

NEREA DE UGARTE LÓPEZ



Ilustrado por Macarena Valdés

montena

NEREA DE UGARTE LÓPEZ



Ilustrado por Macarena Valdés

montena

TU VOZ ES LA VOZ DE
MUCHAS NIÑAS. NUNCA CALLES
LO QUE TE PAREZCA IMPORTANTE
NI DUDES EN DECIR EN VOZ
ALTA TODO LO QUE TE
PAREZCA INJUSTO E INCÓMODO.
QUE JAMÁS TE HAGAN
CREER QUE CALLADITA
TE VES MÁS BONITA.



TU VOZ ES LA VOZ DE
MUCHAS NIÑAS. NUNCA CALLES
LO QUE TE PAREZCA IMPORTANTE
NI DUDES EN DECIR EN VOZ
ALTA TODO LO QUE TE
PAREZCA INJUSTO E INCÓMODO.
QUE JAMÁS TE HAGAN
CREER QUE CALLADITA
TE VES MÁS BONITA.





.....



.....

M

M



Penguin
Random House
Grupo Editorial



Penguin
Random House
Grupo Editorial

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

montena

.....

.....

.....

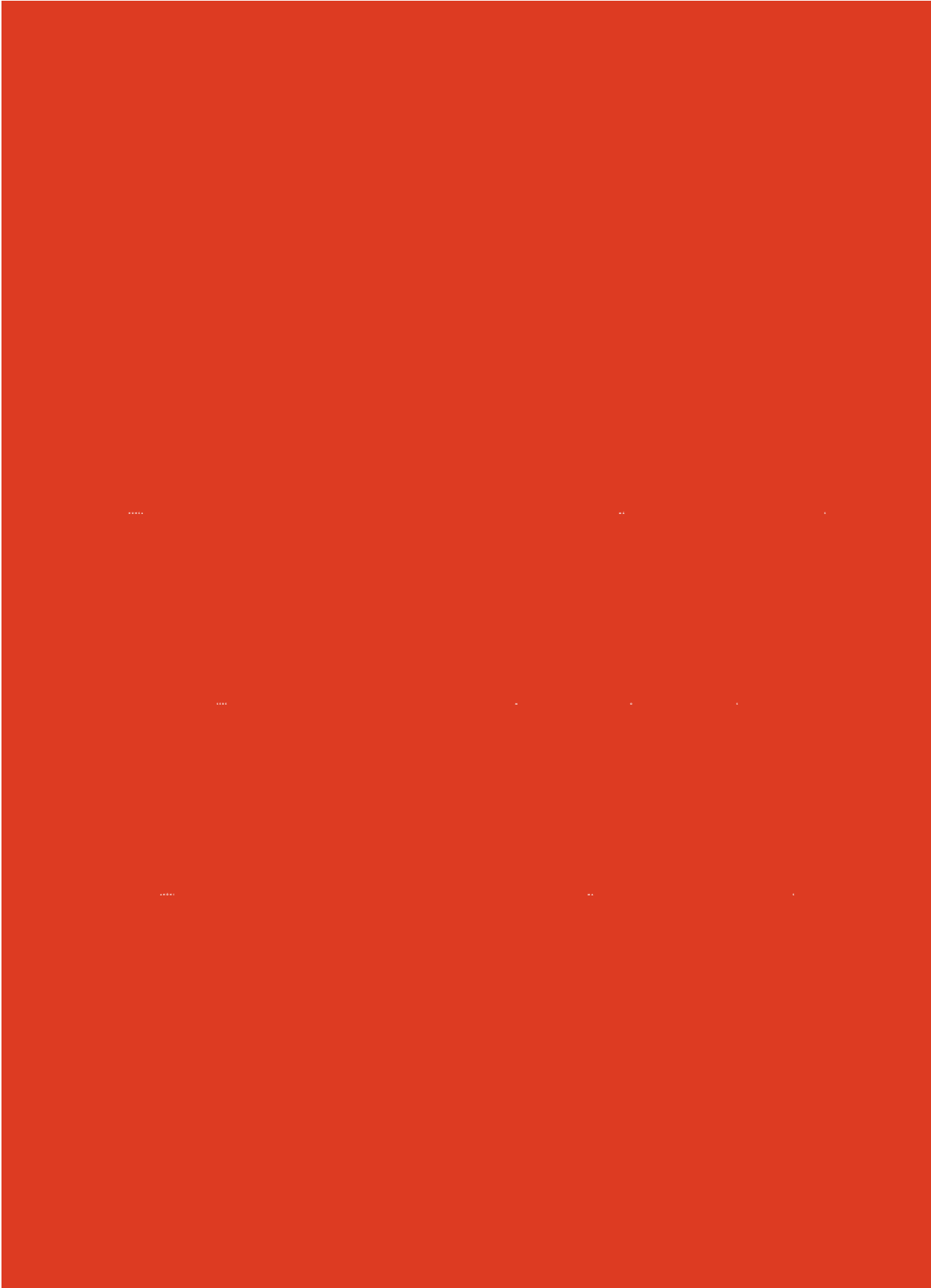
.....

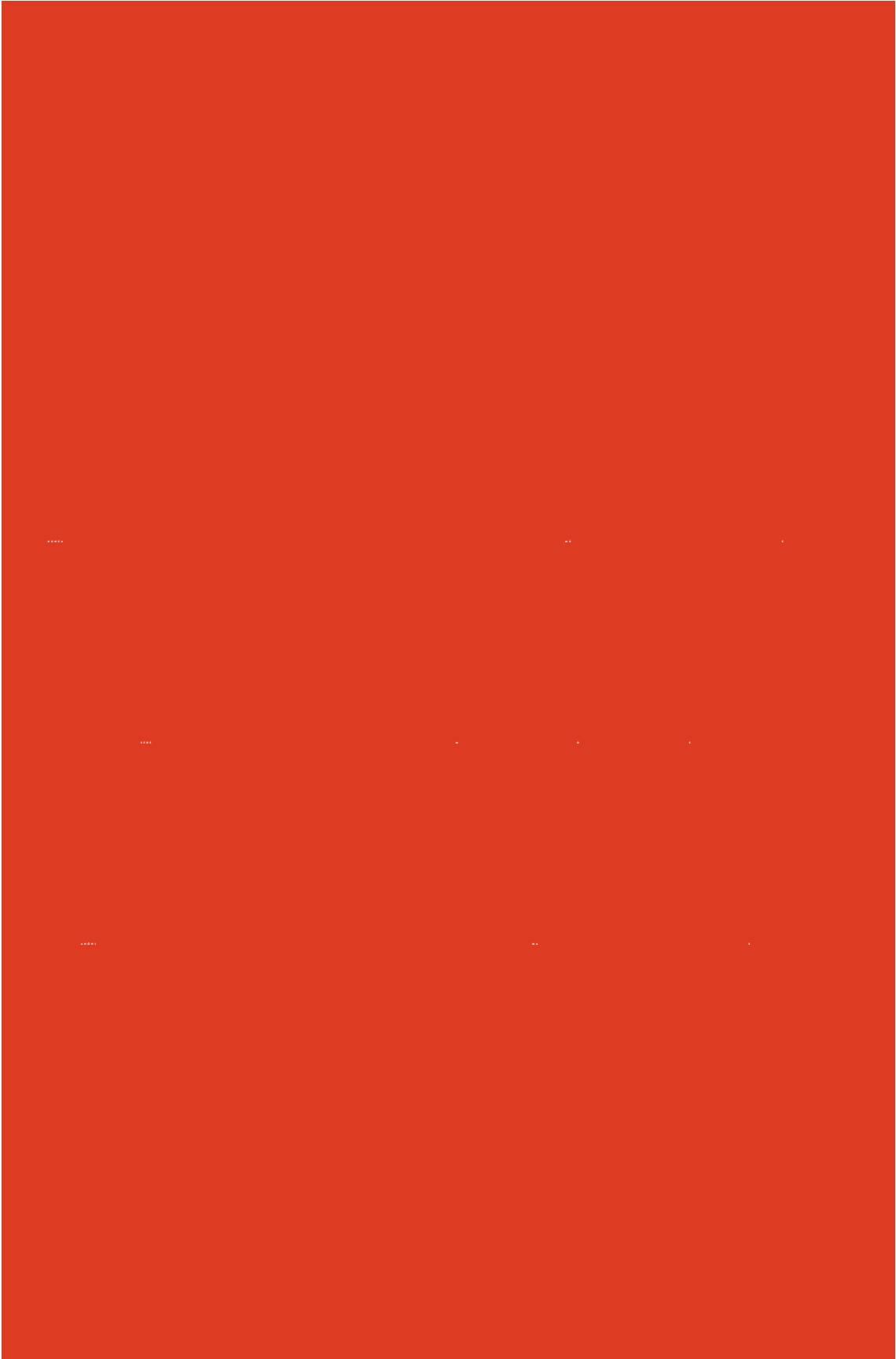
.....

.....

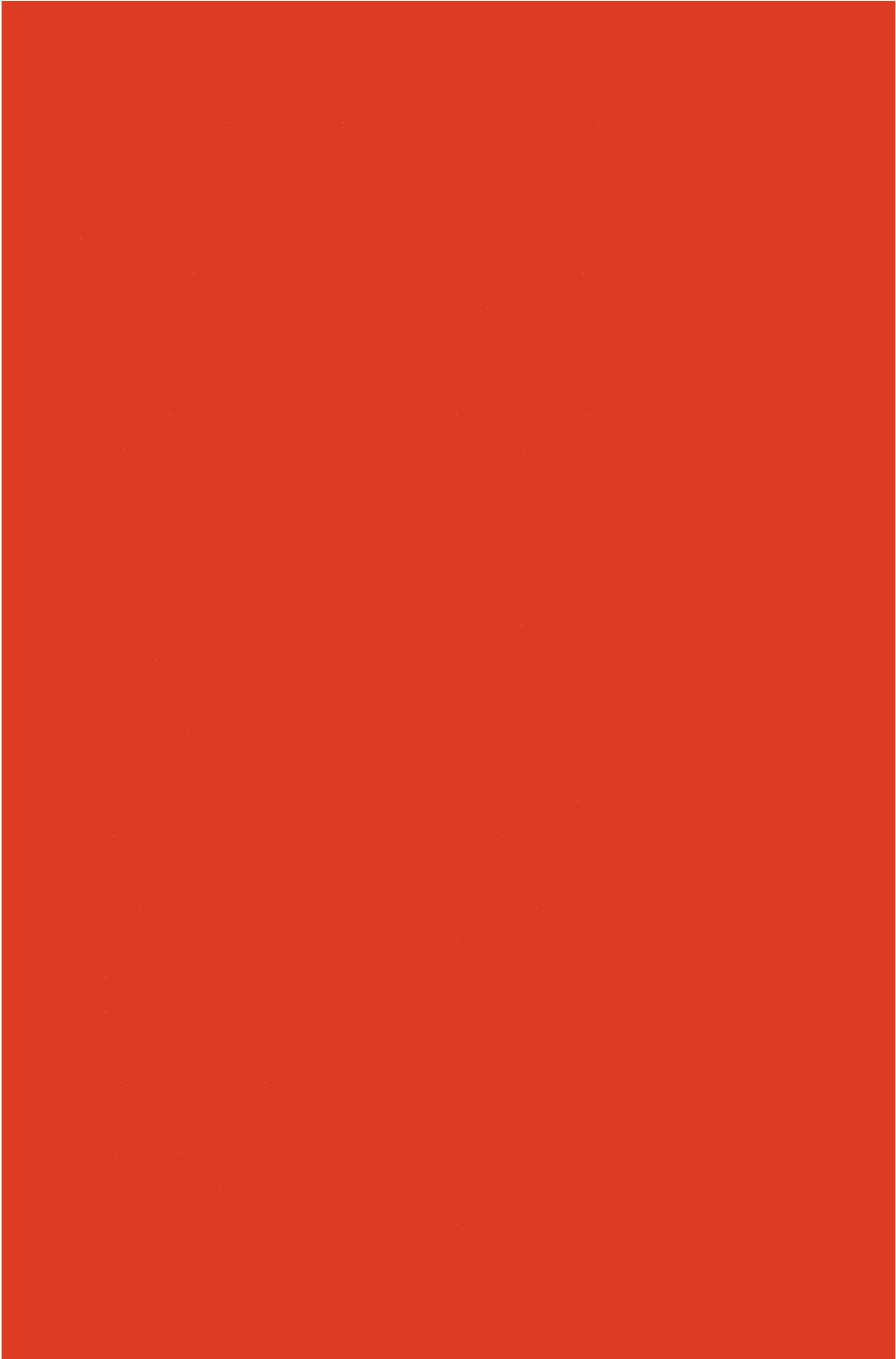
.....

montena

























1. *What is the main purpose of this document?*

2. *What are the key findings?*

3. *What are the recommendations?*

4. *What are the next steps?*

5. *What is the conclusion?*

6. *What is the overall summary?*

7. *What is the final thought?*

8. *What is the final note?*



1. The first step in the process is to identify the problem.

2. The second step is to define the problem.

3. The third step is to analyze the problem.

4. The fourth step is to develop a solution.

5. The fifth step is to implement the solution.

6. The sixth step is to evaluate the solution.

7. The seventh step is to monitor the solution.

8. The eighth step is to report the results.

9. The ninth step is to conclude the process.







.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....





