



EcoSaber

EDITORIAL DE IDENTIDAD Y CIENCIA COMUNITARIA



TLÁHUAC

IEMS TLÁHUAC 1
JOSÉ MARÍA MORELOS Y PAVÓN

Orgullo
TLÁHUAC



Desde
TLÁHUAC
para el
MUNDO



CIENCIA



CULTURA



ARTE



Lo local
también es
inspiración
global



BIENVENIDOS
A TLÁHUAC

ecoSaber

CIENCIA • CULTURA • ARTE



¡Tu voz también transforma! ¡

Publica tu artículo en la revista de tu comunidad.

CONVOCATORIA ABIERTA Y PERMANENTE

¿TIENES ALGO QUE DECIR?

¡ESCRÍBELO!

1

ELIGE

Ciencia, Cultura
o Arte.

2

ESCRIBE

De 26 a 66 líneas
de texto.

3

ENVÍA

A nuestro correo
o por el sitio.

ESCRIBE • CREA • COMPARTE

atencion.ecosaber@gmail.com

ecosaber.com

ESCRIBE • CREA • COMPARTE

¡TU ARTÍCULO PUEDE
SER EL PRÓXIMO!



SOMOS
IDEAS EN
CREACIÓN

¿Te has preguntado qué tan peligroso es manejar un auto de Fórmula 1? ¿Por qué tiembla el 19 de septiembre, justo ese día? Preguntas como estas son las que mueven esta nueva edición de EcoSaber, escrita por estudiantes como tú.

Acompaña a Gabriel López Muñoz en «Accidentes que cambiaron la Fórmula 1»: la historia de cómo evolucionó una de las categorías más exigentes del automovilismo y de la calidad casi sobrehumana que les pide a sus pilotos. Duele leer algunas de esas historias, pero también sorprende todo lo que el cuerpo humano alcanza a hacer en una fracción de segundo. ¿Alguna vez estuviste a punto de chocar caminando, corriendo o en bicicleta, y reaccionaste sin pensarlo? Esa misma reacción, a más de 300 km/h, es la que separa un susto de una tragedia.

Después recorrerás con nosotros los escombros de tres de los sismos más catastróficos de nuestra historia. Hostin Jesús Cabrera Díaz se pregunta: ¿cómo es que puede temblar en la misma fecha más de una vez? ¿Es coincidencia o hay un patrón detrás?

Pero septiembre no es solo tragedia. Con Merly Yunuen volvemos a vivir algunos de los mejores momentos del 15 de septiembre, dentro y fuera del plantel. Y dedicamos también un espacio a los 43 estudiantes de Ayotzinapa que salieron a conseguir unos autobuses y

nunca volvieron a clase: doce años después sus lugares siguen vacíos, y recordarlos desde otra escuela es lo mínimo que podemos hacer.

Revisa nuestras convocatorias, porque tenemos nuevas y muy divertidas. Queremos que sigan participando en las de siempre y agradecemos cada artículo que nos llega. EcoSaber crece contigo.

POR: OSCAR EMMANUEL LÓPEZ DE SANTIAGO.

Director editorial de EcoSaber

ECOSABER

Director editorial. | Oscar Emmanuel López de Santiago.

Presidenta de relaciones. | Vanessa Trujillo García.

Jefa de diseño. | Merly Yunuen

Jefe de redacción. | Luis Fernando Chávez Quintanilla.

Jefe de logística. | Hostin Jesús Cabrera Díaz.

Editor. | Carlos Eduardo Resendiz Martínez.



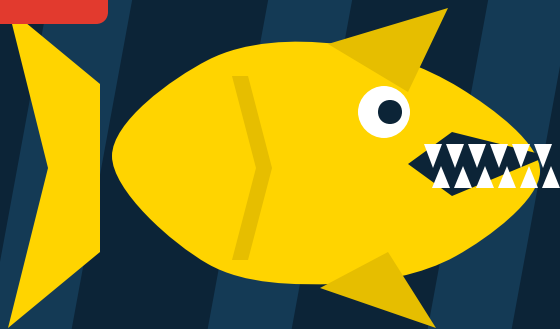
Las publicaciones firmadas en esta y cualquier edición de EcoSaber son responsabilidad de las personas autoras y no reflejan necesariamente el punto de vista del Instituto de la Juventud, ni del Instituto de Educación Media Superior de la Ciudad de México, ni de la editorial misma. Esta es una publicación mensual realizada por la colectividad Nexa Juvenil Tláhuac, registrada ante el INJUVE quien nos ha proporcionado los recursos para poder llevar a cabo la producción de la revista.

Si tiene alguna duda o queja puede contactar con la editorial por medio de atencion.ecosaber@gmail.com o direccioneditorial.ecosaber@gmail.com o también al +52 5665157752.

CONVOCATORIA DEPORTIVA

COPA PIRAÑA

2026



FÚTBOL 4



BÁSQUETBOL



VOLIBOL

Rama femenil y varonil · Sistema escolar y semiescolar

REGISTRO HASTA EL VIERNES 9 DE OCTUBRE

Equipos de 4 (portero + 3).
Ningún jugador en dos equipos.
Capitán o representante obligatorio.

Short y playera del mismo color.
Tenis y espinilleras obligatorios.
Cambios ilimitados · lleva balón de sala.

Confirma con los profesores Luis Enrique Guerrero Cisneros (cub. 58)
y Luis Octavio Rojas Téllez (cub. 57). Sin confirmación, no hay equipo.

