

# GUÍA PARA EL DESARROLLO DE MESAS DE DIÁLOGO



PROYECTO: “JUVENTUDES POR LA DEMOCRACIA”  
“Agencia política de las juventudes indígenas de  
Cuetzalan, Puebla”



# ÍNDICE



## PRESENTACIÓN

Página 4



## INTRODUCCIÓN

Página 6



## METODOLOGÍA

Página 8



## AGRADECIMIENTO

Página 18



# 1

## PRESENTACIÓN

La democracia se fortalece cuando todas las voces son escuchadas y cuando la participación es equitativa, sin obstáculos. Sin embargo, históricamente, los pueblos indígenas, las juventudes, las mujeres y personas de género diverso han enfrentado barreras para acceder a espacios de toma de decisiones. Por ello, garantizar la participación juvenil con un enfoque de género es fundamental para construir sociedades más justas, inclusivas y representativas.

Esta guía es resultado del proyecto “JUVENTUDES POR LA DEMOCRACIA. Agencia política de las juventudes indígenas de Cuetzalan, Puebla” financiado por el Programa Nacional de Impulso a la Participación Política de mujeres a través de Organizaciones de la Sociedad Civil, edición 2024, y ha sido diseñada participativamente para que nuestros PROMOTORES Y PROMOTORAS DE LA DEMOCRACIA faciliten **MESAS DE DIÁLOGO** sobre democracia, participación y paridad, dirigidas a escuelas de nivel medio superior, con el objetivo de generar espacios donde las juventudes puedan expresar sus ideas, debatir, y proponer soluciones desde una perspectiva de juventudes e igualdad. A través de este diálogo, buscamos impulsar la participación de las juventudes en la política, generar conciencia sobre la importancia de la representación equitativa y el ejercicio de derechos políticos sin discriminación.

La participación de las y los jóvenes es clave para transformar estructuras y generar cambios profundos. Promover la paridad no es solo una meta, sino una necesidad para garantizar que las decisiones reflejen la diversidad de nuestra sociedad. Es fundamental que las nuevas generaciones comprendan la urgencia de erradicar las desigualdades de género en todos los ámbitos, desde la educación hasta la política y la vida comunitaria, incluida claro, la familia.

Queremos que cada espacio de diálogo contribuya a fortalecer la voz de quienes históricamente han sido subrepresentados, promoviendo una ciudadanía activa y comprometida con la equidad.

Esperamos que este material inspire la formación de espacios incluyentes, la creación de nuevas conversaciones, que impulse acciones concretas y motive a las juventudes del municipio de Cuetzalan a involucrarse activamente en la toma de decisiones. Porque la democracia no es solo participación, sino también justicia e igualdad.

HUEYI TONAL, 2025



## 2 INTRODUCCIÓN

Una mesa de diálogo es un mecanismo de participación que permite generar conversaciones estructuradas y respetuosas en torno a temas de interés colectivo. A través de la escucha activa, la argumentación y el respeto por la diversidad de opiniones, estos espacios fomentan la deliberación democrática y el aprendizaje colaborativo.

Derivado de la instrumentación del proyecto **“JUVENTUDES POR LA DEMOCRACIA. Agencia política de las juventudes indígenas de Cuetzalan, Puebla”**, se construye esta guía con la colaboración de los/as promotores/as de la democracia, que es un grupo de juventudes de diversas comunidades del municipio de Cuetzalan, que fueron formados en temáticas como liderazgos, ciudadanía, democracia y paridad. Se pretende generar espacios de conversación en las escuelas (secundaria y bachillerato) y/o comunidades y lograr un intercambio de ideas, el análisis de distintas perspectivas y la difusión de herramientas para que las juventudes comprendan mejor sus derechos y responsabilidades, promoviendo de esta manera, una cultura de participación igualitaria y corresponsabilidad social.