.....

—

.....

.....

.....

.....

—

.....

—

.....

.....

—

.....

.....

.....

—



.....

.....

—













El mundo de los sueños es un mundo fascinante y misterioso. En él, podemos encontrar respuestas a nuestras preguntas más profundas y descubrir aspectos de nosotros mismos que no conocíamos. Los sueños son una ventana a nuestro subconsciente, un lugar donde se mezclan las emociones, los deseos y los temores. A lo largo de la historia, los seres humanos han intentado comprender el significado de los sueños, pero hasta el día de hoy, sigue siendo un tema enigmático. En esta ocasión, vamos a explorar algunos de los aspectos más interesantes de este mundo desconocido.

Uno de los aspectos más curiosos de los sueños es su capacidad para predecir el futuro. Aunque esto puede parecer algo sobrenatural, hay muchos ejemplos históricos de personas que han tenido sueños que se han cumplido. Por ejemplo, el faraón Egipto, Neferos, tuvo un sueño que le predijo su muerte. Otro ejemplo es el de la reina Fara, quien tuvo un sueño que le indicó que debía abandonar su reino. Estos ejemplos sugieren que los sueños pueden ser una forma de comunicación con el futuro.

Además, los sueños pueden ser una herramienta poderosa para resolver problemas. Muchas personas han reportado haber encontrado soluciones a problemas que les habían estado dando vueltas durante días o semanas. Esto se debe a que, durante el sueño, el cerebro puede procesar la información de una manera diferente a la que lo hace cuando estamos despiertos. Al estar en un estado de relajación, el cerebro puede conectar ideas que de otro modo no estarían relacionadas.

Los sueños también pueden ser una forma de escape. Cuando estamos estresados o preocupados, a menudo soñamos con situaciones que nos permiten escapar de nuestra realidad. Estos sueños pueden ser muy agradables y nos ayudan a liberarnos de nuestras preocupaciones. Sin embargo, también pueden ser aterradores, especialmente si estamos soñando con situaciones que nos hacen sentir inseguros o amenazados.

En conclusión, el mundo de los sueños es un mundo fascinante y misterioso. Aunque todavía tenemos mucho que aprender sobre él, los sueños son una parte importante de nuestra vida. Nos ayudan a comprender nosotros mismos, a resolver problemas y a escapar de nuestras preocupaciones. Así que la próxima vez que tengas un sueño, ¡párate a reflexionar sobre su significado!



En la noche, cuando el mundo duerme, se despiertan los sueños. Son como pequeñas semillas que crecen en el corazón de cada persona. Algunos sueños son grandes y brillantes, como estrellas en el cielo. Otros son pequeños y sencillos, como flores en un campo. Pero todos son importantes, porque nos ayudan a descubrir quiéramos y qué queremos. Los sueños son como mapas que nos guían hacia el futuro. Nos muestran caminos que nunca habíamos visto antes. A veces, los sueños nos dan ideas para cosas nuevas que podemos hacer. Otras veces, nos advierten de peligros que debemos evitar. Pero lo más importante es que los sueños nos dan esperanza. Nos hacen creer que podemos lograr todo lo que nos proponemos. Así que, cuando tengas un sueño, no lo dejes escapar. Síguelo, porque puede ser el comienzo de algo maravilloso.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

....

8

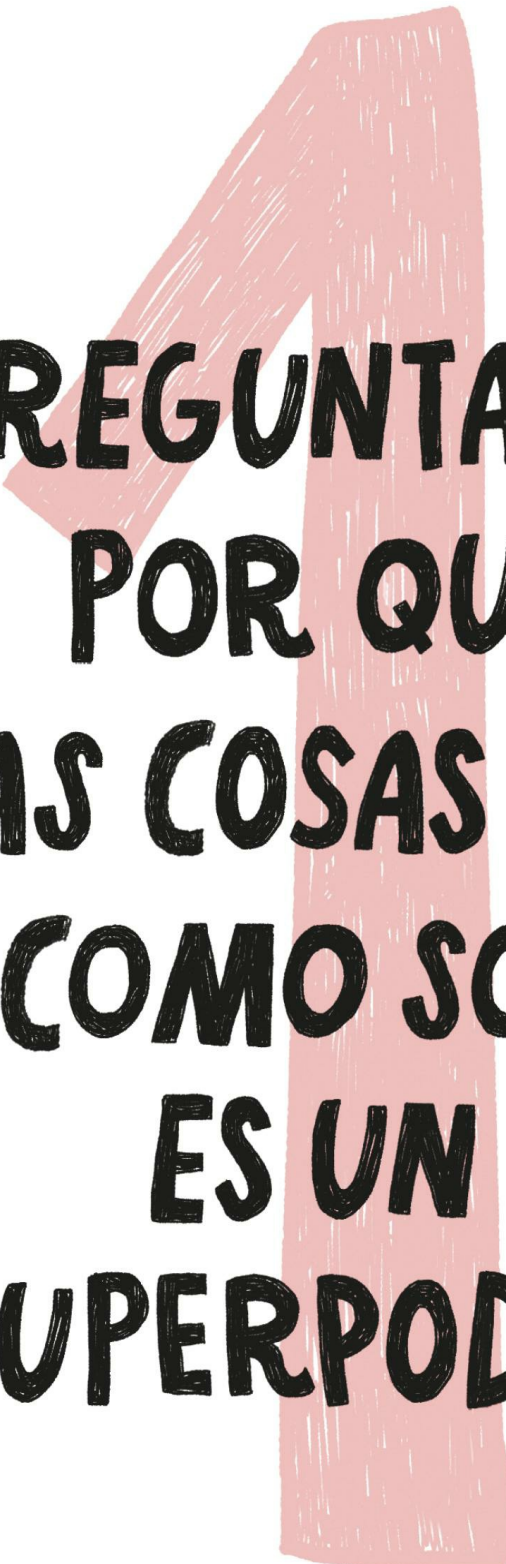
PRINCIPIOS
SUPERPODEROSOS
DE ESTE MANIFIESTO

8

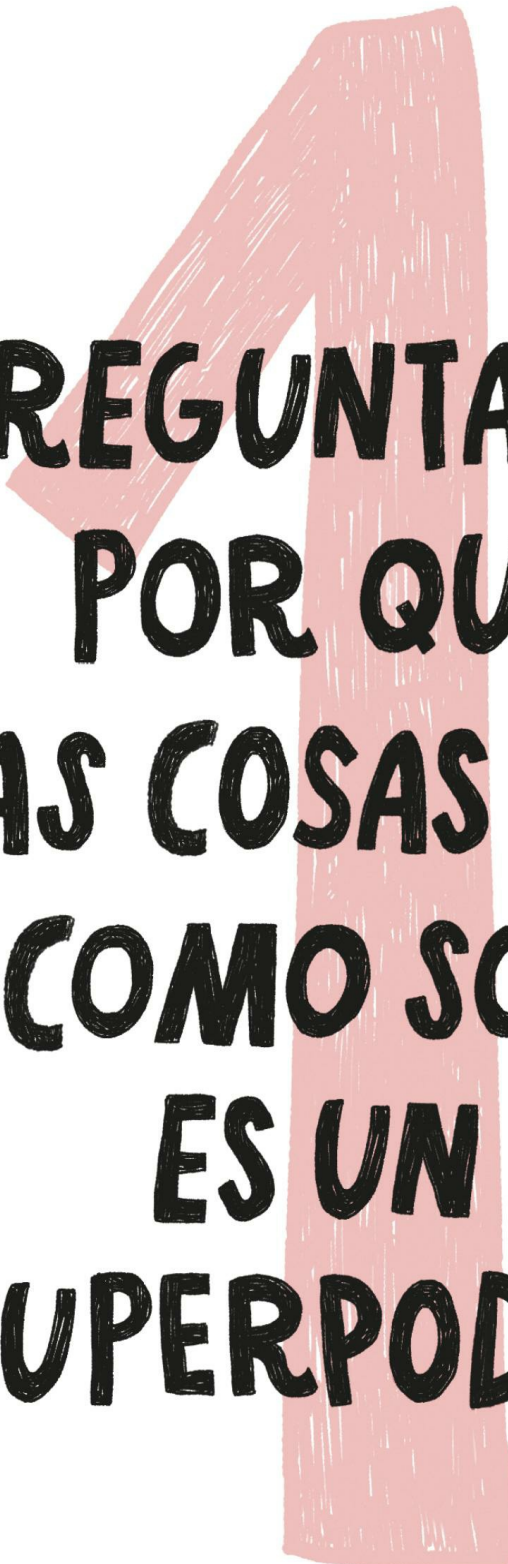
PRINCIPIOS
SUPERPODEROSOS
DE ESTE MANIFIESTO







**PREGUNTARTE
POR QUÉ
LAS COSAS SON
COMO SON
ES UN
SUPERPODER**



**PREGUNTARTE
POR QUÉ
LAS COSAS SON
COMO SON
ES UN
SUPERPODER**









Handwritten text in cursive script, appearing to be a list or notes, is visible in the top section of the page. The text is written in dark ink on a light background.

Below the handwritten text, there are several horizontal lines for writing, some of which are already filled with handwritten text. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page.

1. The first step in the process of creating a new product is to identify a market need. This involves conducting market research to determine what consumers want and what problems they are trying to solve.

2. Once a market need has been identified, the next step is to develop a concept for a product that meets that need. This involves brainstorming ideas and creating a prototype.

3. The third step is to conduct a feasibility study to determine if the product is viable. This involves assessing the market, the technology, and the resources needed to develop and launch the product.

4. The fourth step is to develop a business plan. This involves outlining the company's goals, strategies, and financial projections.

5. The fifth step is to secure funding. This involves pitching the business plan to investors and securing the capital needed to develop and launch the product.

6. The sixth step is to develop and launch the product. This involves creating a marketing plan, launching the product, and monitoring its performance.

7. The seventh step is to evaluate the product's performance. This involves analyzing sales data, customer feedback, and market trends to determine if the product is successful.

8. The eighth step is to iterate and improve the product. This involves making changes to the product based on customer feedback and market trends.

9. The ninth step is to scale the product. This involves expanding the product's reach to new markets and increasing production.

10. The tenth step is to maintain the product. This involves continuing to monitor the product's performance and making updates as needed.

•

—

• [The 10 Best Places to Visit in the World in 2023](#)

• [The 10 Best Places to Visit in the World in 2023](#)

• [The 10 Best Places to Visit in the World in 2023](#)

• [The 10 Best Places to Visit in the World in 2023](#)

• [The 10 Best Places to Visit in the World in 2023](#)

• [The 10 Best Places to Visit in the World in 2023](#)

• [The 10 Best Places to Visit in the World in 2023](#)

• [The 10 Best Places to Visit in the World in 2023](#)

• [The 10 Best Places to Visit in the World in 2023](#)

• [The 10 Best Places to Visit in the World in 2023](#)

• [The 10 Best Places to Visit in the World in 2023](#)

• [The 10 Best Places to Visit in the World in 2023](#)

• [The 10 Best Places to Visit in the World in 2023](#)

• [The 10 Best Places to Visit in the World in 2023](#)

• [The 10 Best Places to Visit in the World in 2023](#)

• [The 10 Best Places to Visit in the World in 2023](#)

• [The 10 Best Places to Visit in the World in 2023](#)





Handwriting practice lines consisting of ten horizontal red lines on a light gray background.





