



LABORA
LABORATORIO DE IDEAS
SOBRE DERECHOS LABORALES

MAESTROS QUE DEJAN HUELLA

**Historias, emociones y reflexiones sobre quienes sostienen la educación
incluso en los días difíciles**

<https://www.laboramx.org/>

**MAYO 15, 2026
EDICIÓN ESPECIAL**

**INGRID PAULINA HERNÁNDEZ VALVERDE
MARLA PAMELA GARIBAY MANCERA
GABRIEL GUTIÉRREZ GONZÁLEZ**

CONTENIDO

EDITORIAL

CRÓNICA PRINCIPAL

REPORTAJE HUMANO

ESPECIAL: EMOCIONES DOCENTES

INFOGRAFÍA

HISTORIAS CORTAS

MAESTROS Y SINDICALISMO

TESTIMONIOS

ARTÍCULO SOBRE TECNOLOGÍA E IA

CARTA ABIERTA



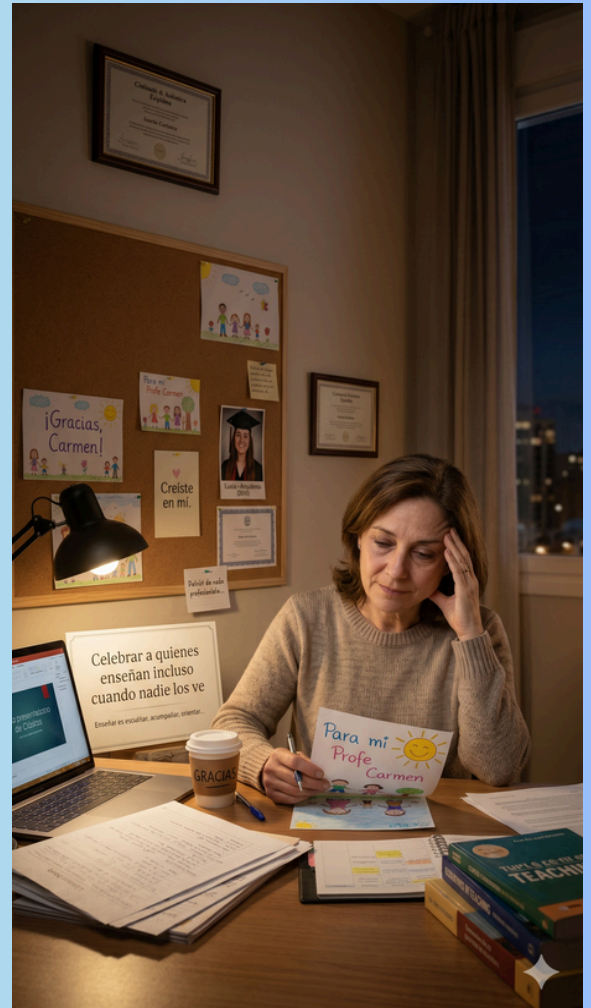
Editorial

“Celebrar a quienes enseñan incluso cuando nadie los ve”

Hablar de las maestras y los maestros debería ir mucho más allá de una felicitación anual. Enseñar no es solamente transmitir conocimientos; también es escuchar, acompañar, orientar y muchas veces sostener emocionalmente a otras personas. Detrás de cada profesionista, de cada servidor público y de cada persona que aprendió a creer en sí misma, hubo alguna vez un maestro que dejó huella.

Sin embargo, pocas veces vemos todo lo que existe detrás del aula. Las horas de preparación fuera del horario laboral, el desgaste emocional, la presión administrativa y el enorme reto de educar en tiempos acelerados y digitales forman parte de una realidad que muchas veces pasa desapercibida. Hoy las y los docentes no solo enseñan materias; también enfrentan desafíos humanos y sociales cada vez más complejos.

Y aun así, siguen enseñando. Siguen llegando temprano, preparando clases, motivando estudiantes y creyendo que vale la pena formar personas, incluso en los días difíciles.





EDITORIAL

Por eso, esta edición no busca únicamente celebrar la figura idealizada del maestro, sino reconocer a las personas reales que existen detrás de esa labor cotidiana.

Esta revista nace como un homenaje humano a quienes dedican su vida a enseñar. Aquí encontrarás historias, reflexiones, testimonios y experiencias que recuerdan algo importante: la educación no se sostiene solamente con instituciones o programas, sino gracias a personas comprometidas que todos los días comparten lo que saben y ayudan a construir el futuro.

