

NÚM. SIETE

Boletín Electrónico

Mes: Abril
Año: 2026



Tema del mes:

**DÍA DE LAS
AMÉRICAS**

ÍNDICE

BOLETÍN ELECTRÓNICO - ABRIL 2026



**MENSAJE DE LA SRA.
MIRIAM HURTADO RIVERA**
Pág. 3

**PERSONAJE DEL MES:
MATILDE MONTOYA**
Pág. 4

**TEMA DEL MES:
DÍA DE LAS AMÉRICAS**
Pág. 5

**REFLEXIÓN MENSUAL:
INTELIGENCIA EMOCIONAL**
Pág. 6

**VALORES Y VIRTUDES:
EL RESPETO**
Pág. 7

**INSTRUCCIÓN PANAMERICANA:
PROGRAMA DÍA DE LAS AMÉRICAS**
Pág. 8



SRA. MIRIAM HURTADO RIVERA

PRESIDENTA DE LA ANMRPRMAC



QUERIDAS HERMANAS EN IDEALES...

Es para mí una gran alegría comunicarme con ustedes en este hermoso mes de abril: mes de las jacarandas, que llenan de color nuestras ciudades, mes que para mí tiene un significado muy especial por ser también el mes de mi cumpleaños y mes en el que celebramos nuestras tan esperadas Convivencias de Zona.

Estos encuentros nos brindan la maravillosa oportunidad de vernos, abrazarnos y refrendar nuestra amistad. Son espacios para retroalimentarnos en nuestros conocimientos panamericanos, ya que los temas que se abordan son de gran actualidad.

En ellos reflexionamos sobre aquello en lo que podemos mejorar y buscamos respuestas a nuestras inquietudes. Las convivencias nos permiten actualizarnos, disipar dudas y, sobre todo, seguir aprendiendo juntas.

Para mí será también la oportunidad perfecta de saludar y disfrutar de la compañía de socias de todas las Mesas de la República Mexicana. Espero que ustedes también se sientan motivadas por estos encuentros que fortalecen nuestro movimiento y nos brindan la oportunidad de sentirnos útiles, además de convivir con amigas muy queridas, que aunque por la distancia vemos poco, siempre están presentes en nuestro corazón.

Deseo que haya una gran convocatoria de las Mesas para que las anfitrionas cuenten con una excelente asistencia.

Les refrendo mi cariño y espero poder abrazarlas muy pronto.

**“UNA PARA TODAS Y TODAS
PARA UNA”**

MATILDE MONTROYA LAFRAGUA

PRIMERA MEXICANA EN TITULARSE COMO MÉDICA

¿QUIÉN FUE ELLA?



Matilde Petra Montoya Lafragua fue la primera mujer en obtener el título de médica cirujana en México, marcando un hito histórico en 1887. Superó prejuicios sociales y barreras legales, incluyendo la necesidad de la intervención del presidente Porfirio Díaz, para estudiar y graduarse, abriendo el camino para la medicina femenina en el país.

Nació el 14 de marzo de 1857 en la Ciudad de México. A la edad de 14 años se examinó exitosamente como partera en Cuernavaca, a donde llegó a radicar después de haber cursado la materia durante un año en la Nacional de Medicina, escuela que abandonó por la muerte de su papá y por falta de recursos económicos.

Ejerció la obstetricia en Morelos hasta mayo de 1872, cuando regresó a la Ciudad de México, a la Nacional de Medicina, para realizar su práctica en la Casa de Maternidad.

En la Escuela Nacional de Medicina, la participación de la mujer no se aprobaba y se les excluía de algunas asignaturas. A Montoya le pretendían negar el permiso particularmente en las disecciones, por los prejuicios y la visión conservadora que se tenía sobre el papel de las mujeres en la época, y se le calificaba de “no tener pudor” porque “cómo una mujer iba a hacer disecciones en un cadáver, desnudo, junto a profesores y compañeros”. La Ley de Instrucción Pública de 1867 o la Constitución no lo prohibían, pero se pensaba que la mujer debía dedicarse al cuidado del hogar y la familia.

El 24 de agosto de 1887, Matilde Montoya hizo historia al convertirse en la primera médica de México, cuando presentó su examen profesional en la Escuela Nacional de Medicina, ante la presencia de profesionales de la medicina, periodistas e incluso el presidente de la República, Porfirio Díaz.

DÍA DE LAS AMERICAS

14 DE ABRIL



¿Sabías que...?

El Día de las Américas es una celebración que tiene lugar en todas las Repúblicas Americanas para dar a conocer su soberanía, así como su decisión de formar parte de una comunidad continental y que tiene como fin alcanzar la unión, la paz y la libertad entre los pueblos del Continente Americano.

Este importante día, tuvo su primera celebración en el año 1931, cuando fue decretado el 14 de abril como la fecha de la creación de las Repúblicas Americanas. A esta alianza hoy se la conoce como la Unión de los Estados Americanos.

Propósito de la creación del Día de las Américas

El verdadero propósito para la creación del Día de las Américas es buscar la vía más idónea para crear entre los países que conforman el Continente Americano, un clima de hermandad, justicia social, solidaridad y paz.



El llamado Himno de las Américas

Es el tradicional himno, que fue compuesto de forma especial para sellar este acontecimiento de trascendencia internacional. En el llamado "Himno de las Américas", En él, se hace mención a una gran cantidad de países del Continente Americano, así como la importancia que encierra el concepto de Panamericanismo para los pueblos americanos. Para celebrar el Día de las Américas, son muchas las actividades que se programan en los distintos países para hacer de esta fecha un momento muy especial.