1000

1000000

1000000

1000

1000

1000

1000000

1000

1000000

1000000

1000000

1000

1000000

1000

1000

1000

1000

1000000

1000000

1000000

1000000

1000

1000000

1000

1000

1000

1000000

1000000

1000000



—

—

—

—

—

—

—

—

—

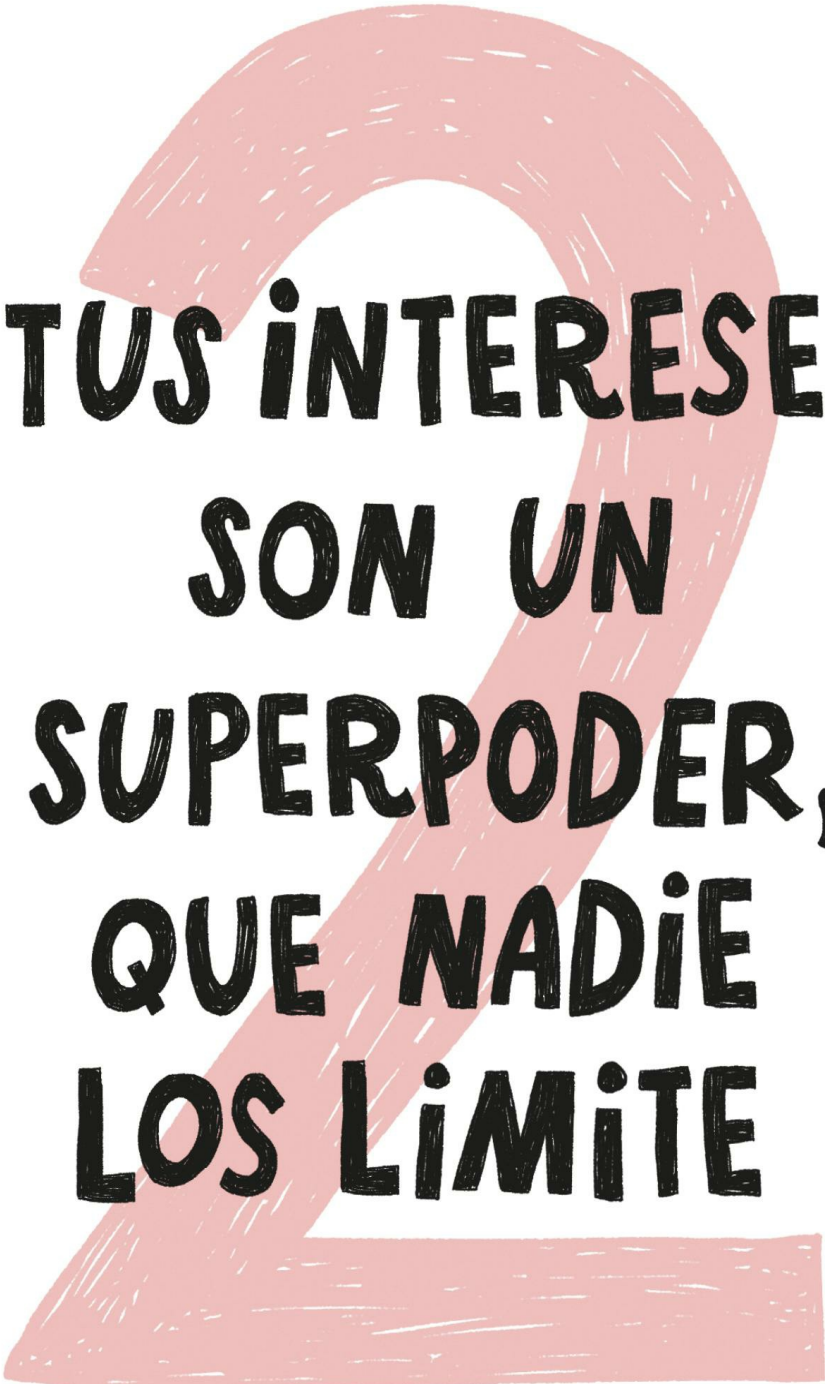
—

—

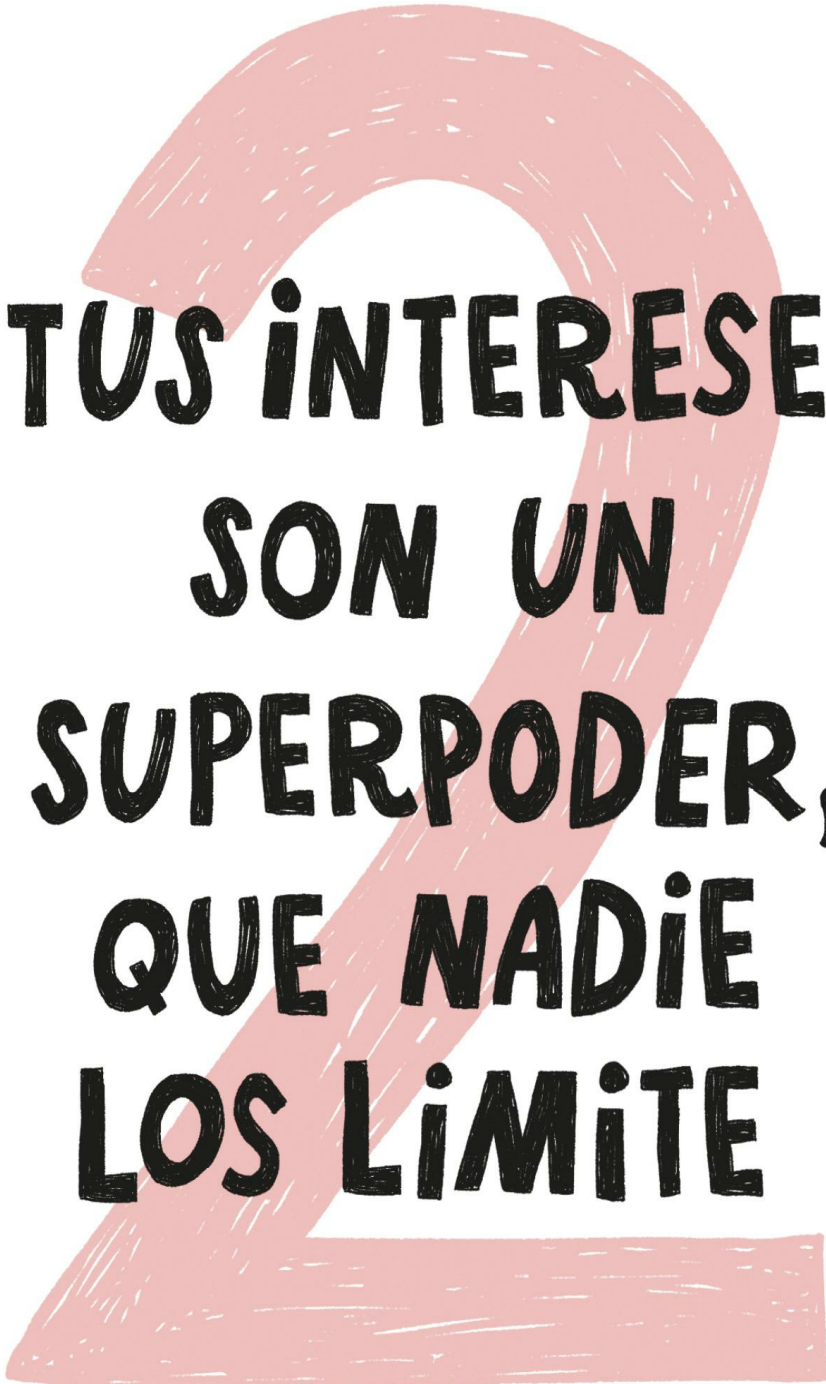








**TUS INTERESES
SON UN
SUPERPODER,
QUE NADIE
LOS LIMITE**



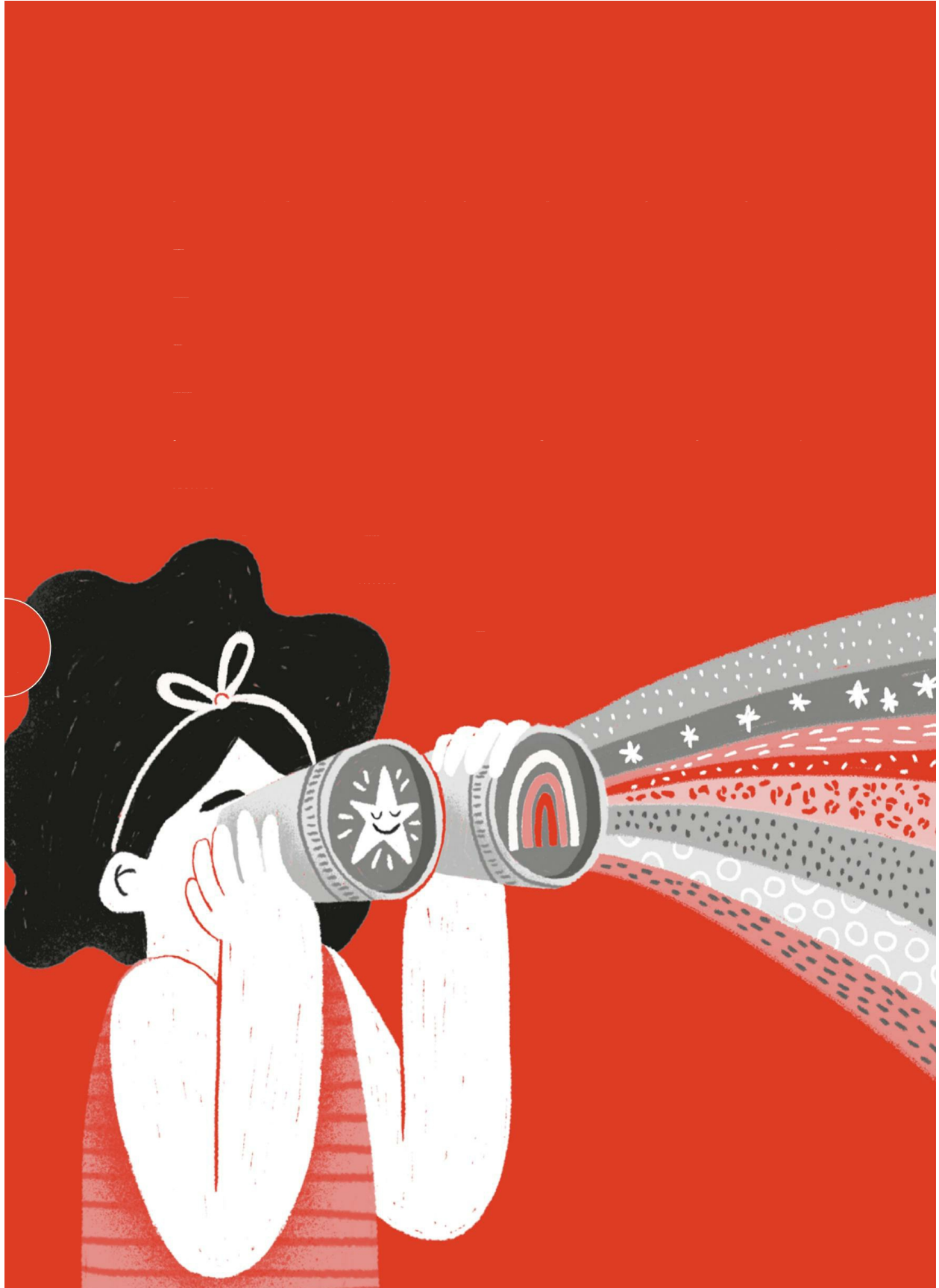
**TUS iNTERESES
SON UN
SUPERPODER,
QUE NADiE
LOS LiMiTE**