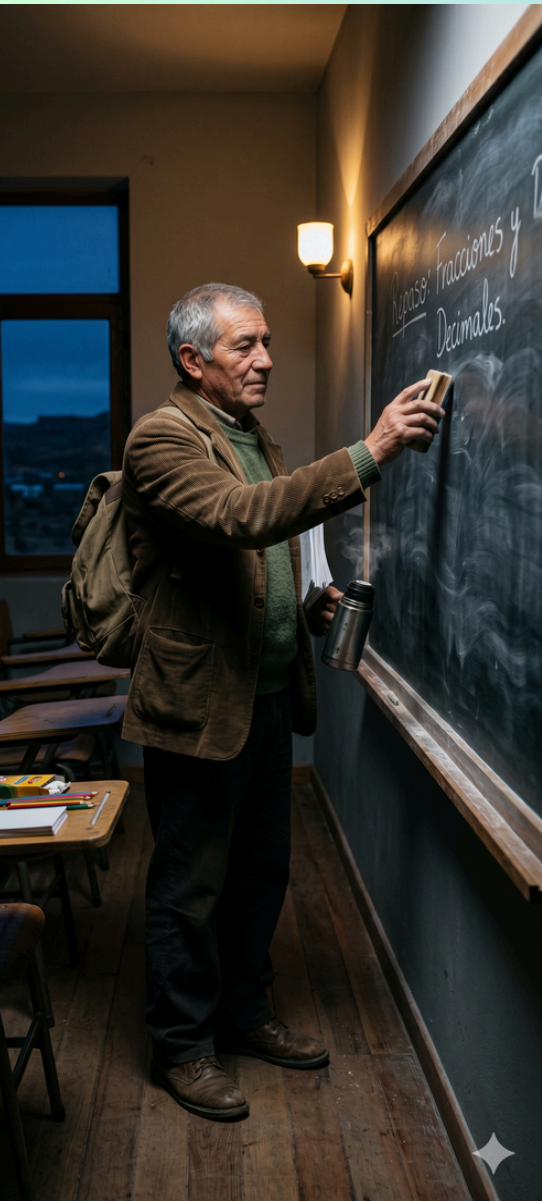
También queremos reconocer que detrás de la enseñanza existe una dimensión emocional que merece ser escuchada y valorada. Porque un maestro no deja de ser persona cuando entra al aula. También siente cansancio, preocupación y frustración, pero aun así continúa acompañando procesos de aprendizaje que muchas veces cambian vidas enteras.

En tiempos donde todo parece rápido y pasajero, enseñar sigue siendo uno de los actos más profundos de esperanza.

A todas las maestras y maestros que continúan enseñando incluso cuando nadie los ve, gracias por permanecer, por insistir y por recordar todos los días que educar también es un acto de humanidad.

“El maestro que llegaba antes que todos”

Todavía estaba oscuro cuando el profesor Ernesto salía de su casa con una mochila gastada, un termo de café y varias hojas bajo el brazo. Mientras muchas personas apenas comenzaban a despertar, él ya esperaba el transporte que lo llevaría hasta la escuela donde daba clases desde hacía más de veinte años. El trayecto era largo y cansado, pero nunca hablaba demasiado de eso. Decía que uno se acostumbra, aunque en realidad nadie se acostumbra del todo al agotamiento diario.