RECORDEMOS QUE AL SER DAMAS PANAMERICANAS, ES IMPORTANTE EL LLEVAR A CABO ESTA CELEBRACION TAN IMPORTANTE, QUE NOS INVITA A RECORDAR LA HERMANDAD QUE DEBE PREVALECER ENTRE TODOS LOS PUEBLOS DE AMERICA.



REFLEXIÓN MENSUAL

-Inteligencia Emocional-



CONSEJOS PARA RESPUESTAS COMUNES MEJORANDO TUS RELACIONES CON LOS DEMAS

Quizás has oído hablar de la **INTELIGENCIA EMOCIONAL**, que es la capacidad de reconocer, entender y gestionar nuestras propias emociones y las de los demás para mejorar el bienestar personal y las relaciones; A continuación se presentan sugerencias para algunas respuestas a las preguntas mas comunes en nuestro día a día.

Cuando alguien te diga: **GRACIAS**, no respondas: **DE NADA**, porque haces parecer que tu esfuerzo no valió la pena, mejor responde, **FUE UN PLACER AYUDARTE, SABES QUE CUENTAS CONMIGO**, así le das valor a lo realizado, a tu tiempo y a tu ayuda.

No digas **PERDON POR LLEGAR TARDE**, mejor dí: **GRACIAS POR ESPERARME ERES MUY AMABLE Y PACIENTE**, con esta respuesta transformas tu error en un halago hacia su virtud.

Si te preguntan **QUE QUIERES COMER**, no digas: **LO QUE TU QUIERAS**, mejor dí: **DECIDE TU, CONTIGO CUALQUIER COMIDA ME SABE BIEN**, con esto demuestras que estas relajado y haces sentir especial a esa persona.

Si te preguntan: **SABES HACER ALGO?**, no digas **NO SE SI PUEDO**, mejor dí: **PUEDO APRENDER RAPIDO**, esta respuesta demuestra una actitud positiva y capacidad, **NO IGNORANCIA**.

¿QUÉ ES EL RESPETO?

El respeto es un valor fundamental que implica reconocer, aceptar y apreciar el valor, los derechos y las cualidades de las personas, así como la aceptación de diferencias. Permite una convivencia armónica, amable y tolerante, basándose en normas sociales, la cortesía y la consideración hacia los demás, la naturaleza y uno mismo.



Aspectos Clave del Respeto

Fundamento de Convivencia:

Es la base sobre la que se asientan las leyes y las normas sociales, creando entornos inclusivos y seguros.

Respeto Mutuo:

Implica tratar a los demás como uno mismo desea ser tratado, reconociendo la igualdad de todos.

Autorrespeto:

Fundamental para poder respetar a los demás.

El respeto debe inculcarse desde la infancia y se aplica en el ámbito familiar, escolar, laboral y social.

Manifestaciones Prácticas:

Cortesía:

Saludar, despedirse, pedir permiso y dar las gracias.

Escucha activa:

Prestar atención a los puntos de vista de los demás sin interrumpir.

Tolerancia:

Respetar opiniones, creencias y diferencias religiosas o personales.

Normas:

Respetar las reglas de convivencia y las leyes.

Cuidado:

Reconocer la integridad física y emocional de los seres vivos.

CEREMONIA DÍA DE LAS AMÉRICAS

CAPITULO VIII-INCISO G

• INSTRUCCIÓN PANAMERICANA •

PROGRAMA

- ① Bienvenida por la Maestra de Ceremonias.
- ② Apertura.
- ③ Honores a Bandera e Himno Nacional, Retiro de las Bandera.
- ④ Entrada del Estandarte de la Asoc. Nal., Bandera de la paz, Bandera de Estados Unidos Mexicanos y Bandera de la EEUU.
- ⑤ Desfile de Banderas de los países de América.
- ⑥ Oración, lema y canto panamericano.
- ⑦ Presentación del presídium e invitados.
- ⑧ Palabras de la Directora y presentación de la conferencista.
- ⑨ Desarrollo del tema.
- ⑩ Felicitación de la directora.
- ⑪ Retiro del Estandarte, Bandera de la Paz y demás banderas.
- ⑫ Clausura (por la directora o funcionaria de mas alto rango).
- ⑬ Programa artístico y convivencia.

RECOMENDACIONES:

Es muy importante el realizar un ensayo previo para evitar contratiempos, revisar el sonido y Los lugares que ocuparan las banderas.

Queridas Lectoras:

Como cada mes, es un placer el poder saludarlas a través de este medio. Y llegamos al Boletín Electrónico Num. 7, en el cual se habla como tema del Mes al DIA DE LAS AMERICAS, con un resumen muy práctico de su historia y celebración.

El personaje del mes se refiere a la primera mujer médico en obtener titulo en nuestro país, MATILDE MONTOYA LAGRAGUA, donde se representa el espíritu de lucha y perseverancia que tiene la mujer mexicana.

El valor de mes es EL RESPETO, tan necesario en todos los ámbitos de nuestra vida, para poder llevar una convivencia plena y pacífica.

También se toca el tema de la INTELIGENCIA EMOCIONAL, dando algunos consejos sencillos y prácticos en algunas de las respuestas mas comunes que nos ayudan e mejorar la estima con los demás.

En cuanto a Instrucción Panamericana, se detalla el Programa a realizar de acuerdo al reglamento de Protocolo en la celebración del DIA DE LAS AMERICAS.

Esperando que todas ustedes tengan días de descanso, paz y tranquilidad, se despide su amiga...