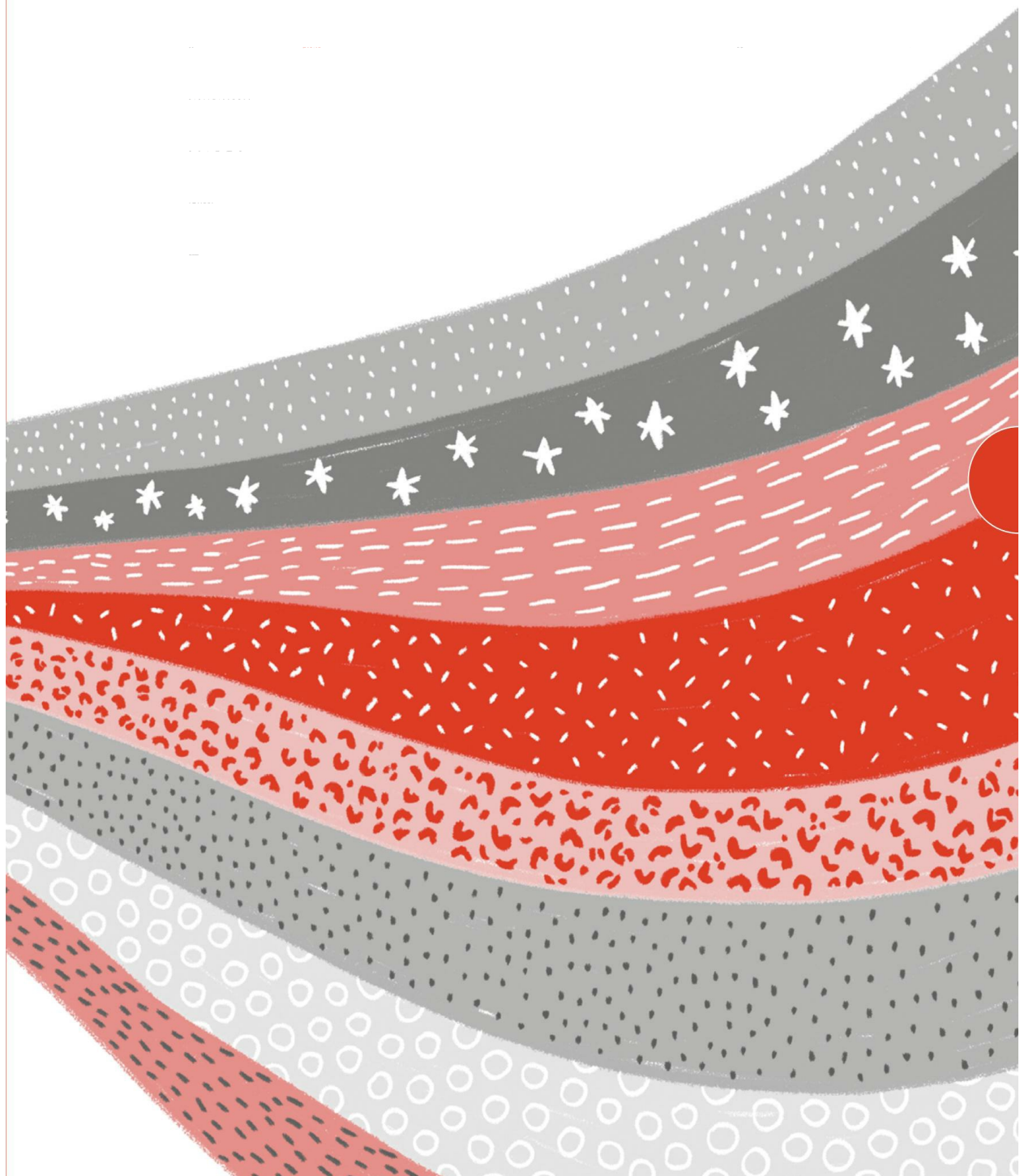


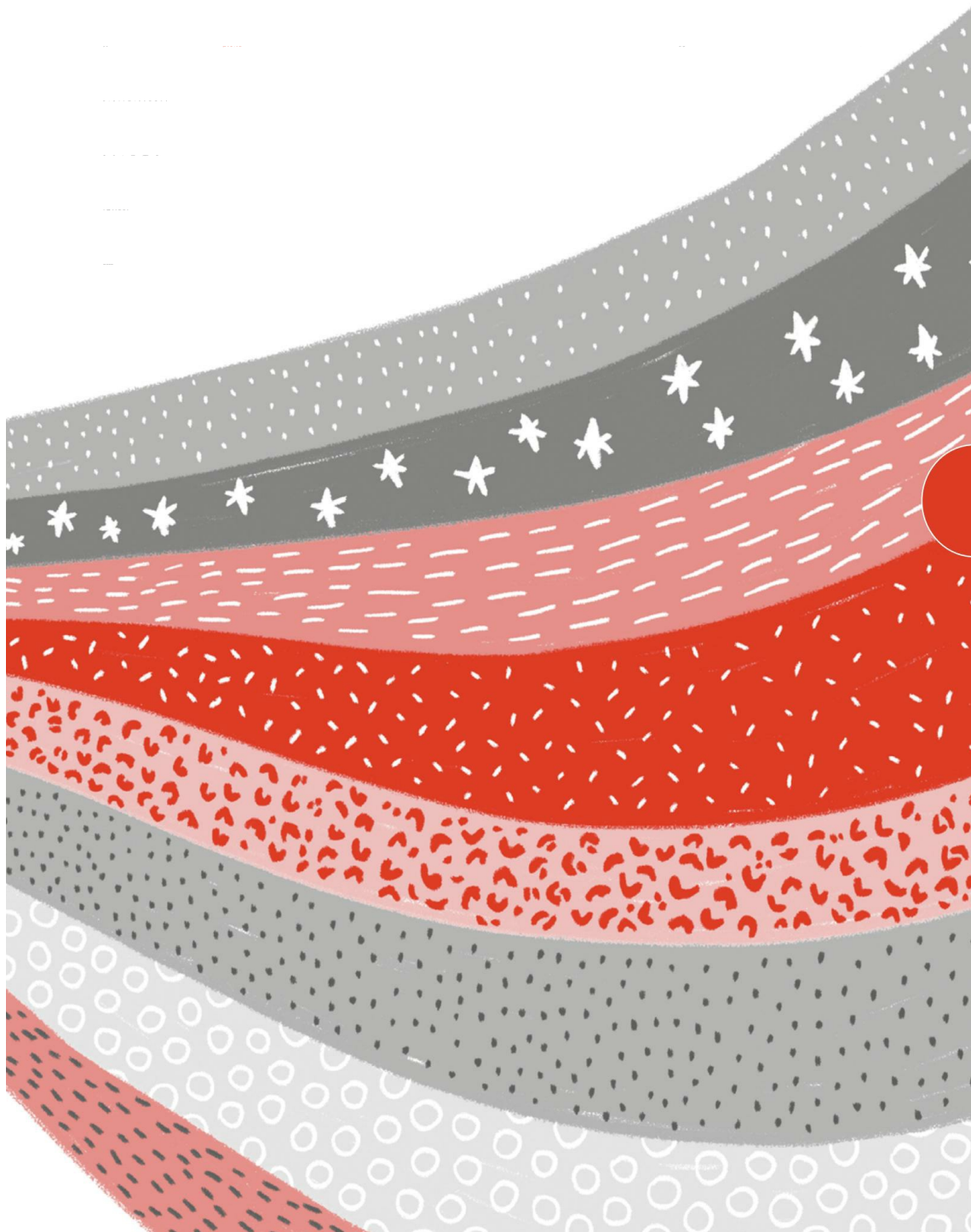














.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....