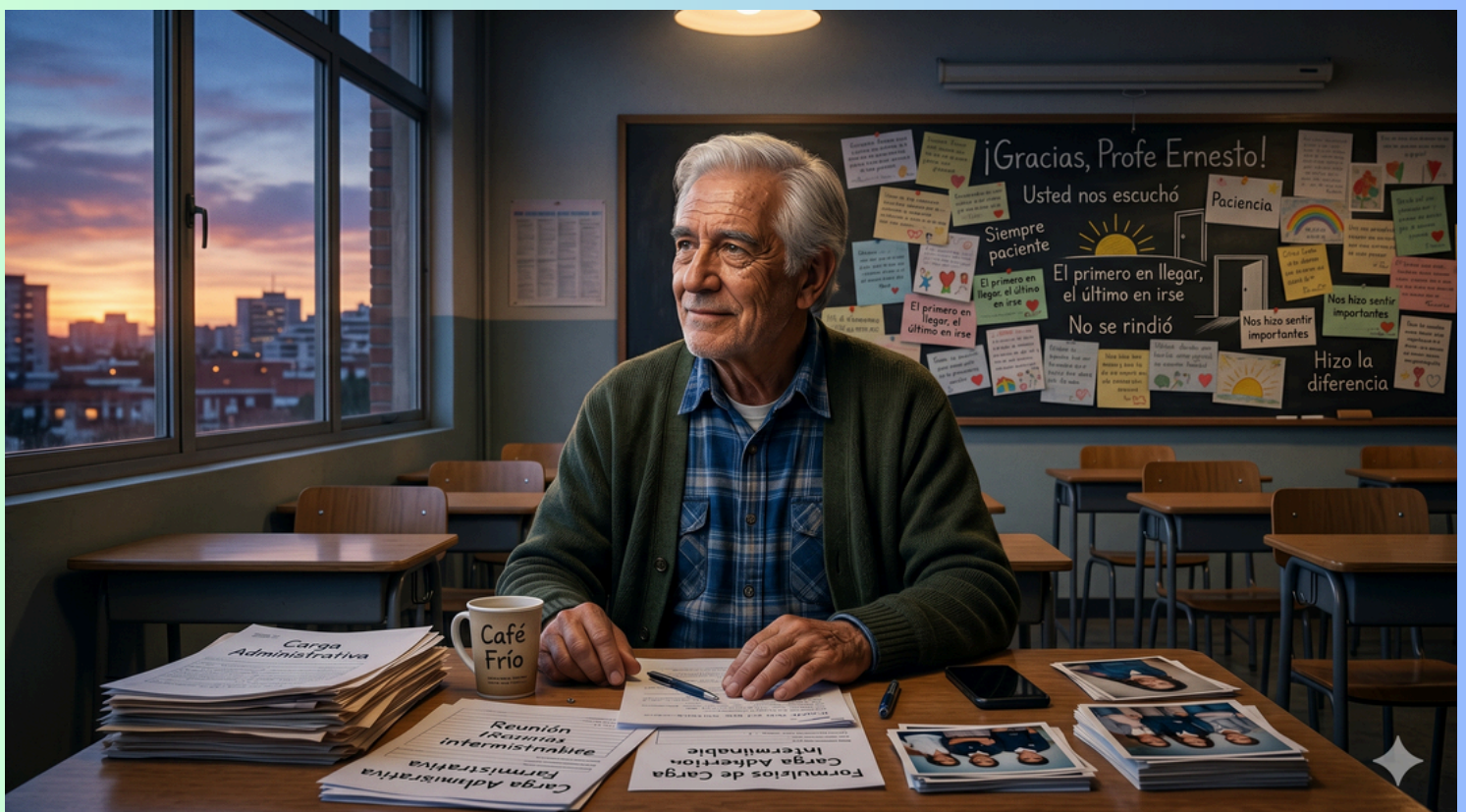
Llegaba siempre antes que todos. Abría el salón, acomodaba las sillas, limpiaba el pizarrón y revisaba rápidamente las actividades del día. A veces llevaba material comprado con su propio dinero porque sabía que algunos alumnos no tenían lo necesario. Otras veces simplemente llegaba con la intención de escuchar. Porque con el tiempo entendió que muchos estudiantes necesitaban algo más que una explicación de clase.

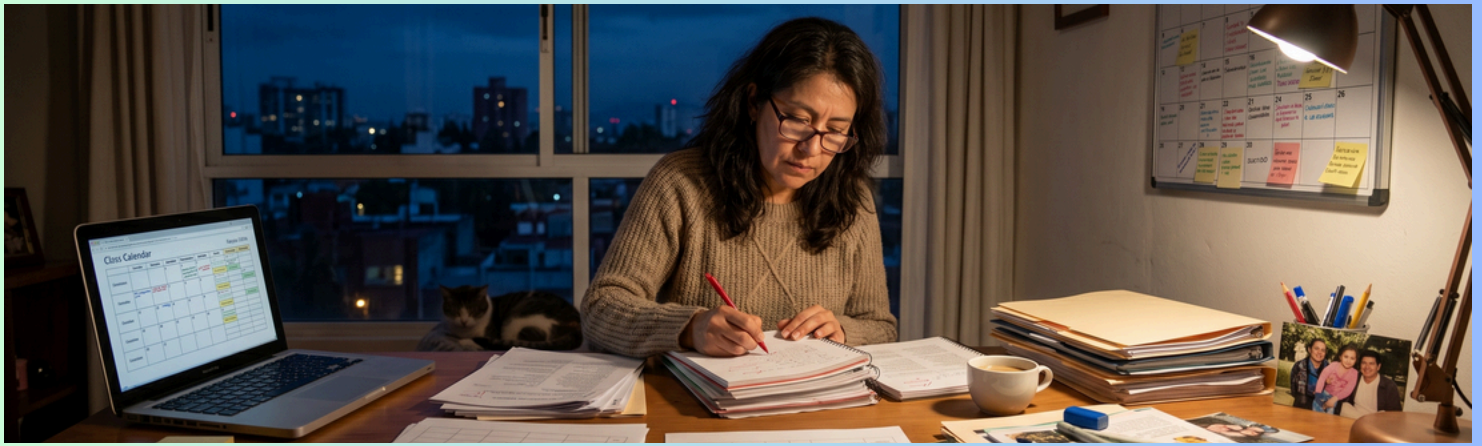
Conocía perfectamente los silencios de sus alumnos. Sabía cuándo alguien estaba distraído por problemas en casa, cuándo alguno tenía miedo de participar o cuándo otro intentaba aparentar fortaleza mientras atravesaba momentos difíciles. Nunca fue psicólogo, pero aprendió que enseñar también implicaba acompañar. Muchas veces una conversación breve al terminar la clase terminaba siendo más importante que cualquier examen.