Esta guía ofrece una metodología clara y dinámica, favoreciendo el conocimiento, el pensamiento crítico y la construcción de una ciudadanía activa. Se impulsará un ambiente donde cada voz sea valorada, asegurando que las juventudes, hombres y mujeres, sean protagonistas en la generación de propuestas y acciones para una sociedad más justa e igualitaria y así construir una verdadera democracia.

7

¡Es hora de dialogar!



# 3

## METODOLOGÍA

### PASO 1. Presentación

La moderadora o moderador lleva a cabo la presentación del proyecto, la institución financiadora, la actividad a realizar y el tiempo.

**Tiempo:** 5 minutos

**Actividad:** presentación

- Se presenta cada integrante del grupo responsable de la mesa de diálogo.
- Se pasa la lista de asistencia.

## PASO 2. Conceptos

El moderador o moderadora indica que se va a llevar a cabo una presentación de los temas a tratar (encuadre temático). Se presentan los temas de: democracia, participación, paridad, valores y actitudes.

**Tiempo:** 10 minutos

### 1. Democracia

El moderador o moderadora lee la definición de democracia: cuando discutimos la democracia, hay que precisar a cuál de sus posibles significados estamos tomando en cuenta: la de un ideal, la de un régimen político o un conjunto de valores, actitudes y creencias. Aquí vamos a revisar la de un régimen político.

*Una serie de reglas que establecen la manera en que decidimos sobre los temas que nos interesan a quienes integramos una comunidad (o, en su caso, a quiénes están autorizados por las leyes a decidir y tienen la condición de ciudadanos y ciudadanas). En todo régimen político democrático las elecciones son el procedimiento que permite elegir a nuestros gobernantes y también a las políticas que queremos que ellos impulsen a través del voto.<sup>1</sup>*

**1.1.** La siguiente actividad, es que cada integrante del equipo diga un ¿Sabías qué...?

**¿Sabías qué...?** La palabra "democracia" proviene del griego antiguo "dēmokratía," que se compone de "dêmos" (pueblo) y "krátos" (poder o gobierno). Por lo tanto, democracia literalmente significa "gobierno del pueblo." Es una forma efectiva de elegir a las personas que estarán representando al pueblo en el Gobierno.

<sup>1</sup> \*<https://farodemocratico.ine.mx/>

**¿Sabías qué...?** La democracia siempre ha tenido grandes desafíos, no siempre ha sido fácil de implementarla y mantenerla. A lo largo de la historia, muchas democracias han enfrentado desafíos como la corrupción, la falta de participación ciudadana y las amenazas autoritarias.

**¿Sabías qué...?** La Primera elección presidencial democrática en México se llevó a cabo en 1911, después de la Revolución Mexicana. Francisco I. Madero fue elegido presidente en esa ocasión.

**¿Sabías qué...?** Las mujeres en México obtuvieron el derecho al voto en 1953. La primera vez que las mujeres votaron en una elección presidencial fue en 1958.

**¿Sabías qué...?** El INE es el organismo encargado de organizar las elecciones en México. Fue creado en 1990 como Instituto Federal Electoral (IFE) y cambió su nombre a Instituto Nacional Electoral (INE) en 2014.

## 10

### 2. Participación ciudadana y política

El moderador o moderadora lee la definición de participación ciudadana y política: es cualquier acción que realizan los individuos en el ámbito público y, como tal, puede expresarse a través de muchísimas manifestaciones diferentes. Podemos votar, postularnos a un cargo, afiliarnos a un partido político, iniciar o firmar una petición, enviar una carta al periódico, protestar o pintar un grafiti. Todas esas son formas de participación política.<sup>2</sup>

**2.1.** La siguiente actividad, es que cada integrante del equipo diga un ¿Sabías qué...?

**¿Sabías qué...?** La participación ciudadana tiene diversas formas, no se limita al voto en las elecciones. Puede incluir desde la participación en protestas y manifestaciones hasta la firma de peticiones, participación en comités comunitarios y asistencia a reuniones públicas.