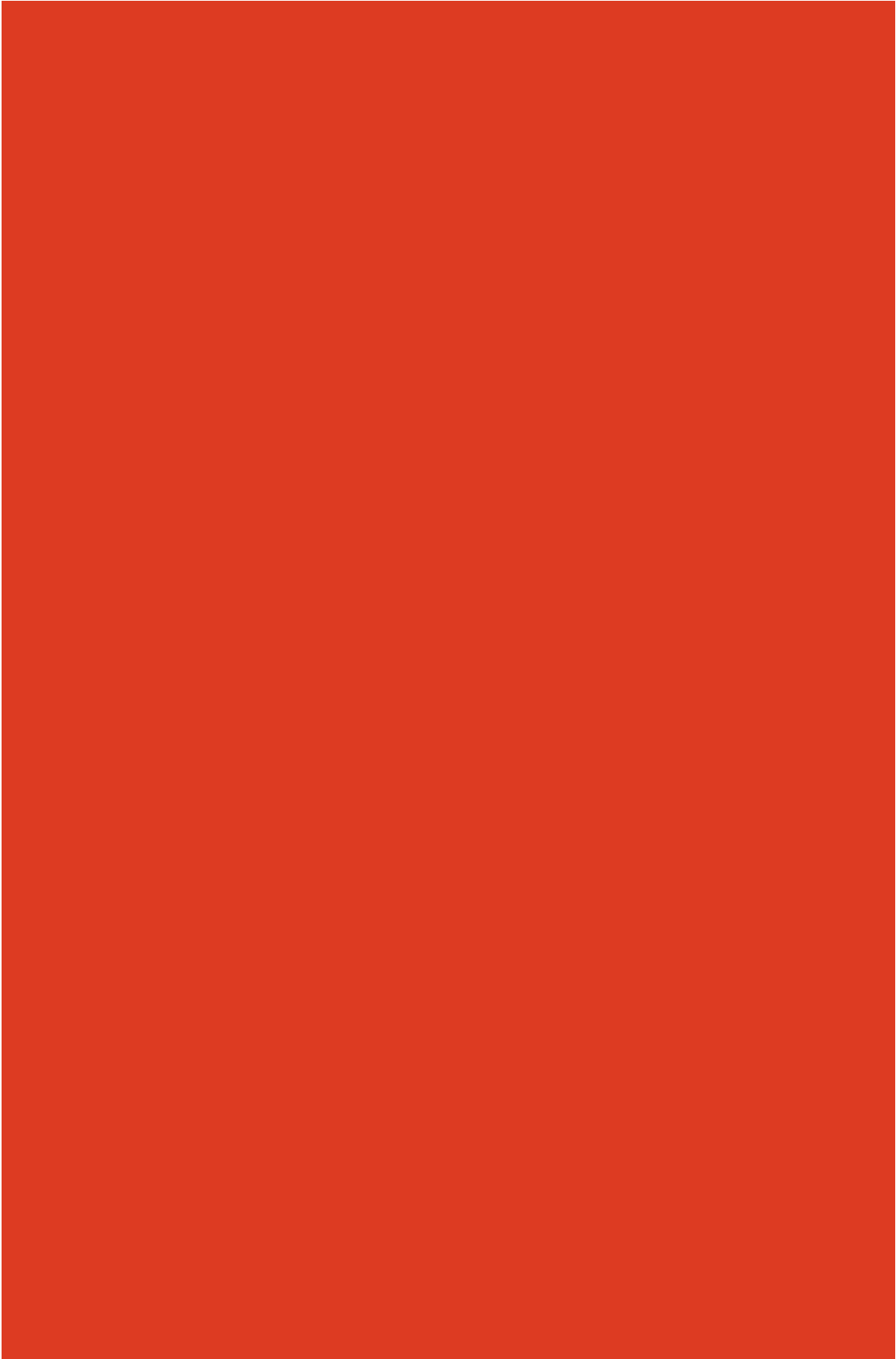


**NO EXISTEN
LAS «COSAS
DE NIÑAS»**



**NO EXISTEN
LAS «COSAS
DE NIÑAS»**









—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—



—

—







**ERES MUCHO
MÁS QUE TU
APARIENCIA
FÍSICA**



**ERES MUCHO
MÁS QUE TU
APARIENCIA
FÍSICA**









1. 2019

2. 2020

3. 2021

4. 2022

5. 2023

6. 2024

7. 2025

8. 2026

9. 2027

10. 2028

11. 2029

12. 2030

13. 2031

14. 2032

15. 2033

16. 2034

17. 2035

18. 2036

19. 2037

20. 2038

21. 2039

22. 2040

23. 2041

24. 2042

25. 2043

26. 2044

27. 2045

28. 2046

29. 2047

30. 2048



1. Introduction

2. Theoretical Framework

3. Methodology

4. Results

5. Discussion

6. Conclusion

7. References

8. Appendix

9. Acknowledgements

10. Author Biographies

11. Declaration of Interest

12. Data Availability Statement

13. Ethics Statement

14. Funding

15. Supplementary Material

16. References

17. Appendix

18. Acknowledgements

19. Author Biographies

20. Declaration of Interest

21. Data Availability Statement

22. Ethics Statement

23. Funding

24. Supplementary Material

25. References

26. Appendix

27. Acknowledgements

28. Author Biographies

29. Declaration of Interest

30. Data Availability Statement



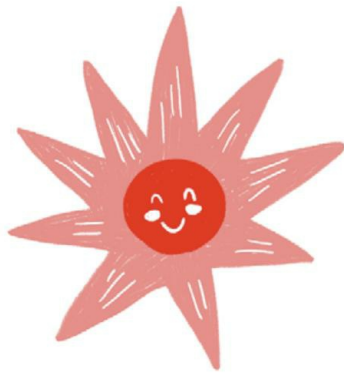


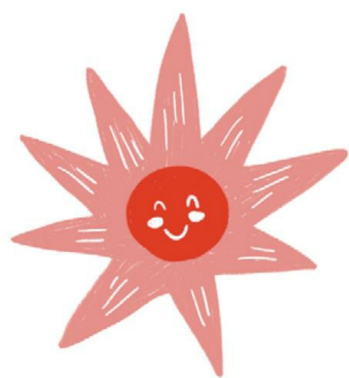




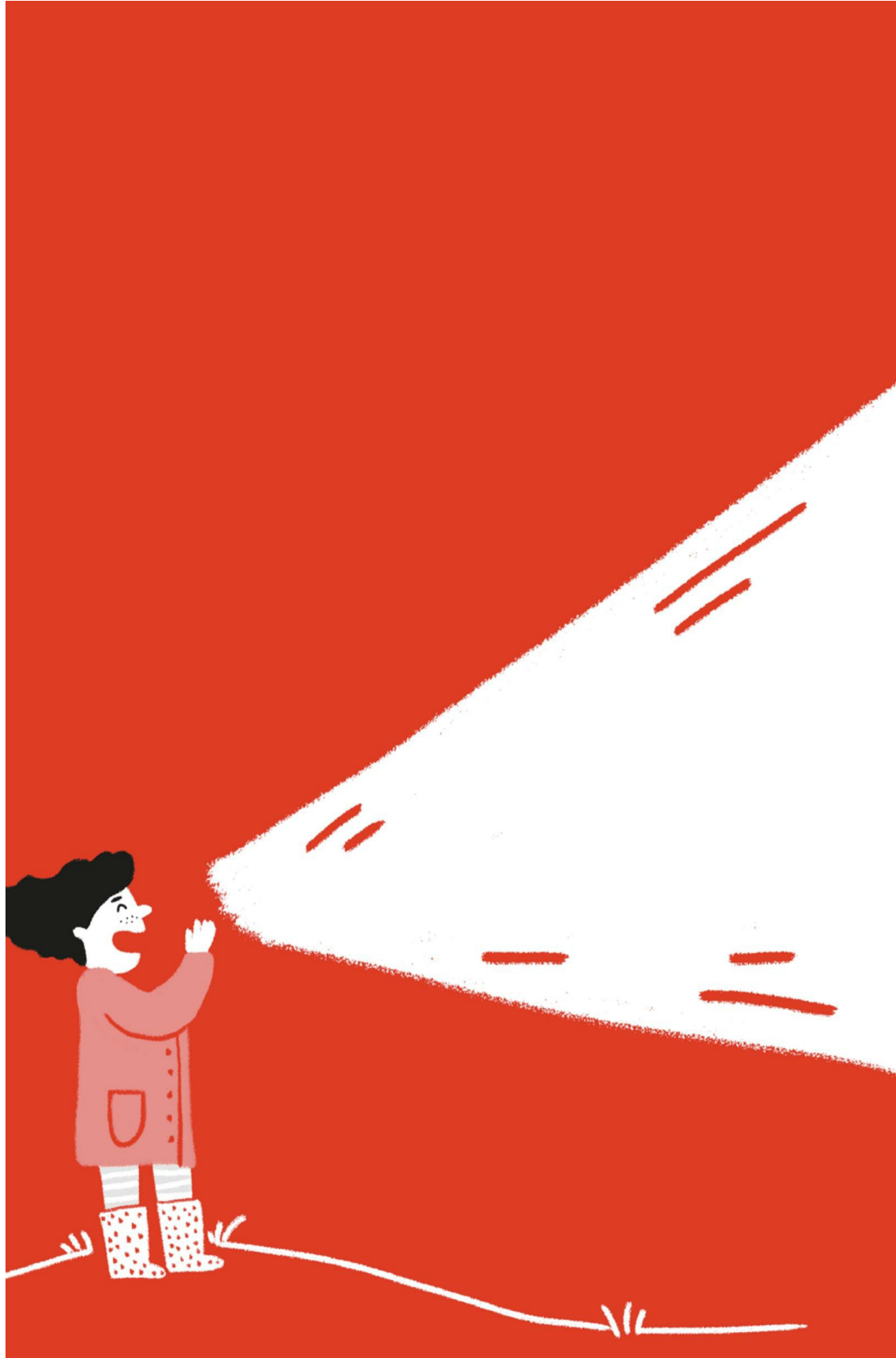












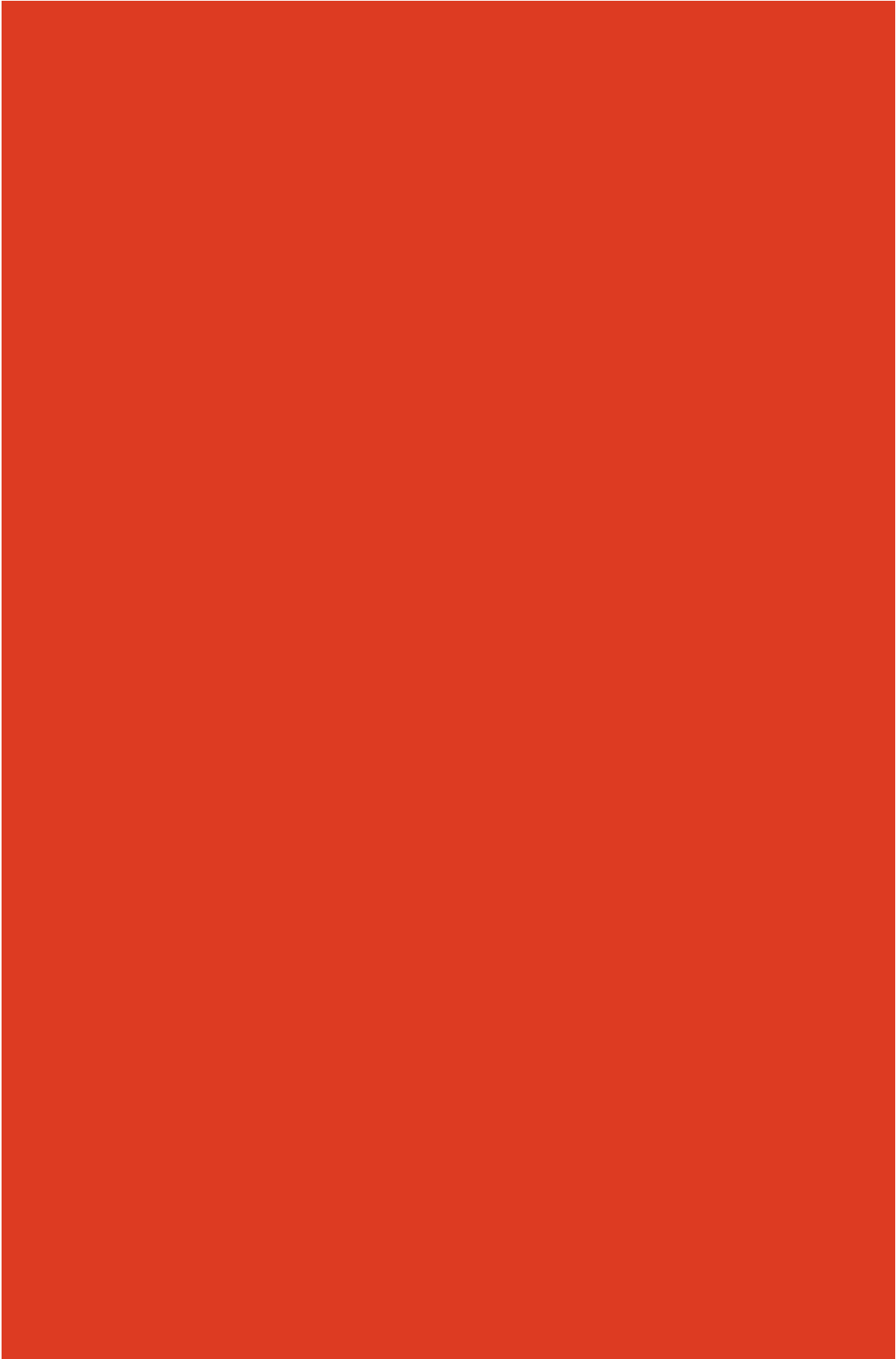


**TU OPINIÓN
Y TU VOZ
SON SIEMPRE
¡IMPORTANTES**



**TU OPINIÓN
Y TU VOZ
SON SIEMPRE
¡IMPORTANTES**

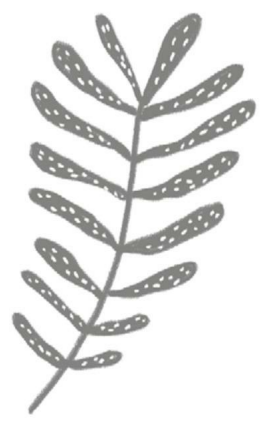








.....
—
—
.....
—
—
.....
—
—
.....
—
—
.....



—

—

—

—

—

—





.....

.....

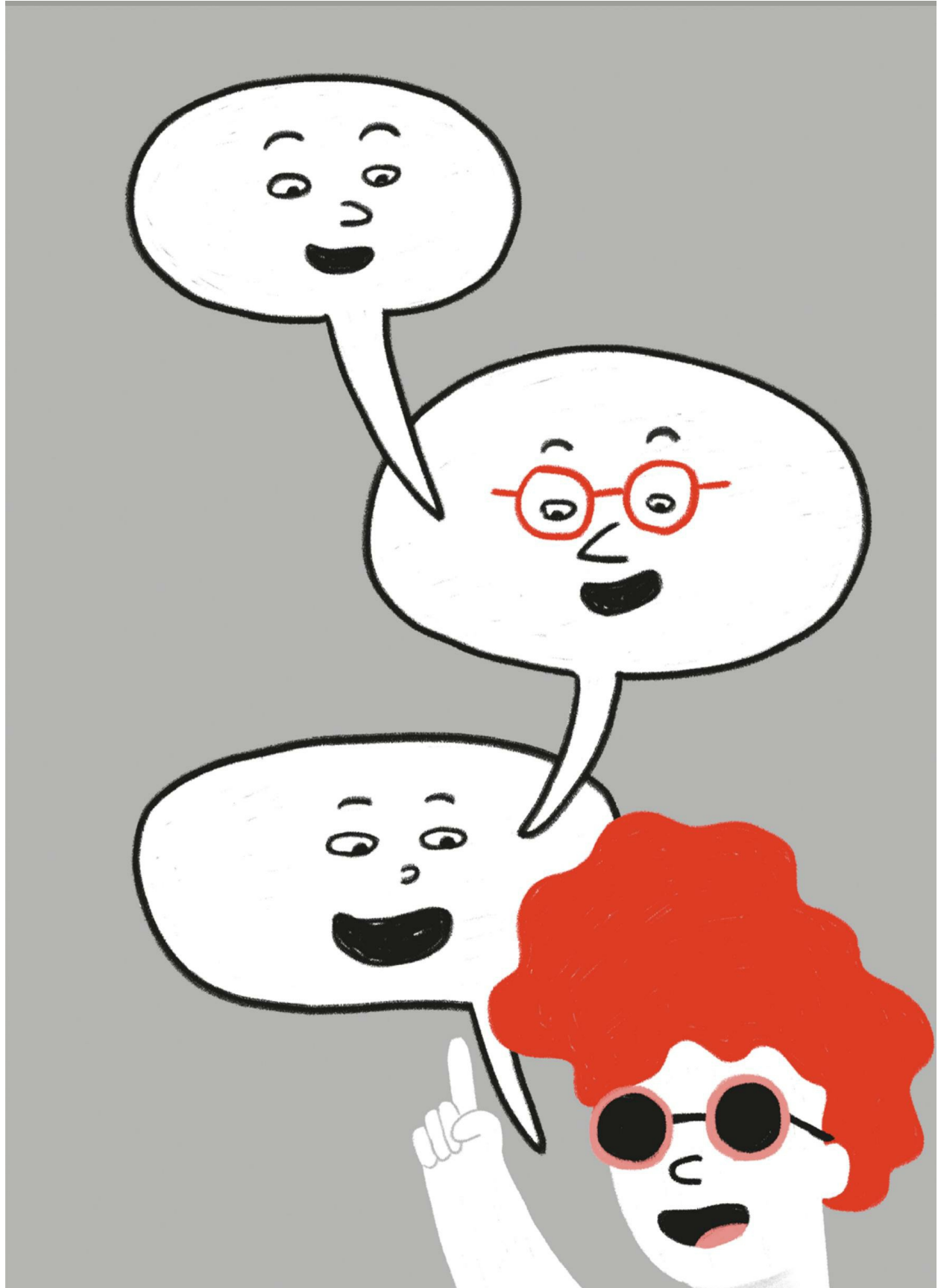
.....