No todo era sencillo. Había días en que el cansancio pesaba demasiado. La carga administrativa aumentaba, las reuniones parecían interminables y las preocupaciones personales también ocupaban espacio en su cabeza. Más de una vez pensó en renunciar. Más de una vez sintió que su esfuerzo pasaba desapercibido. Pero al día siguiente volvía a levantarse temprano y regresaba al aula como si algo dentro de él le recordara que todavía valía la pena continuar.

Durante la pandemia, como miles de docentes, improvisó maneras de seguir enseñando. Aprendió a usar plataformas digitales, grabó audios desde su celular y llamó por teléfono a estudiantes que habían dejado de conectarse. Algunas noches terminaba agotado frente a la pantalla, intentando resolver dudas mientras también enfrentaba incertidumbre y miedo como cualquier otra persona. Sin embargo, nunca dejó de preocuparse por sus alumnos.

Años después, muchos estudiantes quizá olvidaron algunas fórmulas, fechas o tareas, pero no olvidaron al maestro que llegaba antes que todos. El que escuchaba. El que tenía paciencia. El que hacía sentir importantes a quienes muchas veces se sentían invisibles. Porque hay maestros que enseñan materias, y hay otros que, sin darse cuenta, enseñan algo todavía más importante: la diferencia que puede hacer una persona cuando decide no rendirse frente a los demás.





REPORTAJE HUMANO

“Lo que nunca vemos del trabajo docente”

Cuando pensamos en el trabajo de una maestra o un maestro, casi siempre imaginamos únicamente el momento frente al grupo. Sin embargo, gran parte de su labor ocurre fuera del aula y muchas veces permanece invisible para los demás. Detrás de cada clase existen horas de preparación, revisión de trabajos, planeaciones, reuniones, reportes administrativos y preocupaciones constantes por el aprendizaje y bienestar de los estudiantes.

Muchos docentes también cargan con un desgaste emocional silencioso. Escuchan problemas familiares, intentan motivar a jóvenes desanimados, enfrentan presión institucional y, al mismo tiempo, buscan mantener el ánimo aunque ellos mismos estén cansados. En ocasiones compran materiales con sus propios recursos, dedican tiempo fuera de su horario laboral y continúan trabajando desde casa mientras intentan equilibrar su vida personal.

Ser maestro hoy implica mucho más que enseñar una materia. También significa adaptarse a nuevas tecnologías, responder a cambios sociales y mantener cercanía humana en una época donde la atención y la comunicación se vuelven cada vez más difíciles. Por eso, reconocer el trabajo docente también implica mirar todo aquello que normalmente no se ve, pero que sostiene diariamente la educación y la formación de miles de personas.

EL PESO EMOCIONAL DE ENSEÑAR



Gracias, Profe

Me siento mal

Necesito ayuda

No puedo

Gracias, Profe

Sonríe

Motivar

Influir Profundamente

Decar ayuda

Estrés

Sobrecarga Laboral

Presión Administrativa

Dificultades Sociales

Sobrecarga Laboral

Acompañar

Cuidar a quienes educan

Cuidar a educes

Conpañar

Gracias. Me siento mal

Necesito ayuda

Influir a quienes educan

Enseñar también implica una carga emocional que pocas veces se reconoce. Detrás de cada clase hay maestras y maestros que no solo explican temas o revisan tareas, sino que también escuchan problemas, intentan motivar a estudiantes desanimados y acompañan situaciones difíciles dentro y fuera del aula. Muchas veces deben mantener una actitud positiva aunque ellos mismos estén cansados, preocupados o emocionalmente agotados.

Con el paso del tiempo, la presión administrativa, la sobrecarga laboral, los cambios constantes y las dificultades sociales pueden generar estrés, ansiedad y desgaste emocional. Sin embargo, muchos docentes continúan trabajando con compromiso porque entienden que su labor puede influir profundamente en la vida de otras personas. Aun así, es importante recordar que quienes enseñan también necesitan ser escuchados, valorados y acompañados.