**¿Sabías qué...?** La participación ciudadana puede ejercer presión sobre los gobiernos y las instituciones para que adopten cambios. Movimientos sociales

---

<sup>2</sup><https://farodemocratico.ine.mx/>

y campañas de activismo han logrado avances significativos en derechos civiles, medio ambiente, y otras áreas gracias a la movilización ciudadana.

**¿Sabías qué...?** Existen Comités de Participación Ciudadana que son organismos locales integrados por ciudadanía que representan los intereses de su comunidad ante las autoridades. Participan en la supervisión de obras públicas, la seguridad y otros asuntos comunitarios.

**¿Sabías qué...?** Se está gestando en el mundo una nueva forma de participación llamada E-voluntariado; permite a las personas contribuir a causas y proyectos desde cualquier lugar del mundo, utilizando sus habilidades digitales.

### 3. Paridad de género

11

El moderador o moderadora lee la definición de paridad de género: es una estrategia que busca integrar la diferencia sexual a la democracia. *La paridad tiene como objetivo central garantizar el acceso al mismo trato y oportunidades para el reconocimiento, goce y ejercicio de los derechos humanos de todas las personas, sin importar sus diferencias.*<sup>3</sup>

En México, desde 2014, la paridad entre los géneros está incorporada a la Constitución de los Estados Unidos Mexicanos, por tanto, la paridad de género es un principio constitucional integral definitivo, un derecho y una regla procedimental.<sup>4</sup>

**3.1.** La siguiente actividad, es que cada integrante del equipo diga un ¿Sabías qué...?

**¿Sabías qué...?** El término "paridad de género" se popularizó en Francia en la década de 1990, cuando se introdujo como un principio para asegurar la igualdad de género entre hombres y mujeres en la política.

**¿Sabías qué...?** En México, la paridad de género se incorporó como un principio constitucional en 2019, conocido como "Paridad en Todo". Esta reforma

<sup>3</sup> \*<https://farodemocratico.ine.mx/>

<sup>4</sup> \*<https://farodemocratico.ine.mx/>

busca asegurar una representación equilibrada de mujeres y hombres en los puestos de poder y toma de decisiones.

¿Sabías qué...? La paridad de género se considera un indicador de la calidad democrática de un país. La representación equitativa de ambos géneros en los espacios de poder contribuye a una democracia más inclusiva y justa.

## 4. Valores y actitudes en la democracia, participación y paridad

El moderador o moderadora lee la definición de los valores y actitudes ante la democracia, participación y paridad: “la democracia, como cultura política promueve y se fundamenta en una serie de valores como el respeto a la dignidad humana, la tolerancia, el reconocimiento a la diversidad y la solidaridad, así como también emplea una serie de habilidades y prácticas como el ejercicio del diálogo para solucionar los conflictos y los problemas de una sociedad”.<sup>5</sup>

### 4.1. Valores

La **libertad**, la **igualdad** y la **autorrealización** son precisamente los valores que la democracia pretende que cada ciudadano y ciudadana puedan realizar. **La libertad** es un valor que comúnmente asociamos con la capacidad de hacer o pensar lo que queremos. Es hacer lo que quieras, siempre que no afectes ni limites los derechos de las otras personas. **La igualdad** implica que reconocemos a todas las personas como iguales, es decir, como igualmente valiosas, sin importar cualquier diferencia que pudiera existir entre ellas (género, etnia, idioma, religión, nacionalidad, migrantes, refugiados/as, entre otras). Debemos tratar a todas las personas como iguales y, además, en una democracia, debemos asegurar que todas tengan las mismas oportunidades y posibilidades de participar en la toma de decisiones y en el ejercicio del poder. **La autorrealización personal** es también un valor importante para la democracia. Su objetivo es que las personas tengan suficiente autonomía para decidir qué vida quieren llevar, tomar sus decisiones en función de la elección que realizaron y poder llevarlas a cabo de manera efectiva.<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup> \*<https://farodemocratico.ine.mx/>

<sup>6</sup> \*<https://farodemocratico.ine.mx/>

## 4.2. Actitudes

La democracia supone una serie de actitudes. Una **actitud** es una predisposición u orientación que cada individuo tiene y que ha interiorizado previamente durante su vida. Las actitudes son el resultado de nuestra formación, de lo que leemos y de las experiencias que tengamos, de todo lo que aprendemos durante la infancia.