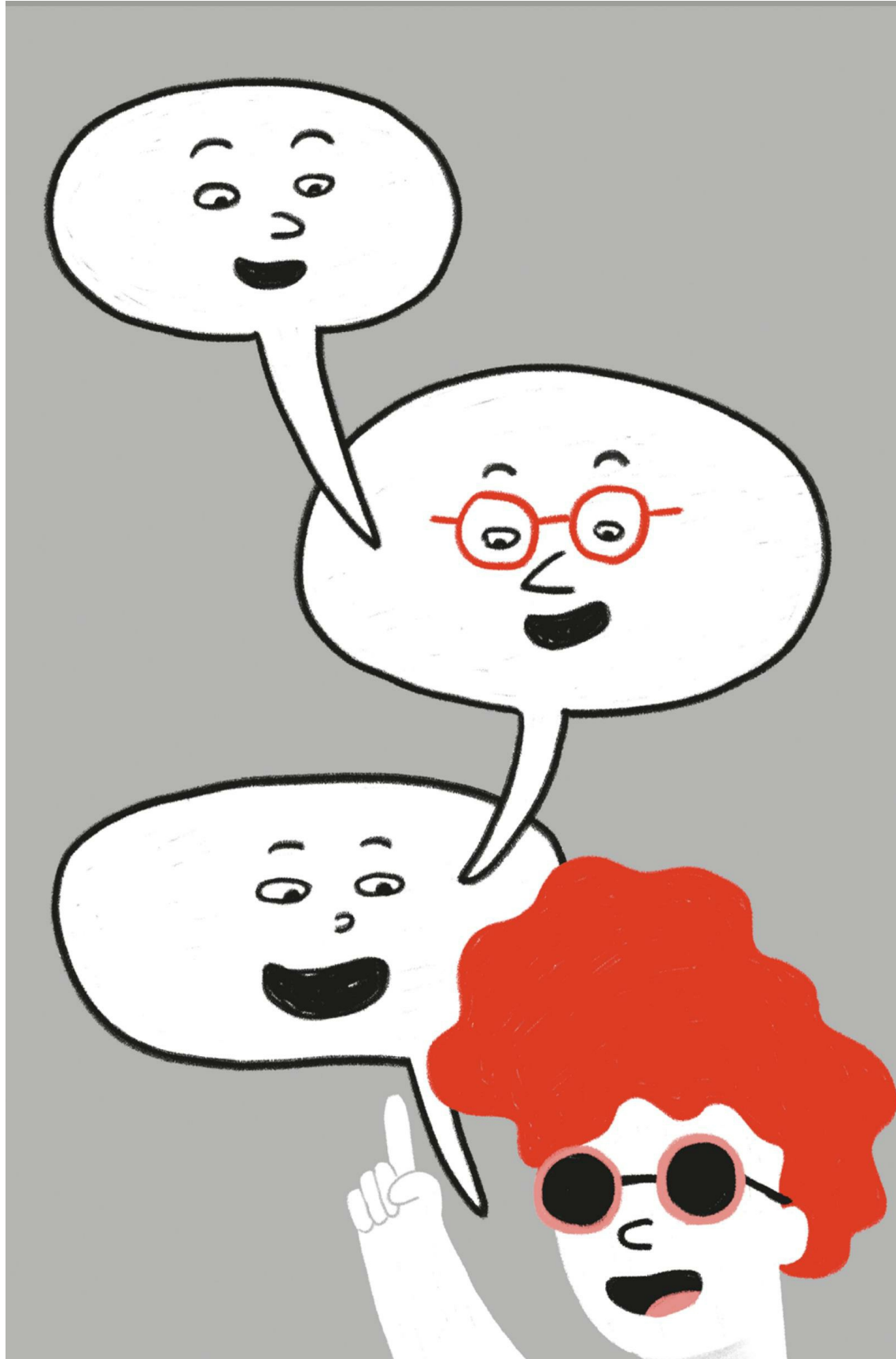
.....

.....

.....

		Date		Time	
1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36
37	38	39	40	41	42
43	44	45	46	47	48
49	50	51	52	53	54
55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66
67	68	69	70	71	72
73	74	75	76	77	78
79	80	81	82	83	84
85	86	87	88	89	90
91	92	93	94	95	96
97	98	99	100	101	102
103	104	105	106	107	108
109	110	111	112	113	114
115	116	117	118	119	120
121	122	123	124	125	126
127	128	129	130	131	132
133	134	135	136	137	138
139	140	141	142	143	144
145	146	147	148	149	150
151	152	153	154	155	156
157	158	159	160	161	162
163	164	165	166	167	168
169	170	171	172	173	174
175	176	177	178	179	180
181	182	183	184	185	186
187	188	189	190	191	192
193	194	195	196	197	198
199	200	201	202	203	204
205	206	207	208	209	210
211	212	213	214	215	216
217	218	219	220	221	222
223	224	225	226	227	228
229	230	231	232	233	234
235	236	237	238	239	240
241	242	243	244	245	246
247	248	249	250	251	252
253	254	255	256	257	258
259	260	261	262	263	264
265	266	267	268	269	270
271	272	273	274	275	276
277	278	279	280	281	282
283	284	285	286	287	288
289	290	291	292	293	294
295	296	297	298	299	300
301	302	303	304	305	306
307	308	309	310	311	312
313	314	315	316	317	318
319	320	321	322	323	324
325	326	327	328	329	330
331	332	333	334	335	336
337	338	339	340	341	342
343	344	345	346	347	348
349	350	351	352	353	354
355	356	357	358	359	360
361	362	363	364	365	366
367	368	369	370	371	372
373	374	375	376	377	378
379	380	381	382	383	384
385	386	387	388	389	390
391	392	393	394	395	396
397	398	399	400	401	402
403	404	405	406	407	408
409	410	411	412	413	414
415	416	417	418	419	420
421	422	423	424	425	426
427	428	429	430	431	432
433	434	435	436	437	438
439	440	441	442	443	444
445	446	447	448	449	450
451	452	453	454	455	456
457	458	459	460	461	462
463	464	465	466	467	468
469	470	471	472	473	474
475	476	477	478	479	480
481	482	483	484	485	486
487	488	489	490	491	492
493	494	495	496	497	498
499	500	501	502	503	504
505	506	507	508	509	510
511	512	513	514	515	516
517	518	519	520	521	522
523	524	525	526	527	528
529	530	531	532	533	534
535	536	537	538	539	540
541	542	543	544	545	546
547	548	549	550	551	552
553	554	555	556	557	558
559	560	561	562	563	564
565	566	567	568	569	570
571	572	573	574	575	576
577	578	579	580	581	582
583	584	585	586	587	588
589	590	591	592	593	594
595	596	597	598	599	600
601	602	603	604	605	606
607	608	609	610	611	612
613	614	615	616	617	618
619	620	621	622	623	624
625	626	627	628	629	630
631	632	633	634	635	636
637	638	639	640	641	642
643	644	645	646	647	648
649	650	651	652	653	654
655	656	657	658	659	660
661	662	663	664	665	666
667	668	669	670	671	672
673	674	675	676	677	678
679	680	681	682	683	684
685	686	687	688	689	690
691	692	693	694	695	696
697	698	699	700	701	702
703	704	705	706	707	708
709	710	711	712	713	714
715	716	717	718	719	720
721	722	723	724	725	726
727	728	729	730	731	732
733	734	735	736	737	738
739	740	741	742	743	744
745	746	747	748	749	750
751	752	753	754	755	756
757	758	759	760	761	762
763	764	765	766	767	768
769	770	771	772	773	774
775	776	777	778	779	780
781	782	783	784	785	786
787	788	789	790	791	792
793	794	795	796	797	798
799	800	801	802	803	804
805	806	807	808	809	810
811	812	813	814	815	816
817	818	819	820	821	822
823	824	825	826	827	828
829	830	831	832	833	834
835	836	837	838	839	840
841	842	843	844	845	846
847	848	849	850	851	852
853	854	855	856	857	858
859	860	861	862	863	864
865	866	867	868	869	870
871	872	873	874	875	876
877	878	879	880	881	882
883	884	885	886	887	888
889	890	891	892	893	894
895	896	897	898	899	900
901	902	903	904	905	906
907	908	909	910	911	912
913	914	915	916	917	918
919	920	921	922	923	924
925	926	927	928	929	930
931	932	933	934	935	936
937	938	939	940	941	942
943	944	945	946	947	948
949	950	951	952	953	954
955	956	957	958	959	960
961	962	963	964	965	966
967	968	969	970	971	972
973	974	975	976	977	978
979	980	981	982	983	984
985	986	987	988	989	990
991	992	993	994	995	996
997	998	999	1000	1001	1002
1003	1004	1005	1006	1007	1008
1009	1010	1011	1012	1013	1014
1015	1016	1017	1018	1019	1020
1021	1022	1023	1024	1025	1026
1027	1028	1029	1030	1031	1032
1033	1034	1035	1036	1037	1038
1039	1040	1041	1042	1043	1044
1045	1046	1047	1048	1049	1050
1051	1052	1053	1054	1055	1056
1057	1058	1059	1060	1061	1062
1063	1064	1065	1066	1067	1068
1069	1070	1071	1072	1073	1074
1075	1076	1077	1078	1079	1080
1081	1082	1083	1084	1085	1086
1087	1088	1089	1090	1091	1092
1093	1094	1095	1096	1097	1098
1099	1100	1101	1102	1103	1104
1105	1106	1107	1108	1109	1110
1111	1112	1113	1114	1115	1116
1117	1118	1119	1120	1121	1122
1123	1124	1125	1126	1127	1128
1129	1130	1131	1132	1133	1134
1135	1136	1137	1138	1139	1140
1141	1142	1143	1144	1145	1146
1147	1148	1149	1150	1151	1152
1153	1154	1155	1156	1157	1158
1159	1160	1161	1162	1163	1164
1165	1166	1167	1168	1169	1170
1171	1172	1173	1174	1175	1176
1177	1178	1179	1180	1181	1182
1183	1184	1185	1186	1187	1188
1189	1190	1191	1192	1193	1194
1195	1196	1197	1198	1199	1200
1201	1202	1203	1204	1205	1206
1207	1208	1209	1210	1211	1212
1213	1214	1215	1216	1217	1218
1219	1220	1221	1222	1223	1224
1225	1226	1227	1228	1229	1230
1231	1232	1233	1234	1235	1236
1237	1238	1239	1240	1241	1242
1243	1244	1245	1246	1247	1248
1249	1250	1251	1252	1253	1254
1255	1256	1257	1258	1259	1260
1261	1262	1263	1264	1265	1266
1267	1268	1269	1270	1271	1272
1273	1274	1275	1276	1277	1278
1279	1280	1281	1282	1283	1284
1285	1286	1287	1288	1289	1290
1291	1292	1293	1294	1295	1296
1297	1298	1299	1300	1301	1302
1303	1304	1305	1306	1307	1308
1309	1310	1311	1312	1313	1314
1315	1316	1317	1318	1319	1320
1321	1322	1323	1324	1325	1326
1327	1328	1329	1330	1331	1332
1333	1334	1335	1336	1337	1338







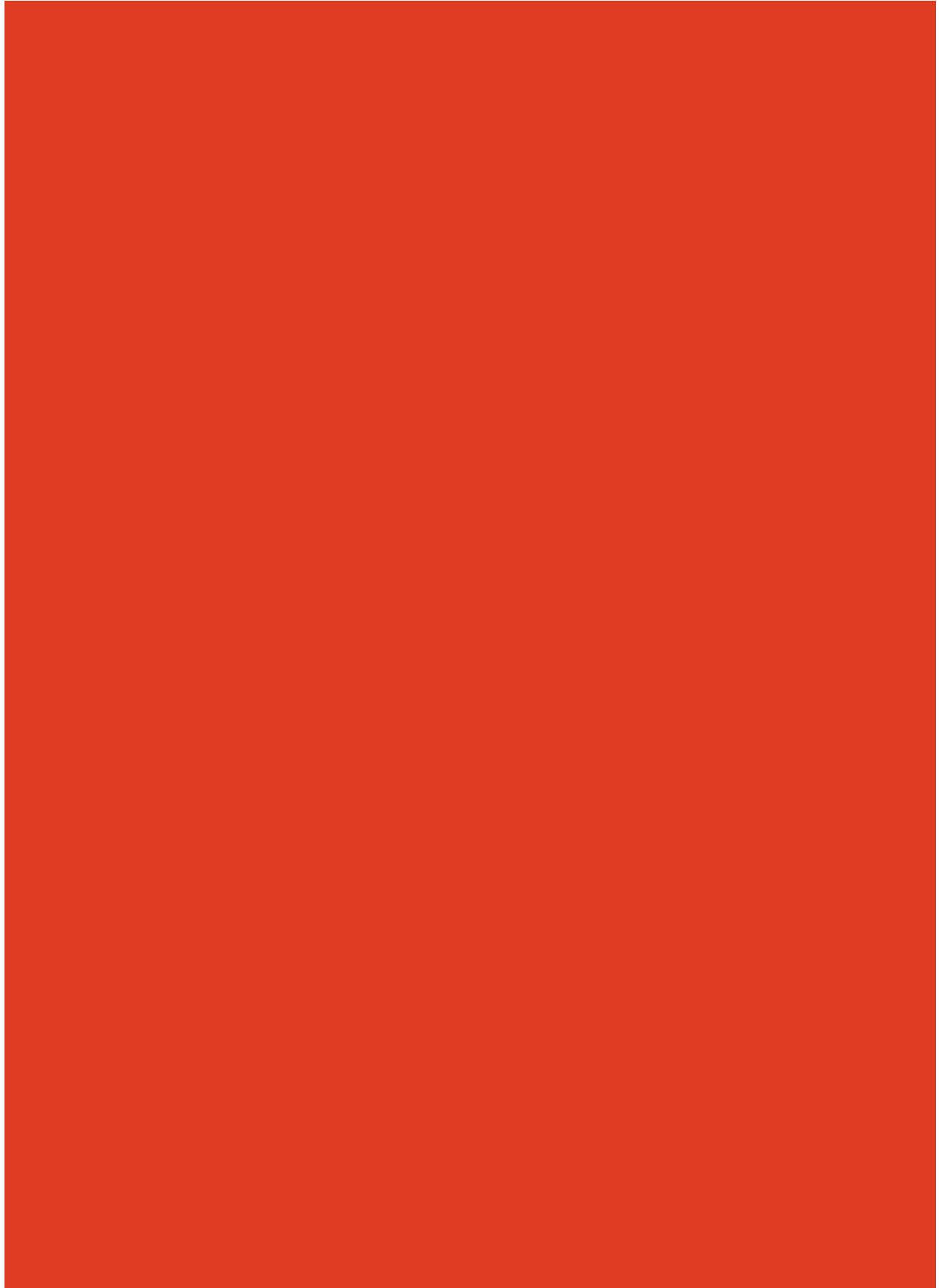




**EL AMOR
NUNCA, JAMÁS,
MALTRATA**



**EL AMOR
NUNCA, JAMÁS,
MALTRATA**





.....