Hablar de las emociones docentes no es una señal de debilidad, sino una forma de reconocer que detrás de cada maestro existe una persona que también siente, enfrenta problemas y necesita espacios de apoyo. Cuidar a quienes educan también es una manera de fortalecer la educación y construir entornos más humanos.

HISTORIAS CORTAS

Mariana era una alumna silenciosa. Se sentaba hasta atrás del salón y casi nunca levantaba la mano. Mientras otros compañeros hablaban y reían, ella pasaba la mayor parte del tiempo mirando su libreta azul, como si intentara esconderse detrás de sus hojas. Muchos pensaban que simplemente era tímida, pero su maestra sabía que había algo más.

Un día, después de clase, la profesora Elena notó que Mariana seguía sentada en su lugar mientras todos se iban. Se acercó despacio y le preguntó si todo estaba bien. La niña tardó unos segundos en responder, hasta que finalmente dijo en voz baja que en su casa las cosas no estaban bien y que últimamente sentía que no era buena para nada.

La maestra no dio un gran discurso. Solo se sentó junto a ella y comenzó a revisar aquella libreta azul llena de dibujos pequeños en las esquinas de las páginas. Entonces sonrió y le dijo algo que Mariana nunca olvidaría:

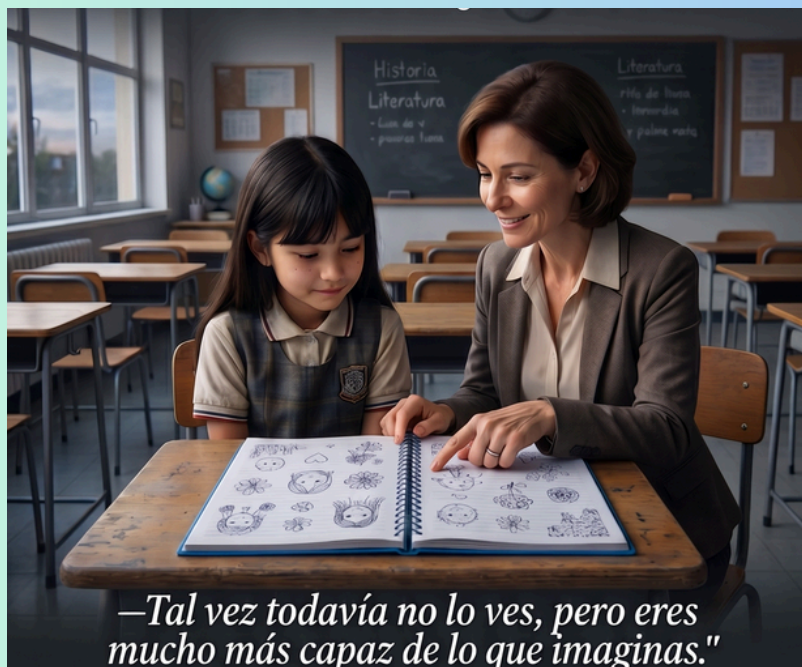
—“Tal vez todavía no lo ves, pero eres mucho más capaz de lo que imaginas.”

Desde ese día, la profesora Elena comenzó a motivarla poco a poco. Le pedía ayuda en algunas actividades, celebraba sus avances y siempre encontraba una manera de recordarle que su voz también importaba. Con el tiempo, Mariana empezó a participar más, a sonreír y a confiar en sí misma.

Años después, ya siendo adulta, Mariana regresó a aquella escuela convertida en maestra. Cuando vio a la profesora Elena, la abrazó con fuerza y le dijo:

—“Usted probablemente no lo recuerde, pero una vez me enseñó que yo también podía creer en mí.”

Porque hay maestros que enseñan materias, y hay otros que, sin darse cuenta, ayudan a sanar partes del corazón que nadie más veía.



—*Tal vez todavía no lo ves, pero eres mucho más capaz de lo que imaginas.*”



“EL ÚLTIMO ALUMNO”

El profesor Ricardo estaba a punto de terminar su jornada cuando vio que un joven seguía sentado solo en el salón. Todos los demás ya se habían ido. El muchacho miraba el piso mientras apretaba su mochila contra el pecho. Era Luis, uno de los alumnos más callados del grupo.

El maestro se acercó y le preguntó si necesitaba algo. Después de varios segundos de silencio, el joven respondió con la voz entrecortada:

—“Creo que voy a dejar la escuela.”

Ricardo no respondió de inmediato. Solo tomó una silla y se sentó junto a él. Luis comenzó a contarle que en su casa había problemas económicos, que necesitaba trabajar y que sentía que estudiar ya no tenía sentido. También confesó algo que nunca había dicho en voz alta: pensaba que no era suficientemente inteligente para continuar.