#CopaPiraña2026 #IEMSTláhuac1 #DeporteIEMS

CONTENIDO

EcoSaber · Número de septiembre 2026

■ EN PERSPECTIVA Y AVISOS

En perspectiva — editorial	1
Copa Piraña 2026: convocatoria deportiva	2
El podcast de EcoSaber: próximamente	4
Club de Lectura «Mariposas Amarillas»	23
Reuniones con madres y padres de familia	24

■ ¿CÓMO SABEMOS?

Accidentes que cambiaron la F1	5
El mito del 19 de septiembre	7

■ CULTURA SOBRE RUEDAS

Lo que sí pasó el 15 de septiembre	9
La pregunta que sí puedes hacer	10
El grano que nos inventó a nosotros	11

■ VOZ ESTUDIANTIL

Los otros estudiantes que nunca volvieron a clase	12
Una firma en la azotea: el convenio IEMS–INJUVE	14
Dos mesas, dos voces	15

■ CREARTE

Donde el miedo se vuelve aplausos	17
Cuando Hollywood filmó aquí y nadie avisó	21
Concurso de Arte EcoSaber	22

PRÓXIMAMENTE

ECOSABER PODCAST

Ciencia, cultura y arte contados por quienes los viven.



DE QUÉ VAMOS A HABLAR

CIENCIA

CULTURA

ARTE

¿Quieres salir en un episodio?

Mándanos tu idea, tu voz o tu proyecto. El micrófono también es tuyo.

atencion.ecosaber@gmail.com · ecosaber.com

Síguenos: [@ecosaber_iems](https://twitter.com/ecosaber_iems)

ACCIDENTES QUE CAMBIARON LA FÓRMULA 1



Por: Gabriel López Muñoz

¿Cómo impulsaron los accidentes la evolución de la seguridad?

En la Fórmula 1, varios accidentes marcaron un antes y un después en la seguridad de los pilotos. En los años sesenta y setenta correr era jugarse la vida: cascos abiertos, autos casi sin protección y pistas rodeadas de árboles y postes. Pilotos como Jackie Stewart exigieron cinturones, cascos integrales, barreras y mejores servicios médicos. Cada tragedia demostró que había que mejorar los autos, las pistas y los protocolos de emergencia.

NIKI LAUDA • NÜRBURGRING 1976

El 1 de agosto de 1976, en el Gran Premio de Alemania, el Ferrari de Niki Lauda se salió en una curva rápida del viejo Nürburgring, chocó contra un talud y estalló en llamas. Otros pilotos se detuvieron a rescatarlo, pero ya tenía quemaduras graves y había inhalado gases tóxicos. Volvió a correr seis semanas después. Su accidente mostró el costo de no tener protección contra incendios ni rescate inmediato en un trazado de más de 20 kilómetros, y la F1 no volvió a usarlo.

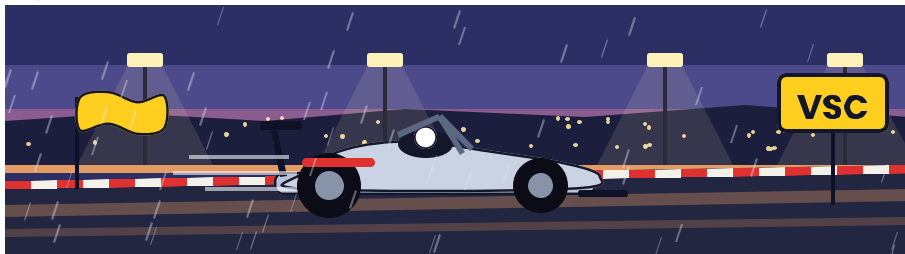


RATZENBERGER Y SENNA • IMOLA 1994

El Gran Premio de San Marino de 1994 fue uno de los fines de semana más oscuros de la F1. El sábado murió Roland Ratzenberger en la clasificación y el domingo 1 de mayo, en la vuelta 7, Ayrton Senna se estrelló en la curva Tamburello. Desde 1982 ningún piloto moría en una carrera. La FIA formó un grupo de expertos en seguridad, se modificaron curvas peligrosas, se elevaron los costados del cockpit y se endurecieron las pruebas de choque.

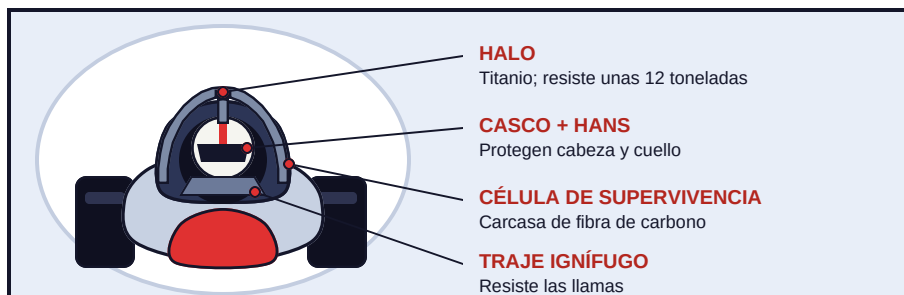
JULES BIANCHI · SUZUKA 2014

El 5 de octubre de 2014, bajo la lluvia del Gran Premio de Japón, Jules Bianchi perdió el control de su Marussia y chocó contra una grúa que retiraba otro auto. Tenía 25 años y murió en julio de 2015. Su accidente puso el foco en la velocidad bajo banderas amarillas y en los vehículos de rescate en pista. De ahí nació el Virtual Safety Car (VSC): todos deben bajar el ritmo sin que salga el auto de seguridad. Su número, el 17, fue retirado en su honor.