Las actitudes funcionan como un filtro respecto a lo que ocurre en nuestro entorno, ya que nos facilitan entender las situaciones, los mensajes y las conductas de las demás personas, así como también nos ayudan a que cada uno/a podamos actuar y comportarnos de una determinada manera en relación al sistema político. Las actitudes políticas son importantes porque nos ayudan a entender y pensar el sistema político.<sup>7</sup>

**4.3.** La siguiente actividad, es que cada integrante del equipo diga un ¿Sabías qué...?

¿Sabías qué...? En el ejercicio de la democracia debe haber Valores y Actitudes como:

- a) *La integridad:* implica actuar con honestidad y ética en todas las acciones, promoviendo la transparencia y la justicia.
- b) *Capacidad de escucha:* escuchar activamente a los/as ciudadanos/as, prestando atención a sus preocupaciones y sugerencias.
- c) *Liderazgo:* ser capaz de inspirar y motivar a otros/as a involucrarse en el proceso democrático y a trabajar por el bien común.

¿Sabías qué...? Para que exista y se logre la paridad debe haber valores y actitudes como:

- d) *La igualdad:* abogar por la igualdad de derechos y oportunidades para todos/as, sin discriminación de ningún tipo.

<sup>7</sup><https://farodemocratico.ine.mx/>

e) *Empatía*: ser capaz de entender y valorar las perspectivas y necesidades de los/as demás, fomentando un ambiente de respeto y comprensión.

¿Sabías qué...? Para que exista y se logre la mayor participación de la ciudadanía debe haber valores y actitudes como:

f) *Participación activa*: participar activamente en procesos democráticos, como elecciones, consultas públicas y debates.

g) *Tolerancia*: mostrar apertura a diferentes opiniones y perspectivas, promoviendo el diálogo y la cooperación.

**4.4.** El moderador o moderadora pregunta a las y los asistentes si tienen dudas o preguntas sobre los temas.

14

## PASO 3. Preguntas y respuestas

Formación de las mesas con un tema de los anteriores para cada una.

**Tiempo:** 20 minutos

**Actividad:** respuestas a preguntas, en grupo.

1. Formar tres grupos (podrá utilizar una técnica para dividir al grupo) con el número de personas asistentes y entregar papelógrafos y marcadores.
2. En cada una de las mesas de Diálogo, habrá un equipo de promotores/as de la democracia, conformado por: dos facilitadores o guías temáticos, dos asistentes de materiales, dos asistentes de fotografía.

3. En cada mesa de diálogo las y los participantes deberán nombrar un par de escribientes, quienes tomarán nota de las principales respuestas, acuerdos y discrepancias, los cuales serán escritos en papelógrafos.

4. En un primer momento las y los facilitadores o guías temáticos deberá favorecer el dialogo y el debate mediante preguntas detonadoras que las y los participantes deberán contestar en cada mesa. Dicha participación deberá estar limitada en tiempo; en un segundo momento las y los facilitadores o guías temáticos deberán abrir el debate de los puntos controvertidos, y favorecer los acuerdos de la mayoría, en su caso de las discrepancias, si es que las hubiera.

## Preguntas detonadoras

### MESA DEMOCRACIA

- 1.- ¿Es la democracia el mejor sistema de gobierno? ¿Por qué sí o por qué no?
- 2.- ¿Actualmente en México/municipio/comunidad existe la Democracia?
- 3.- ¿Cuáles son los principales desafíos que enfrenta la democracia en México y nuestro municipio/comunidad?
- 4.- ¿Cómo puede una sociedad asegurar que toda la ciudadanía tenga una voz igual en una democracia?