.....

.

—

.....

.....

.....

—

.....

—

.....

.....

.....

.....

.....

—

—

.....

.....

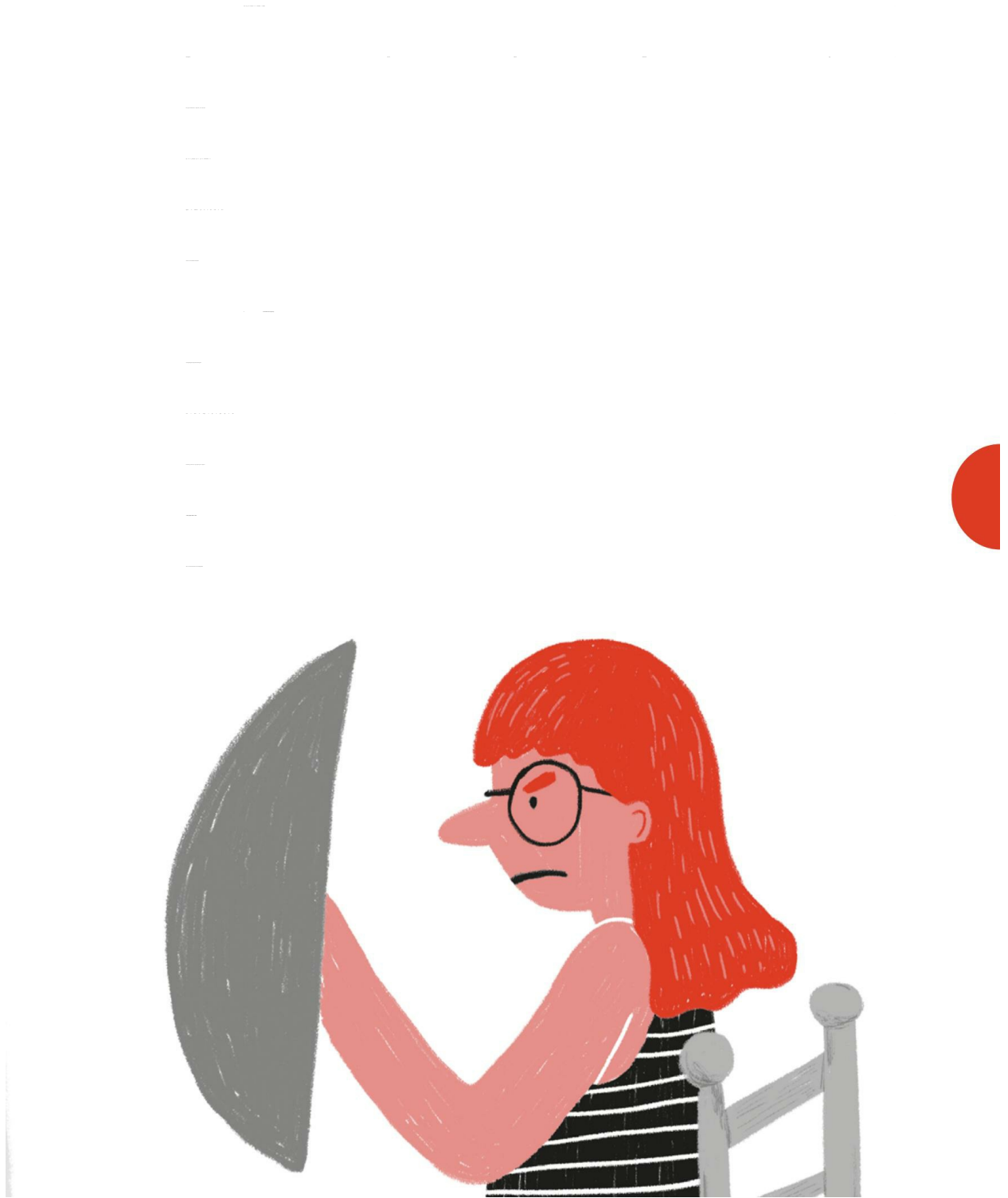




























**LAS REDES
SOCIALES
NO SON LA
REALIDAD**



**LAS REDES
SOCIALES
NO SON LA
REALIDAD**





.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

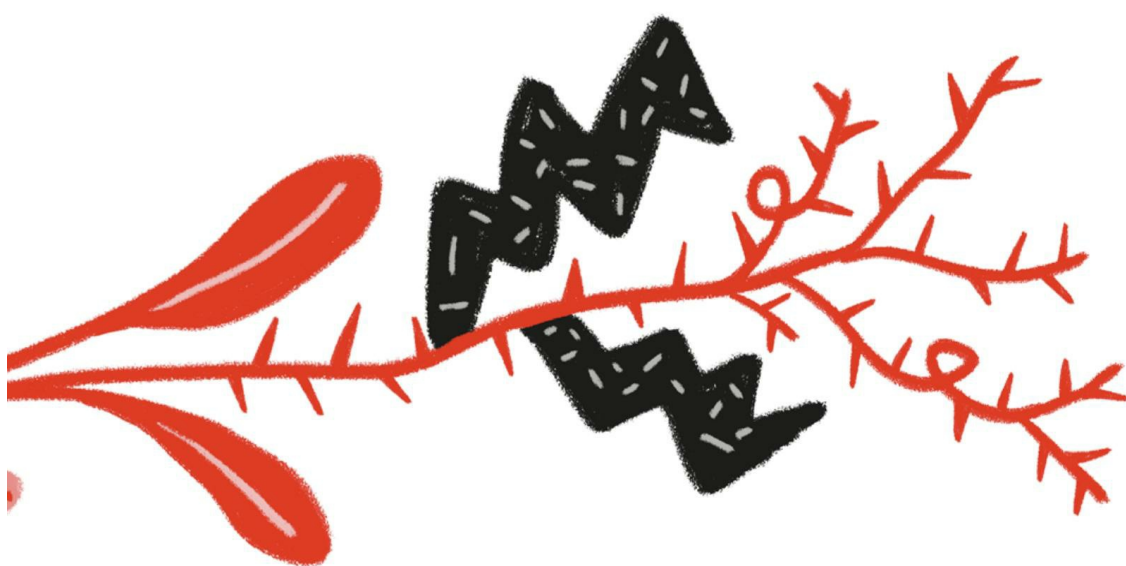
.....

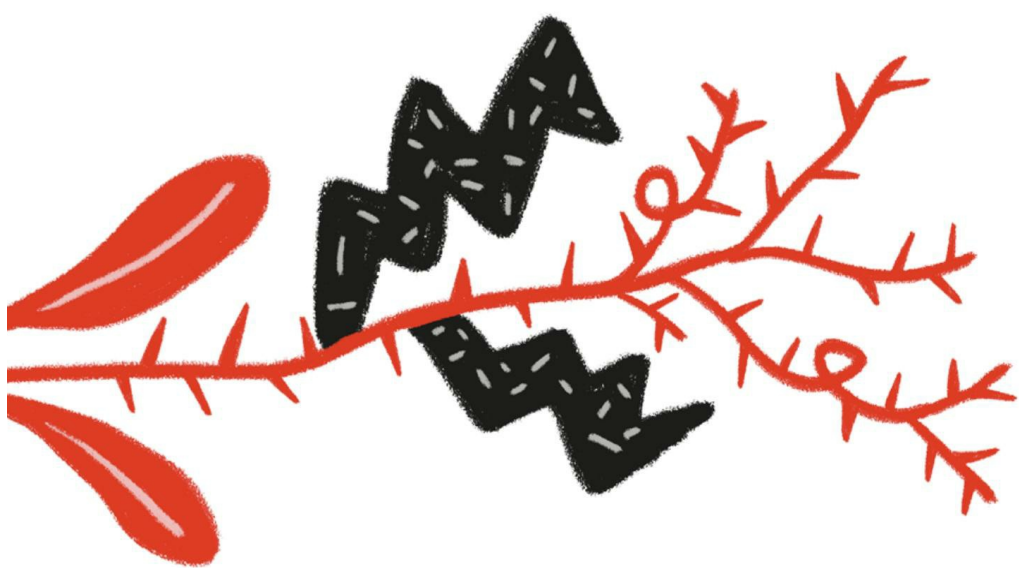
.....













.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

.....

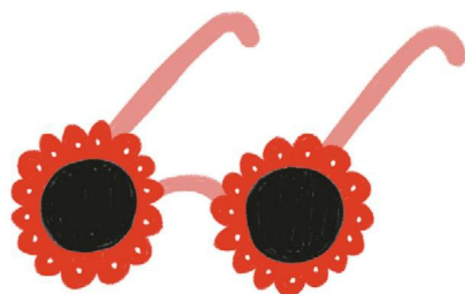
.....

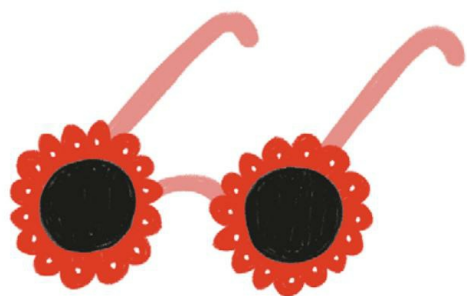
.....

.....

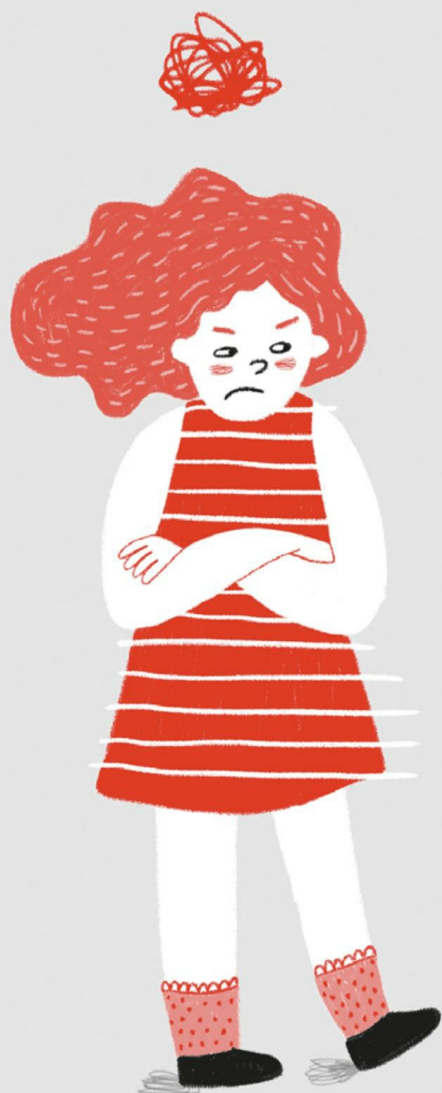
.....

.....