ROMAIN GROSJEAN · BAHRÉIN 2020

El 29 de noviembre de 2020, en la primera vuelta del Gran Premio de Bahrein, el Haas de Romain Grosjean se salió a más de 200 km/h, atravesó la barrera y el auto se partió en dos entre llamas. Salió por su propio pie tras unos 28 segundos, con quemaduras en las manos. La célula de supervivencia, el Halo de titanio (obligatorio desde 2018), el HANS, el casco, el traje ignífugo y el equipo médico trabajaron juntos. El Halo, tan criticado al inicio por su aspecto, demostró que salva vidas.



La seguridad no es casualidad: cada mejora nació de una lección dolorosa. Por eso hoy un choque que antes habría sido fatal puede terminar con el piloto caminando.

EL MITO DEL 19 DE SEPTIEMBRE



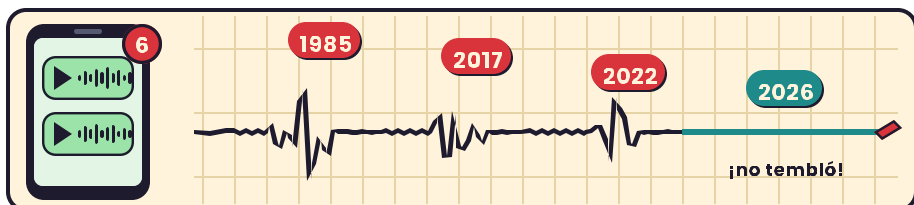
Por: Hostin Jesús Cabrera Díaz

Vas en el camión de Miramontes, apachurrado contra la ventana, cuando tu tía reenvía por sexta vez el mismo audio: “ya viene el 19, siempre pasa algo.” En Tláhuac todos lo hemos oído. Y no es que invente: 1985, 2017 y 2022 son sismos reales, exactamente la misma fecha.

Pero antes de repetirlo como ley física, hagamos lo que se supone que hace esta revista: revisar los datos.



El 19 de septiembre de 1985, a las 7:19 a.m., un sismo de magnitud 8.1 frente a Michoacán mató, según cifra oficial, a 6 mil personas (hasta 10 mil según estimaciones no oficiales). Treinta y dos años después, el mismo día, un sismo de 7.1 entre Puebla y Morelos dejó 369 muertos, dos horas después del simulacro que lo conmemoraba. En 2022, otra vez el 19, volvió a temblar desde Coalcomán, Michoacán. Este 2026 también hubo Segundo Simulacro Nacional el sábado 19 —y esta vez no tembló. Ese dato, el que ninguna tía reenvía, es el que de verdad importa. El Centro Nacional de Prevención de Desastres lo dice sin rodeos: “los sismos no se pueden predecir y tampoco se suscitan por temporadas.” México acumula más de un siglo de registro sísmico, con un temblor relevante cada tres años: sacar tres fechas iguales entre miles de días posibles es aritmética, no maldición. Lo real —y lo que vale la pena entender— es por qué México tiembla tanto, cualquier día del año: estamos justo donde la placa de Cocos se mete bajo la Norteamericana, a lo largo de toda la costa del Pacífico. A esa placa no le importa el calendario.



Hay algo más cercano que la placa de Cocos: el suelo de Tláhuac —de colonias como Del Mar— es el fondo seco de un antiguo lago, justo el tipo de tierra blanda que amplifica las ondas sísmicas en vez de frenarlas. Ese



suelo se sigue hundiendo, hasta 35 centímetros al año por la sobreexplotación de los pozos de la zona: entre más se agrieta y hunde el terreno, peor responde al temblar. Eso no llega en ningún audio de WhatsApp, y debería preocuparnos más que la fecha en el calendario.

Ahora, lo que vale la pena repetir cada 19 de septiembre no es el miedo: es lo que hicieron los estudiantes. Cuando la ciudad se derrumbó en 1985, el Ejército y la policía tardaron horas en organizarse, y buena parte de su primer trabajo se limitó a acordonar edificios, no a sacar gente de los escombros. Fue entonces cuando el rector de la UNAM, Jorge Carpizo, tomó una decisión que hoy sigue sonando radical: cerró la universidad una semana completa, no para proteger a los estudiantes, sino para que quien quisiera saliera a ayudar.

Y salieron. Con picos, palas y marros, brigadas de veinte y treinta estudiantes buscaron sobrevivientes entre los escombros; los de Medicina instalaron albergues, juntaron sangre y repartieron medicinas. Más de 7 mil universitarios dejaron las aulas a donde se les necesitaba, sin manual ni experiencia previa, casi



todos de la edad que tienes tú ahora. De esa respuesta improvisada nació la Brigada de Rescate Topos, que 40 años después sigue activa. Ninguno esperó a que alguien más resolviera el problema: lo resolvieron ellos.

Esa es la herencia que vale la pena cargar cada septiembre: no el pánico por una fecha, sino la certeza de que, cuando el sistema tarda, nos organizamos nosotros. Ubica tu punto de reunión en la escuela, platica un plan familiar en casa y, la próxima vez que suene la alerta, corre —no por superstición, sino porque el suelo de Miramontes tiene razones de sobra para tomarlo en serio todo el año.

LO QUE SÍ PASÓ

EL 15 DE SEPTIEMBRE

Por: Merly Yunuen Ramírez Martínez

El Grito, oficial: Este año la presidenta Claudia Sheinbaum encabezó la ceremonia desde el balcón central de Palacio Nacional la noche del 15 de septiembre, con el tradicional “¡Viva México libre, independiente y soberano!” frente a un Zócalo lleno. Nada fuera de lo normal —hasta que se apagaron las cámaras oficiales y se encendieron las de todos los demás.

El desfile, al día siguiente: El 16 de septiembre el desfile militar volvió a recorrer el Centro Histórico. Entre lo más comentado no estuvo el contingente militar, sino el traje rojo que usó la presidenta para la ceremonia: prueba de que, en la era de las redes, hasta la ropa se vuelve noticia.



