En un dispositivo podemos recrear un viaje en el tiempo, visitar otro lugar, ver una lluvia de estrellas, hay miles de cosas que podemos hacer y nos permite seguir trabajando en aumentar su curiosidad y que su imaginación no tenga límites.

### **4. Seguridad y límites son la base no variable y no negociable en la tecnología**

Es importante tener una conversación con nuestros hijos sobre la **huella digital** y los riesgos que implica cada una de sus acciones en el día a día porque forma una huella que los va a **marcar para siempre**.

- Cada casa establece sus códigos y acuerdos, pero contenidos y entornos adecuados para cada edad son fundamentales,
- Los dispositivos se usan, se cargan y duermen en áreas sociales jamás en nuestros cuartos. Para ellos y para nosotros.

- Aprender a comportarnos en el mundo virtual bajo los mismos principios de educación, respeto y ética que en el mundo real.

**“Lo privado no es público, y ahí un tema que les tenemos que tatuar a nuestros hijos”.**

### **5.La tecnología sin propósito no sirve para nada**

*“Somos nosotros los seres humanos quienes les damos un propósito, un uso y camino, hoy tenemos la posibilidad de involucrar la tecnología en la vida de nuestros hijos con responsabilidad, dándole significado, propósito y usando las fortalezas y beneficios que nos da a nosotros y a ellos”.*



width="900" loading="lazy">

### **Amar bien**

Por su parte, **Lorena Guillé, egresada Tec y presidenta de Fundación FEMSA**, compartió una serie de herramientas para enfrentar esta era de la ansiedad que estamos viviendo por la pandemia en curso a través de la **brújula ABBS**.

*“Esta brújula parte de una frase que me marcó hace 22 años, **“Amar es buscar el bien del otro en cuanto al otro”**,*

*“Porque el amor eso lo único que cuando dejas de crecer a lo alto, creces a los lados, te ensancha el corazón”, enfatizó.*

## **Las lecciones del 2020**

Para cerrar con broche de oro el evento, **Martha Debayle**, compartió las lecciones del 2020 y cómo los seres humanos hemos sido resilientes ante todos estos acontecimientos que ha traído consigo la pandemia.

*“A lo largo de este año han sido ejemplo de inspiración para sacar lo mejor de cada situación, si nos damos cuenta estamos cumpliendo el mes número once de esta pandemia,*

*“El 14 de marzo fue cuando la gran mayoría de nosotros nos metimos a nuestra casa, ¿Qué estábamos pensando y sintiendo ese 14 de marzo?, no teníamos idea de lo que nos esperaba los próximos 12 meses”.*

Además compartió con los padres de familia, herramientas para salir adelante y sacar lo mejor de cada situación en este 2021.

*“Estos 11 meses nos hemos probado lo fuerte que somos, no sabíamos cómo lo íbamos a hacer,*

*“No se les olvide que lo más importante es que somos más fuertes de lo que creemos, **nunca duden que tiene lo que se requiere para manejar lo que se viene**”, concluyó.*

**SEGURO QUERRÁS LEER TAMBIÉN:**