El profesor lo escuchó sin interrumpir. Cuando terminó de hablar, le dijo algo sencillo:

—“Hay momentos donde uno siente que ya no puede más, pero eso no significa que debas renunciar a tu futuro.”

Aquella tarde hablaron durante más de una hora. El maestro le ayudó a buscar opciones, becas y alternativas para que pudiera seguir estudiando. Pero más allá de eso, Luis sintió por primera vez en mucho tiempo que alguien realmente creía en él.

Pasaron los años. Un día, mientras el profesor Ricardo caminaba por la calle, escuchó que alguien lo llamaba. Era Luis, ahora convertido en enfermero. Sonriendo, lo abrazó y le dijo:

—“Gracias por quedarse aquel día. Si usted no me hubiera escuchado, probablemente habría abandonado todo.”

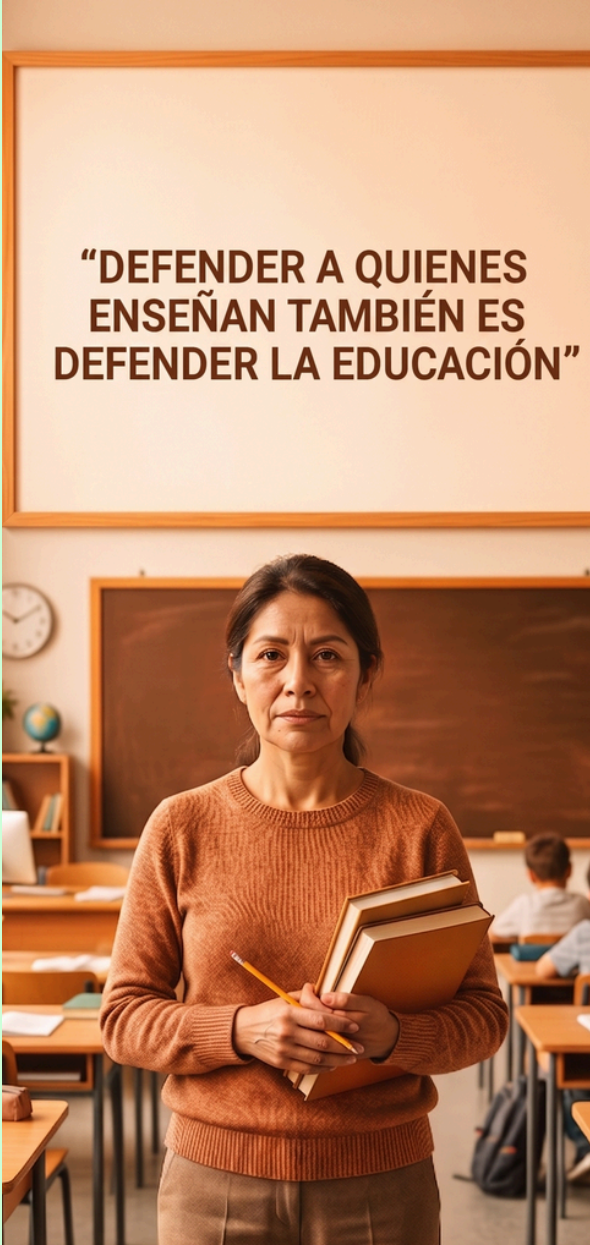
El maestro sonrió en silencio. Porque a veces, las palabras más importantes que un docente puede dar no vienen en una clase, sino en esos momentos donde alguien necesita simplemente que no lo dejen solo.

“Defender a quienes enseñan también es defender la educación”

Hablar de las maestras y los maestros también implica hablar de dignidad laboral, condiciones justas y respeto a una profesión que sostiene gran parte de la vida social. Detrás de cada aula existen personas que no solo enseñan conocimientos, sino que también forman ciudadanía, acompañan procesos humanos y enfrentan diariamente enormes retos emocionales, administrativos y sociales. Por eso, defender los derechos de quienes educan no es únicamente una causa laboral; también es una manera de proteger la calidad y el futuro de la educación.

El sindicalismo tiene un papel importante en esa tarea. No solo como herramienta para mejorar salarios o prestaciones, sino como un espacio de acompañamiento, representación y defensa de la labor docente. Un sindicato fuerte y humano puede ayudar a visibilizar el desgaste emocional, promover mejores condiciones de trabajo, impulsar la capacitación y recordar que detrás de cada maestro existe una persona que también necesita ser escuchada y valorada.