Pero lo que de verdad rompió el internet: Aleks Syntek. En el concierto de la Noche Mexicana en Benito Juárez, Syntek cerró el show hablando más de lo que cantó, y explotó cuando alguien del público le pidió una canción de Marco Antonio Solís: “entre más me digas eso, menos voy a cantar, güey” —aclarando, molesto, que ni siquiera era suya. Cuando la crítica arreció, pidió ayuda directamente al público: “ya defiéndanme... defiendan al tío Syntek.” Los videos se volvieron virales; horas después él respondió en Instagram acusando a “periodistas mentirosos” y cerró con una frase que ya es meme: “la luz ya viene y los justos serán recompensados.” Así arrancó, otra vez, la guerra eterna entre Syntek y el reguetón que tanto le choca.

Y lo que sí dio orgullo: entre los memes de oficina (“poner una junta el 15 de septiembre a las 5 pm debería considerarse antipatriótico”), también hubo momentos bonitos: la Torre Azadi de Irán se iluminó de verde, blanco y rojo al ritmo del Himno Nacional, y la Embajada de Japón compartió su propia versión de “Cielito Lindo” cantada en japonés. Quince de septiembre, resumido: una fiesta que sigue siendo de todos, la vivamos donde la vivamos.

LA PREGUNTA QUE SÍ PUEDES HACER



Por: Carlos Eduardo Reséndiz Martínez

Cada 10 de septiembre es el Día Mundial para la Prevención del Suicidio, declarado por la Organización Mundial de la Salud desde 2003. No es un tema que uno busque, pero si estudias rodeado de miles de personas todos los días, ya conoces a alguien —aunque no lo sepas— que la está pasando mal.

Entre la escuela, el transporte, la casa y el celular, hay días en los que de verdad sientes que no alcanzas. Eso es normal y le pasa a todo mundo. Pero hay una diferencia entre un mal día y cuando alguien deja de verle salida a las cosas —y de esa diferencia trata exactamente esta fecha.



Hay un mito que vale la pena tirar a la basura: que preguntarle a alguien directamente si está pensando en quitarse la vida "le mete la idea en la cabeza". Es al revés. La evidencia en salud mental es consistente en esto: preguntar de frente, con calma y sin juzgar, no aumenta el riesgo —lo baja, porque le abre a la otra persona la puerta para hablarlo en lugar de cargarlo sola.

Entonces, ¿qué sí puedes hacer si un amigo te preocupa? Escuchar sin minimizar ("ya bájale", "no es para tanto") ni tampoco entrar en pánico. Tomarlo en serio siempre, aunque no estés seguro de qué tan grave es. No prometer guardar el secreto si lo que te está contando es que corre peligro —eso no es traicionar su confianza, es cuidarla. Y, sobre todo, ayudarla a conectar con un adulto de confianza o con una línea profesional: tú puedes acompañar, pero no tienes que cargar esto solo.

Somos una comunidad que se conoce en el camión, en los pasillos, en el chat del salón. Esa cercanía es, literalmente, una red de protección —pero solo si la usamos. Si hoy no eres tú quien la está pasando mal, probablemente conoces a alguien que sí. Pregúntale. En serio.

¿Necesitas hablar con alguien ahora? Línea de la Vida: 800 911 2000 (gratuita, 24/7, Gobierno de México) · SAPTEL: (55) 5259 8121 (gratuita, 24/7). Si tú o alguien más está en peligro inmediato, llama al 911.

EL GRANO QUE NOS INVENTÓ A NOSOTROS

Por: Hostin Jesús Cabrera Díaz

Cada torta, cada quesadilla del puesto de la esquina en Miramontes empieza con lo mismo: una tortilla. Tan común que ni la pensamos. Pero esa tortilla es, literalmente, una de las invenciones más antiguas de la humanidad —y este 29 de septiembre tiene su propio día nacional.

Hace unos 9 mil años, en el valle del río Balsas (hoy Guerrero), nuestros ancestros empezaron a seleccionar semilla por semilla una hierba silvestre llamada teocintle —que no se parece en nada a una mazorca actual— hasta convertirla en maíz. No fue un accidente:

fue mejoramiento genético hecho a mano, generación tras generación, miles de años antes de que existiera la palabra "genética".

El resultado, siglos después, son 64 razas nativas de maíz documentadas en México —cada una adaptada a un clima, una altura, un platillo distinto— y un grano que hoy aporta la mitad de las calorías y 40% de las proteínas que consume un mexicano promedio, casi medio kilo de maíz al día, según datos de la UNAM.

Y aquí está el dato que no sale en los carteles conmemorativos: más del 90% de las tortillas que se venden en México hoy contienen maíz transgénico, no las razas nativas que se supone estamos celebrando. La planta que domesticamos nosotros hace 9 mil años hoy depende, en su mayoría, de semilla que no sembraron nuestros abuelos.

Así que la próxima vez que compres una torta en la parada del camión, no es un dato menor: preguntar de dónde viene el maíz de tu tortilla es, literalmente, preguntar por 9 mil años de historia que todavía estamos decidiendo cómo contar.



LOS OTROS ESTUDIANTES QUE NUNCA VOLVIERON A CLASE

43 velas, una por cada estudiante.



Por: Oscar Emmanuel López de Santiago

El 26 de septiembre de 2014, en Iguala, Guerrero, 43 estudiantes de la Escuela Normal Rural Raúl Isidro Burgos —jóvenes que estudiaban para ser maestros rurales, casi de nuestra edad— salieron a conseguir autobuses para un viaje y nunca volvieron a clase. Doce años después, mientras nosotros seguimos yendo a la escuela todos los días sin pensarlo dos veces, sus lugares en el salón siguen vacíos.