### MESA PARIDAD

- 1.- ¿Qué significa la paridad de género y por qué es importante en la sociedad actual?
- 2.- ¿Cuáles son los principales obstáculos para lograr la paridad de género en tu municipio y comunidad?

## GUÍA PARA EL DESARROLLO DE MESAS DE DIÁLOGO

- 3.- ¿Cómo pueden las personas contribuir individualmente a la promoción de la paridad de género en su vida diaria?
- 4.- ¿Actualmente en México/municipio/comunidad existe la paridad?

### MESA PARTICIPACIÓN CIUDADANA Y POLÍTICA

- 1.- ¿Qué significa la participación ciudadana y por qué es esencial para una democracia saludable?
- 2.- En tu municipio/comunidad, ¿cuales son los principales obstáculos que impiden que las personas participen activamente en la política?
- 3.- ¿Cómo pueden las juventudes ser incentivadas a involucrarse más en la política y la participación ciudadana?
- 4.- ¿Cómo pueden las nuevas tecnologías y las redes sociales influir en la participación política de la ciudadanía?

Se detiene la actividad cuando concluya el tiempo.



## PASO 4. .Exposición de hallazgos

El moderador o moderadora les indicará que van a presentar un resumen de lo que discutieron en sus mesas, e irá dirigiendo las presentaciones.

**Tiempo:** 15 minutos

**Actividad:** presentación de resultados de los grupos

- Tomar fotografías de los/as participantes de cada mesa mientras exponen sus hallazgos
- Cada una de las mesas tendrá 5 minutos de participación
- Se recogen los papelógrafos

El moderador o moderadora de la mesa de diálogo da por concluida la presentación de los resultados. Cada vez que concluya un grupo solicitará aplausos.



## PASO 5. .Cierre

El moderador o moderadora da por concluida la mesa de diálogo, les agradece su participación y el apoyo brindado por la institución educativa, al personal directivo y docente. Se Recoge todo el material que se utilizó y agradecen de manera individual al personal directivo y docente.

**Tiempo:** 5 minutos



18

## PASO 6. .Evaluación

Se distribuye un formato de evaluación de calidad donde se podrán evaluar los niveles de aprendizaje, compromiso y satisfacción de los/as participantes, lo que permitirá ajustar futuras iniciativas para lograr un mayor impacto.

**Tiempo:** 5 minutos

**DURACIÓN TOTAL DE LA MESA DE DIÁLOGO:** 60 MINUTOS

# 4

## AGRADECIMIENTO

Expresamos nuestro más profundo agradecimiento a las juventudes de Cuetzalan, Puebla, quienes, con su voz, su entusiasmo y su liderazgo, han sido el motor de este proyecto. Su participación activa y su visión han enriquecido cada paso de este proceso, reafirmando la importancia de abrir espacios de diálogo donde las juventudes sean protagonistas del cambio.

Agradecemos también a las personas facilitadoras, docentes y comunidades educativas que han apoyado esta iniciativa, brindando su tiempo y compromiso para generar entornos de aprendizaje y reflexión. Su dedicación ha sido clave para que esta guía se convierta en una herramienta útil y efectiva para el ejercicio de la ciudadanía.

De igual forma al equipo del Programa Nacional de Impulso a la Participación Política de mujeres a través de Organizaciones de la Sociedad Civil, edición 2024, por su invaluable apoyo y confianza en este proyecto. Su compromiso con la promoción de la democracia y la participación juvenil ha hecho posible la materialización de esta guía, creyendo en el poder del diálogo para transformar realidades y fortalecer la democracia desde la juventud.

# ELABORADO POR:

Hueyi Tonal, SC

María De Lourdes Rodríguez Fuentes

Gemma Estefanía Barrios Molina

José Carlos Rodríguez Obregón