Cuando se dignifica el trabajo docente, gana toda la sociedad. Porque apoyar a quienes enseñan significa fortalecer las aulas, las comunidades y las oportunidades de miles de personas que encuentran en la educación una posibilidad de transformar su vida



**“DEFENDER A QUIENES
ENSEÑAN TAMBIÉN ES
DEFENDER LA EDUCACIÓN”**

TESTIMONIO

“La huella que deja un maestro”

Nunca fui el alumno más participativo del salón. De hecho, durante muchos años pensé que no era suficientemente bueno para estudiar una carrera. Pero una maestra de secundaria me repetía constantemente que aprender también era equivocarse y volver a intentarlo. Tal vez ella nunca imaginó cuánto significaron esas palabras para mí. Hoy, cada vez que enfrento un problema difícil, todavía recuerdo aquella confianza que tuvo cuando yo mismo no creía en mí.

Recuerdo a un profesor que todos los días saludaba a cada alumno por su nombre al entrar al salón. Parecía algo sencillo, pero para muchos de nosotros hacía una enorme diferencia. Nos hacía sentir vistos e importantes. Años después entendí que enseñar no siempre consiste en grandes discursos; a veces basta con hacer sentir a alguien que merece atención y respeto.

Durante una etapa complicada de mi vida pensé en abandonar la escuela. Había problemas en casa y sentía que ya no tenía sentido seguir estudiando. Una maestra se dio cuenta de que algo no estaba bien y un día se quedó conmigo después de clase para escucharme. No solucionó todos mis problemas, pero sí me ayudó a entender que no estaba solo. Esa conversación cambió mucho más de lo que ella probablemente imaginó.

Tuve un maestro que daba clases en un salón pequeño y con muy pocos recursos, pero nunca permitió que eso limitara su entusiasmo. Siempre encontraba formas de motivarnos, de hacernos participar y de enseñarnos con paciencia. Con el tiempo comprendí que la verdadera vocación no depende del lugar donde se trabaja, sino del compromiso con las personas a las que se enseña.

Hay maestros que dejan huella incluso en los momentos más simples. Una felicitación inesperada, una palabra de ánimo o un gesto de confianza pueden quedarse en la memoria durante años. Muchas veces ellos no alcanzan a ver el impacto que tienen en la vida de sus alumnos, pero algunas de sus enseñanzas permanecen mucho tiempo después de haber terminado las clases.

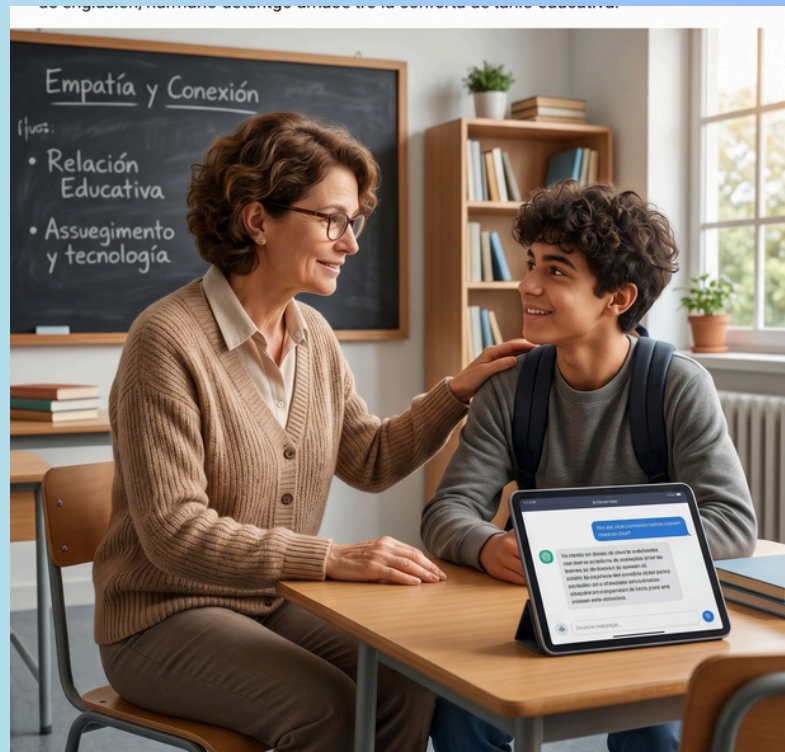
Hoy, al mirar atrás, entiendo que gran parte de lo que soy también fue construido por personas que dedicaron tiempo, paciencia y esfuerzo a enseñar. Por eso, más allá de las materias o los exámenes, lo que realmente permanece es la humanidad de quienes decidieron acompañar, orientar y creer en otros cuando más lo necesitaban.