Las cifras son las que son, y vale la pena repetirlas aunque duelan: de los 43, solo 3 han sido identificados con certeza científica —Alexander Mora Venancio, Christian Alfonso Rodríguez Telumbre y Jhosivani Guerrero de la Cruz—. Los otros 40 siguen sin nombre confirmado, sin tumba, sin respuesta. No es una cifra vieja de un caso cerrado: es una cifra de este mismo septiembre, de este mismo año.



Lo que sí sabemos es que la primera versión oficial —la llamada "verdad histórica" del gobierno de entonces— no resistió el escrutinio. Un grupo internacional de expertos independientes (el GIEI) documentó irregularidades e inconsistencias en la investigación, y concluyó que la explicación de que los cuerpos fueron incinerados en el basurero de Cocula "no tenía sustento científico". Años después, una comisión creada por el siguiente gobierno, tras revisar 87 millones de registros telefónicos, llegó a una conclusión todavía más dura: calificó el caso como "un crimen de Estado".

Tres presidentes, tres investigaciones distintas, y el caso sigue abierto. Este mismo año la administración actual anunció nuevas líneas de



investigación sobre comunicaciones y cámaras de vigilancia, y la Comisión Interamericana de Derechos Humanos volvió a pedir que no se pierda lo avanzado. Que un país necesite tres gobiernos distintos para seguir buscando a 40 estudiantes dice algo —y no es sobre ellos, es sobre nosotros como país.

Todavía no sabemos, con precisión completa, qué pasó esa noche en Iguala. Lo que sí sabemos es lo que no debería repetirse: que unos estudiantes

suban a un camión y una nación entera tarde 12 años en decidir que merecen una respuesta completa. Desde este lado del país, en otra escuela, lo mínimo que podemos hacer es no dejar que se nos olvide el número: 43.

43 LUGARES VACÍOS

Doce años después, el salón sigue incompleto.



Ilustración: EcoSaber. Datos: GIEI y Comisión para la Verdad y Acceso a la Justicia.

UNA FIRMA EN LA AZOTEA

Por: Oscar Emmanuel López de Santiago



La firma del convenio, en la terraza de la Utopía México-Tenochtitlán (Calzada México-Tacuba 235, colonia Un Hogar Para Nosotros, Miguel Hidalgo, junto al Metro Colegio Militar), que abre de martes a domingo con entrada libre. Foto: EcoSaber.

El jueves 17 de septiembre de 2026 no fuimos a la escuela: fuimos a una azotea. La de la Utopía México-Tenochtitlán, en Miguel Hidalgo, abierta apenas tres semanas antes. Arriba, en la terraza, unas letras gigantes que dicen #IEMS miran hacia el poniente.

Primero pasaron lista. Nos sentaron a todos los que estudiamos en el IEMS y participamos en algún programa del INJUVE, como «Juventudes Autogestivas para la Transformación 2026», al que está afiliado EcoSaber. Éramos los invitados, pero también la prueba: la razón por la que dos instituciones estaban ahí firmando.

Luego se acomodaron en el presídium, bajo las letras del IEMS: la Lic. Marcela Fuente Castillo, directora general del INJUVE, y el Dr. Jorge Santos Valencia, director general del IEMS, con la Lic. Azalia Membrillo Cid y la Lic. Damaris Adriana Guerrero Solís como testigas de honor. Una pluma que pasaba de mano en mano.

El convenio no es decorativo: lleva talleres de salud emocional, prevención de adicciones y orientación vocacional a los 28 planteles, abre nuestras instalaciones al INJUVE fuera del horario escolar y, lo que más nos movió, le da lugar en el IEMS a los egresados de Aldea Juvenil, el programa para quienes no estudian ni trabajan. Todo gratuito. Dicho así suena a trámite; visto desde una silla de plástico suena a otra cosa: a que alguien que se había quedado fuera va a tener un pupitre con su nombre.

Al cierre, los titulares firmaron sobre un mural conmemorativo. Después vino un aperitivo y un recorrido: cabinas de grabación, aulas con pantallas interactivas, una biblioteca con estantes de manga. Salimos con una idea incómoda y buena: esos espacios existen, están abiertos, y casi nadie en nuestro plantel sabe que están ahí.

DOS MESAS,

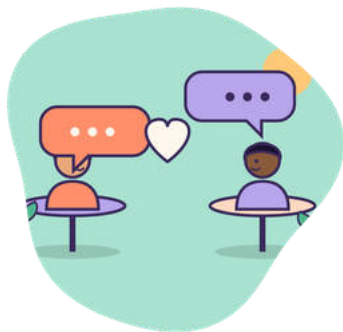
DOS VOCES

Por: Oscar Emmanuel López de Santiago

La Jornada del Buen Vivir llegó al plantel con mesas afuera y una pregunta flotando en el patio: ¿qué hay, cerca de la escuela, además de la escuela? Recorrimos dos de esas mesas y hablamos con quienes las atienden. Una pertenece a PILARES —los Puntos de Innovación, Libertad, Arte, Educación y Saberes que el Gobierno de la Ciudad de México ha instalado en las 16 alcaldías, cerca de 287 en total—; la otra, a un programa de acompañamiento psicológico y jurídico. Esto fue lo que nos dijeron.

1 · Pilares del Molino — Regularización

¿Qué es Pilares del Molino y qué ofrece? Es uno de los Pilares ubicado sobre la calle Piraña, la misma ruta que cruzan camino a la escuela quienes llegan en camión por Miramontes. Ahí se ofrecen dos tipos de actividades: académicas y político-culturales. Dentro de las académicas, el eje es la regularización —apoyo escolar para primaria, secundaria y preparatoria, por materia y según lo que cada estudiante necesite— más un taller de metodología de investigación, donde enseñan a construir un protocolo de investigación desde cero: útil, nos explicaron, para cuando a alguien le toca resolver un trabajo de investigación y no sabe ni por dónde empezar.



¿En qué horario se puede ir? De lunes a viernes, en dos turnos —uno matutino y otro vespertino— para acomodarse al horario de cada estudiante.

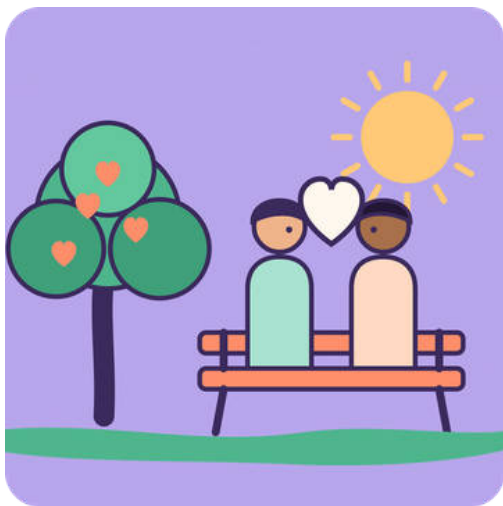
2 · Asesoría psicológica y jurídica

¿Qué tipo de atención ofrecen en esta mesa? Asesoría jurídica y

psicológica, a cargo de personal de la Secretaría de Gobierno de la Ciudad de México, con oficinas por la Glorieta de Insurgentes. Cualquier estudiante interesado puede escribir por correo electrónico para pedir el apoyo.

¿Qué consejo le darían a un estudiante que se identifica con la comunidad LGBT+? Uno solo, dicho sin rodeos: respeto. Que cada quien puede tomar sus propias decisiones sobre su identidad, y que ese respeto —hacia una misma persona y de los demás hacia ella— es la base de cualquier otro tipo de ayuda.

¿Cómo se conecta esto con el Día Mundial para la Prevención del Suicidio, conmemorado apenas unos días antes? En que la asesoría psicológica funciona, precisamente, como una red: un espacio donde un estudiante puede sentirse escuchado y ganar más confianza en sí mismo, en lugar de cargar solo con lo que le pasa.



Dos mesas, un mismo patio, un mismo mensaje detrás de las dos: ninguna de estas ayudas empieza y termina el día de la jornada. Regularización y acompañamiento psicológico siguen ahí, todos los días de la semana, a la distancia de una calle o de un correo electrónico —solo falta cruzar la puerta.

¿Necesitas hablar con alguien ahora? Línea de la Vida: 800 911 2000 (gratuita, 24/7) · SAPTEL: (55) 5259 8121 (gratuita, 24/7). Si tú o alguien más está en peligro inmediato, llama al 911.

DONDE EL MIEDO SE VUELVE APLAUSOS



Por: Carlos Eduardo Reséndiz Martínez

En nuestro plantel tenemos la fortuna de contar con algo que no todos los colegios pueden presumir: un taller de Teatro vivo, latente, lleno de magia. No es solo un auditorio con butacas y un escenario que impone; es un refugio, una segunda casa, un espacio donde todos los que estamos ahí iniciamos desde cero, sin saber nada, con las manos temblorosas y la voz apagada, pero con algo en común: las ganas de intentarlo.

Recuerdo perfectamente mi primer día.

Llegué porque me llamó la atención el cartel pegado en el pasillo, pero en el fondo no creía que fuera para mí.

Entrar a ese auditorio tan grande me intimidó aún más.

Ver el escenario vacío, las luces apagadas, el eco de mis pasos...

Yo era de esos que prefieren sentarse hasta atrás del salón para que no los volteen a ver. Y no era el único.

La mayoría de los chav@s que entramos al taller

iniciamos siendo tímidos, introvertidos,

con miedo a hablar en público, con

miedo incluso a que nos escucharan leer en voz alta en un lugar tan

grande. Algunos no podían sostener la mirada, otros hablaban tan bajito

que su voz se perdía entre las butacas vacías y el profesor tenía que

pedirles que repitieran tres veces lo que decían.



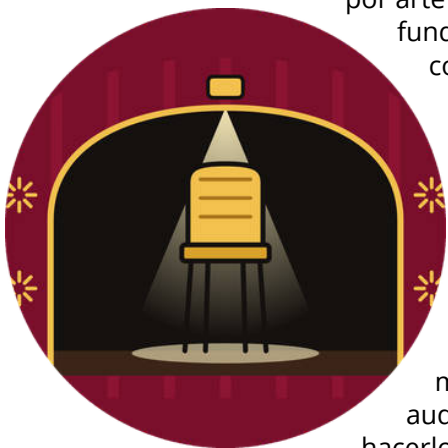
Pero algo pasó con el paso del tiempo. Algo que solo el teatro puede hacer.

Nuestra comunidad es muy bonita. Esa es la palabra exacta: bonita. No en el sentido superficial, sino en lo profundo. Es respetuosa, empática, solidaria. Aquí nadie se burla de nadie. Esa fue la primera regla no

escrita que aprendimos: en el taller, el error no se castiga, se aplaude, porque significa que te atreviste. Si alguien se equivoca en un diálogo en pleno escenario del auditorio, si se le olvida su texto bajo los reflectores, si llora en un ejercicio de improvisación a mitad del foro, el resto no se ríe; lo abraza, lo apoya, le dice "vas bien, inténtalo de nuevo". Esa confianza fue lo que nos permitió soltarnos poco a poco, hasta sentir el auditorio como nuestro hogar.