ARTÍCULO SOBRE TECNOLOGÍA E IA

“La inteligencia artificial puede responder preguntas, pero no reemplazar la humanidad de un maestro”

La tecnología y la inteligencia artificial están cambiando la manera en que aprendemos, trabajamos y nos comunicamos. Hoy es posible encontrar información en segundos, tomar cursos en línea, traducir textos automáticamente o incluso recibir explicaciones generadas por sistemas inteligentes. Todo esto representa herramientas útiles que pueden apoyar la educación y facilitar muchas tareas dentro y fuera del aula.

Sin embargo, enseñar va mucho más allá de transmitir información. Un maestro no solo explica temas o resuelve dudas; también observa emociones, motiva, escucha, acompaña y ayuda a construir confianza en las personas. Hay momentos en los que un estudiante necesita mucho más que una respuesta correcta: necesita paciencia, comprensión y alguien que crea en él incluso cuando atraviesa dificultades. La inteligencia artificial puede generar contenidos, resumir textos o resolver ejercicios, pero no puede reemplazar la sensibilidad humana que existe en una relación educativa real.



No puede percibir el miedo de un alumno al participar, ni identificar el silencio de quien necesita apoyo emocional. Tampoco puede inspirar de la misma manera en que lo hace una persona comprometida con enseñar desde la empatía y la experiencia humana.

Además, muchos de los aprendizajes más importantes no aparecen en libros ni exámenes. Valores como el respeto, la solidaridad, la disciplina, la perseverancia y la capacidad de convivir con otros suelen aprenderse a través del ejemplo cotidiano de maestras y maestros. Esa dimensión humana difícilmente puede ser sustituida por una herramienta tecnológica, por avanzada que sea.

Esto no significa rechazar la tecnología. Al contrario, la inteligencia artificial puede convertirse en una gran aliada para apoyar procesos educativos, facilitar materiales, ahorrar tiempo y abrir nuevas oportunidades de aprendizaje. El verdadero reto no es elegir entre tecnología o docentes, sino encontrar formas en las que ambas puedan complementarse sin perder el sentido humano de la educación.

En tiempos donde todo parece acelerarse, la presencia de un maestro sigue siendo fundamental. Porque enseñar también significa acompañar procesos de vida, despertar curiosidad, formar personas y recordarles que son capaces de crecer. Y aunque la tecnología continúe avanzando, hay algo que ninguna inteligencia artificial podrá sustituir completamente: el impacto humano de alguien que decide dedicar su vida a enseñar.

CARTA ABIERTA

“Para quienes dedican su vida a enseñar”

Esta revista nace como un pequeño homenaje para todas las maestras y maestros que, todos los días, entregan mucho más que conocimientos. Para quienes llegan temprano, preparan clases, escuchan problemas, acompañan procesos difíciles y continúan enseñando incluso cuando el cansancio pesa más de lo que los demás alcanzan a ver. Tal vez muchas veces su trabajo parece cotidiano o silencioso, pero la realidad es que detrás de cada aula existen personas que ayudan a construir vidas, sueños y futuros enteros.

Sabemos que enseñar no siempre es sencillo. Hay días de agotamiento, presión, incertidumbre y preocupación. Hay momentos en los que el esfuerzo parece no ser suficiente o en los que el reconocimiento tarda demasiado en llegar. Sin embargo, aun en medio de todo eso, miles de maestras y maestros siguen encontrando razones para continuar, porque entienden que educar también es acompañar, escuchar y creer en otras personas.

Muchas veces quizá nunca sepan el impacto real de lo que hicieron. Tal vez no imaginen que una palabra de ánimo ayudó a alguien a no rendirse, que una conversación cambió una decisión importante o que un gesto de paciencia permaneció en la memoria de un alumno durante años. Pero eso ocurre todos los días. Porque hay enseñanzas que no aparecen en los libros y huellas que permanecen mucho tiempo después de haber terminado las clases.

Esta edición no pretende resumir todo lo que significa ser maestro, porque probablemente sería imposible. Solo busca detenerse un momento para reconocer la enorme humanidad que existe detrás de esa labor. Reconocer a quienes enseñan con compromiso aun en tiempos difíciles, a quienes siguen creyendo en el valor de la educación y a quienes hacen del aula un espacio donde muchas personas encuentran apoyo, inspiración y esperanza.

Gracias por permanecer cuando las circunstancias no siempre son fáciles. Gracias por la paciencia, por el tiempo, por la empatía y por todas esas pequeñas acciones que muchas veces cambian más vidas de las que imaginan. Gracias por enseñar no solo materias, sino también respeto, perseverancia, solidaridad y humanidad.

A todas las maestras y maestros: esta revista es apenas un pequeño homenaje para recordarles algo importante. Su trabajo sí deja huella. Y aunque muchas veces pase desapercibido, hay generaciones enteras que existen, crecen y avanzan gracias a personas como ustedes.