Con el paso de los días, de las semanas, de los meses, empezamos a transformarnos. Los que antes no hablaban, ahora improvisan monólogos de cinco minutos parados en el centro del escenario. Los que se escondían entre las butacas, ahora piden ser protagonistas. Y no fue

por arte de magia. Fue por dos razones fundamentales: la buena comunidad que construimos entre todos, y los excelentes ejercicios de actuación de nuestro profesor.



Nuestro profesor no solo nos enseña teatro, nos enseña a ser humanos. Cada ejercicio que nos pone tiene su fin y su intención, nada es por rellenar tiempo. Todo está pensado para que los chav@s mejoren en un aspecto específico, y el auditorio nos ayuda porque nos obliga a hacerlo en grande.

Por ejemplo, tenemos los ejercicios de actuación. Al principio pensábamos que actuar era solo memorizar un guion y decirlo bonito. Qué equivocados estábamos. El profesor nos puso ejercicios de memoria sensorial sobre el escenario, donde teníamos que recordar un olor de nuestra infancia y reaccionar a él sin palabras, mientras los demás nos observaban desde las butacas. Hicimos ejercicios de "la silla vacía" a mitad del foro, donde teníamos que hablarle a alguien imaginario como si estuviera frente a nosotros. Hicimos improvisaciones donde nos daban una palabra al azar —"lluvia", "adiós", "miedo"— y teníamos que crear una escena completa en 30 segundos ocupando todo el espacio del auditorio. Al principio era un desastre, nos quedábamos en blanco, nos reíamos de nervios por el eco. Ahora, podemos sostener una escena completa solo con la mirada, aunque estemos a diez metros de distancia.

Luego están los ejercicios de diálogo. Estos nos ayudaron muchísimo a perder el miedo a hablar con otros. Nos ponían en parejas sobre el

escenario y teníamos que tener una discusión como si fuéramos dos desconocidos en el metro, o como si fuéramos madre e hijo peleando por un permiso, proyectando la voz para que se escuchara hasta la última fila del auditorio. Aprendimos a escuchar de verdad, no solo a esperar nuestro turno para hablar. Aprendimos a interrumpir, a quedarnos callados, a decir mucho sin decir nada. Eso nos sirvió no solo para el escenario, sino para la vida: ahora participamos más en clase, hablamos con más seguridad, defendemos nuestras ideas.

No puedo olvidar los ejercicios de voz. ¡Qué pena nos daban al inicio! Teníamos que hacer vibraciones con los labios, gritar vocales, respirar con el diafragma, proyectar la voz hasta la última butaca del auditorio. Parecíamos locos haciendo "rrrrrr" y "bzzzz" y escuchando cómo retumbaba en las paredes. Pero entendimos su importancia el día que hicimos nuestra primera presentación para otros grupos. Sin esos ejercicios, nadie nos hubiera escuchado hasta atrás. Nuestra voz, que antes era temblorosa y bajita, se volvió fuerte, clara, con matices. Aprendimos a susurrar y que se escuche en todo el auditorio, a llorar sin forzar la garganta, a reír desde el estómago. El profesor siempre nos dice: "su cuerpo es su instrumento, su voz es su música, y este auditorio es su caja de resonancia, afínenla todos los días".



Y finalmente, algo que nadie esperaba de un taller de teatro: el acondicionamiento físico cada viernes. Al principio protestamos: "profe, esto no es deportes". Pero luego lo entendimos. El teatro es físico, y más en un escenario tan grande como el de nuestro auditorio. Para aguantar una obra de una hora de pie, para caer al suelo sin lastimarte, para correr de un lado al otro del foro en una escena de persecución, para controlar tu respiración mientras actúas, necesitas cuerpo. Así que los viernes usamos todo el espacio del auditorio: hacemos circuitos entre las butacas, estiramientos sobre el escenario, yoga teatral, ejercicios de resistencia y de expresión corporal. Aprendimos a caminar como ancianos, como niños, como reyes, como monstruos, solo cambiando nuestra postura, y a llenar con nuestra presencia cada rincón del escenario. Nuestro cuerpo se volvió otro instrumento.

Todo esto junto hizo que los chav@s tuvieran más confianza en sí mismos. Y no lo digo como frase motivacional barata, lo digo porque lo

vi. Vi a mi compañera Fernanda, que el primer mes no podía decir su nombre sin ponerse roja, protagonizar un monólogo sobre la ansiedad en el centro del auditorio que hizo llorar a todo el público. Vi a Diego, que entró obligado por sus papás, convertirse en el que mejor improvisa y ahora quiere estudiar actuación profesionalmente. Me vi a mí mismo, que evitaba exponer en clase, ahora levantando la mano sin miedo y parándome en un escenario sin temblar.

El taller nos cambió fuera del escenario también. Somos más seguros, más empáticos, más disciplinados. Aprendimos a trabajar en equipo porque en el teatro nadie brilla solo; si el de las luces del auditorio falla, si el del audio se distrae, si tu compañero olvida su pie, la obra se cae. Aprendimos la responsabilidad, la puntualidad, el respeto por el trabajo del otro.



Por eso digo que tenemos fortuna. Porque en nuestro plantel no solo tenemos un taller de teatro, tenemos un auditorio que nos permite soñar en grande, un espacio donde nos permiten ser vulnerables para volvernos fuertes. Donde iniciamos desde cero y poco a poco construimos algo grande. Donde la timidez se transforma en valentía, el silencio en voz, y el miedo en aplausos que retumban en esas paredes.

Si alguna vez tienen la oportunidad de entrar, no lo duden. No necesitan saber actuar, solo necesitan ganas. Nosotros llegamos sin saber nada, y hoy, parados en ese escenario, sin ser actores profesionales, sabemos algo mucho más importante: creemos en nosotros mismos. Y eso, ningún telón lo puede ocultar cuando se abre.



Por: Vanessa Trujillo García

Cuando piensas en un set de Hollywood, imaginas Los Ángeles, no Catemaco. Pero varias de las películas más taquilleras de la historia se filmaron aquí, en locaciones mexicanas que millones de personas en el mundo vieron en pantalla grande sin saber dónde estaban parados. Aquí unas cuantas:

Titanic (1997) — Rosarito, Baja California. El barco más famoso del cine nunca navegó de verdad: 20th Century Fox construyó un estudio gigante junto al mar, con un tanque hecho especialmente para esta película. Se llama Baja Studios, sigue en pie, y desde entonces se ha usado para filmar otras producciones grandes.

Apocalypto (2006) — Catemaco y San Andrés Tuxtla, Veracruz. La selva veracruzana se convirtió en la selva maya para la película de Mel Gibson, con el elenco hablando maya yucateco casi toda la cinta.

007 Spectre (2015) — Centro Histórico de la Ciudad de México. La escena inicial, con Daniel Craig caminando entre una multitud disfrazada para el Día de Muertos, se filmó en el Zócalo real. Lo curioso: ese desfile masivo de Día de Muertos no existía en la CDMX antes de la película —nació hasta 2016, inspirado directamente en esta escena. Un fenómeno de "arte inventa realidad" documentado por medios internacionales.

La Máscara del Zorro (1998) — Hidalgo, Tlaxcala y San Luis Potosí. Haciendas coloniales reales, no sets de cartón, sirvieron de escenario para esta historia ambientada en la California bajo dominio español.

Frida (2002) — Estudios Churubusco, Puebla y Teotihuacán. La biopic de Salma Hayek sobre Frida Kahlo se filmó, con justicia, en escenarios reales de la propia historia que contaba: la Casa-Estudio de Diego Rivera en San Ángel es una locación auténtica, no una réplica construida.

Así que la próxima vez que veas una peli de Hollywood con un desierto épico, una selva o una plaza colonial, no asumas que es un set en algún lugar de Estados Unidos: hay una buena probabilidad de que sea aquí, y de que tú puedas ir a pararte en el mismo lugar exacto donde se filmó.

CONCURSO DE ARTE

*¡Tu arte puede inspirar,
tu voz puede trascender!*

¿Dibujas, pintas, haces ilustración digital, fotografía, collage o cualquier otra expresión artística? Este espacio es para ti.

EcoSaber te invita a participar en nuestro Concurso de Arte Estudiantil, una oportunidad para compartir tu creatividad con toda la comunidad del IEMS.

No importa si apenas estás comenzando o si llevas años creando. Lo importante es que tu obra transmita una idea, una emoción o una historia.

¿Cómo participar?

- Presenta una obra original de tu autoría.
- Puedes utilizar la técnica que prefieras.
- Entrega tu trabajo junto con tu nombre, grupo y un breve texto explicando tu inspiración a atencion.ecosaber@gmail.com.

Las mejores obras serán publicadas en la próxima edición de EcoSaber y exhibidas en espacios de la escuela.

¡Atrévete a crear, expresar e inspirar!

Porque el arte también
construye conocimiento.

CLUB DE LECTURA

MARIPOSAS AMARILLAS



Miércoles 30 de septiembre



12:30 h



Frente a la Biblioteca

¡Atención, amantes de las historias! Las Mariposas Amarillas están listas para volver a volar. Ven a descubrir nuevas historias, compartir ideas, pasar un buen rato y dejar volar la imaginación.

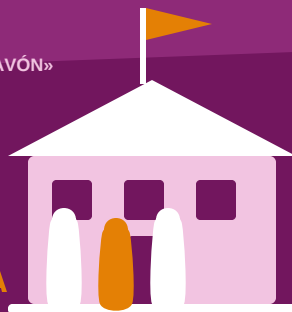
No importa si lees mucho o poquito: aquí hay un lugar para ti.

Porque una buena historia siempre se disfruta más cuando se comparte.

#ClubDeLectura #MariposasAmarillas #IEMS #Tláhuac1 #ComunidadIEMS #FomentoALaLectura
#LeerEsVolar

REUNIONES

CON MADRES Y PADRES DE FAMILIA



SEMESTRE 2026–2027 «A»

FECHAS DE REUNIÓN

22

SEPTIEMBRE

20

OCTUBRE

1

DICIEMBRE

LUGAR



Auditorio del plantel

HORARIOS POR TURNO

TURNO MATUTINO

8:30 a 9:30 h

TURNO VESPERTINO

15:30 a 17:00 h

TEMAS QUE SE ABORDARÁN

- Información general del semestre
- Próximas actividades del plantel
- Servicios y apoyos para estudiantes
- Seguro Facultativo del IMSS
- Programa Va Seguro
- Becas y otros temas de interés

Informes: 55 58 50 28 27
atencion.tlahuac@iems.edu.mx

¿Cómo se conecta la teoría
con la acción?



SEMINARIO DE ÉTICA Y POLÍTICA

en la obra de Adolfo Sánchez Vázquez

PONENCIA MAGISTRAL

¿Qué es la filosofía de la praxis?

Mtro. César de Rosas Ramírez

● VIERNES 2 DE OCTUBRE

Registro 9:30 h · Inicio 10:00 h

Plantel Coyoacán «Ricardo Flores Magón»

Acompáñanos a reflexionar sobre el impacto del pensamiento crítico.

#CulturaCDMX #SeminarioFilosofía #PensamientoCrítico #Coyoacán



Desde Tláhuac.
PENSAMOS LOCAL, INSPIRAMOS GLOBAL.

@ecosaber_iems