**ENOJARSE
CON LO INJUSTO
ESTÁ BIEN**



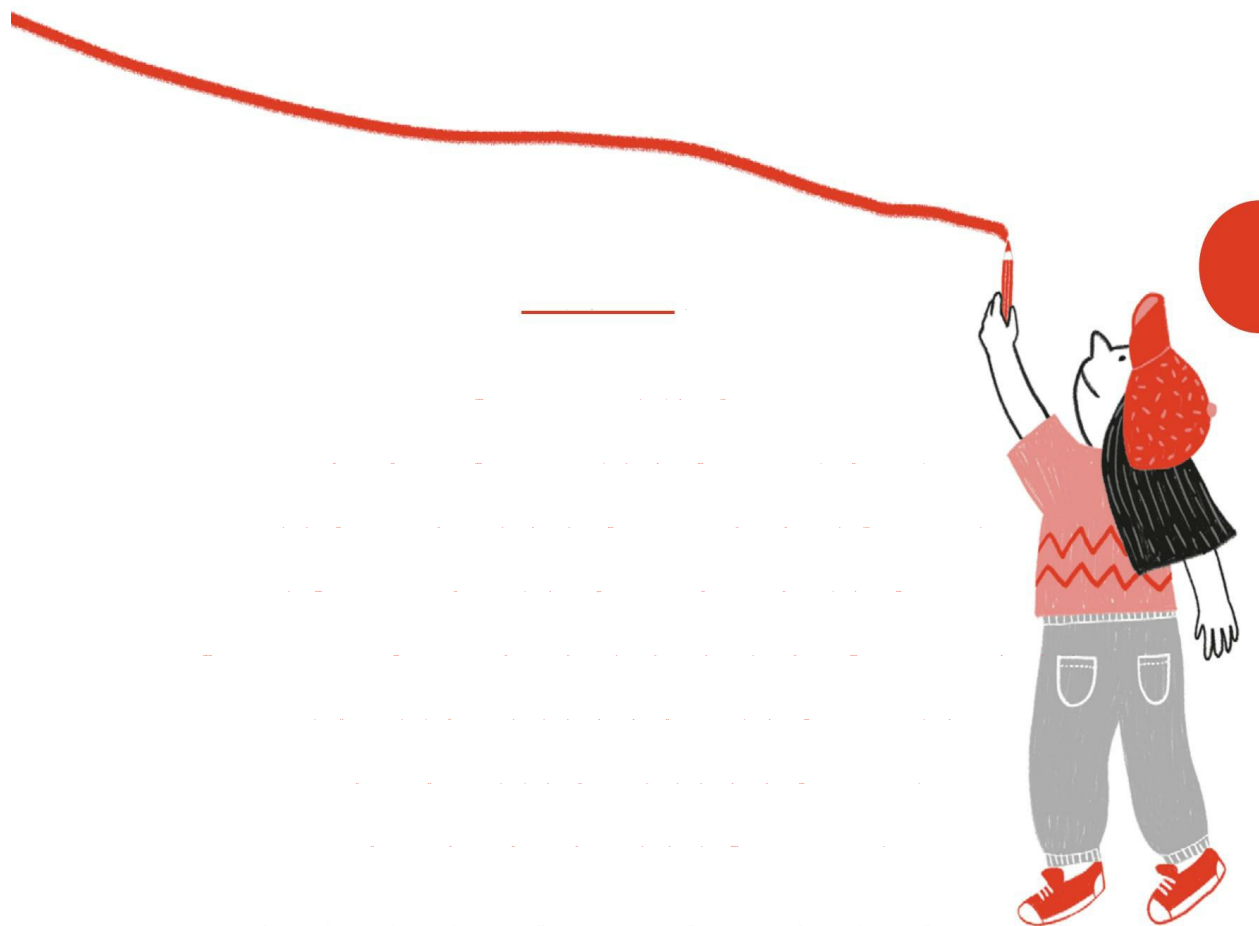
**ENOJARSE
CON LO INJUSTO
ESTÁ BIEN**

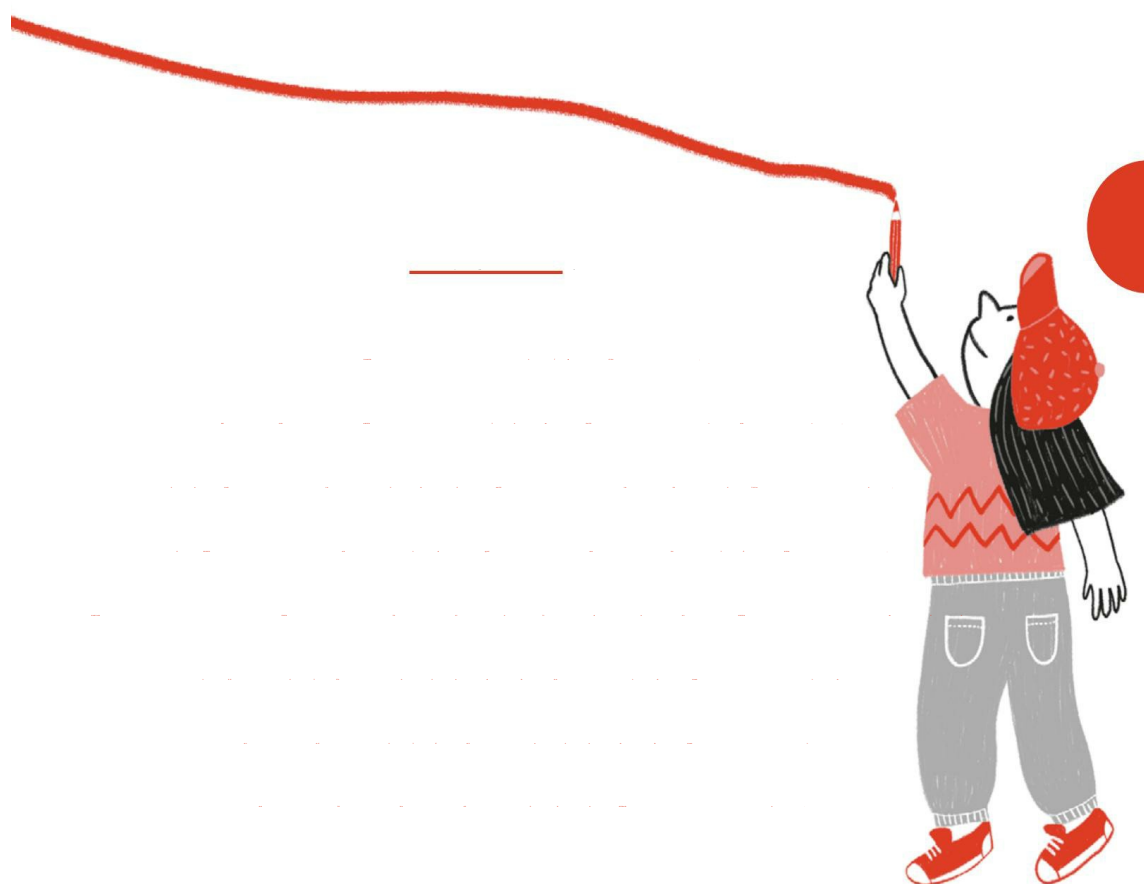
















—

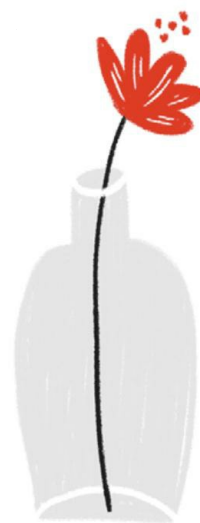
—



1. The first step in the process of creating a new product is to identify a market need. This involves conducting market research to understand what consumers are looking for and what problems they are trying to solve. Once a need is identified, the next step is to develop a concept that addresses that need. This is often done through brainstorming and sketching ideas. The third step is to create a prototype, which is a physical model of the product that can be used to test and refine the design. Finally, the product is manufactured and distributed to the market.

2. The first step in the process of creating a new product is to identify a market need. This involves conducting market research to understand what consumers are looking for and what problems they are trying to solve. Once a need is identified, the next step is to develop a concept that addresses that need. This is often done through brainstorming and sketching ideas. The third step is to create a prototype, which is a physical model of the product that can be used to test and refine the design. Finally, the product is manufactured and distributed to the market.

3. The first step in the process of creating a new product is to identify a market need. This involves conducting market research to understand what consumers are looking for and what problems they are trying to solve. Once a need is identified, the next step is to develop a concept that addresses that need. This is often done through brainstorming and sketching ideas. The third step is to create a prototype, which is a physical model of the product that can be used to test and refine the design. Finally, the product is manufactured and distributed to the market.



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

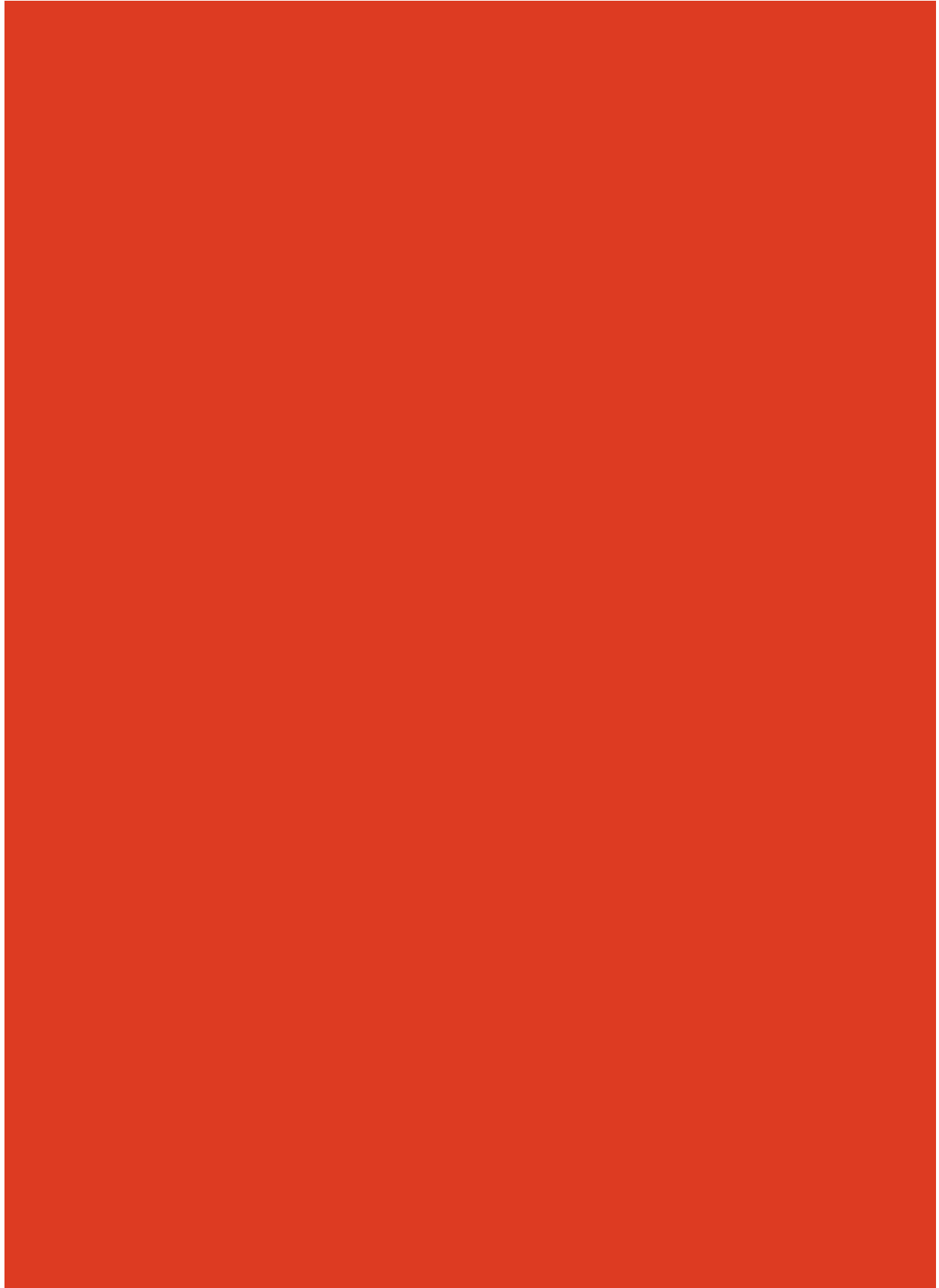
















**¡CONSTRUYE
TU PROPIO
MANIFIESTO!**



The image is a stylized illustration with a solid red background. In the center, a white rectangular piece of paper is tilted slightly. Four hands are shown interacting with the paper: a hand in the top left with a black and white striped sleeve holding a pink marker; a hand in the top right with a pink sleeve with red polka dots holding a black pen; a hand in the bottom left with a pink sleeve with red polka dots holding a red marker; and a hand in the bottom right with a black sleeve with white polka dots holding a red marker. The text '¡CONSTRUYE TU PROPIO MANIFIESTO!' is written in the center of the paper in a bold, black, sans-serif font. The paper has some faint, vertical, reddish-brown lines running down it, suggesting it might be lined paper or just a textured background.

**¡CONSTRUYE
TU PROPIO
MANIFIESTO!**









.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....













A large, white, rounded rectangular area with a soft, hand-drawn border. Inside this area are 20 horizontal black lines, evenly spaced, providing a space for writing.

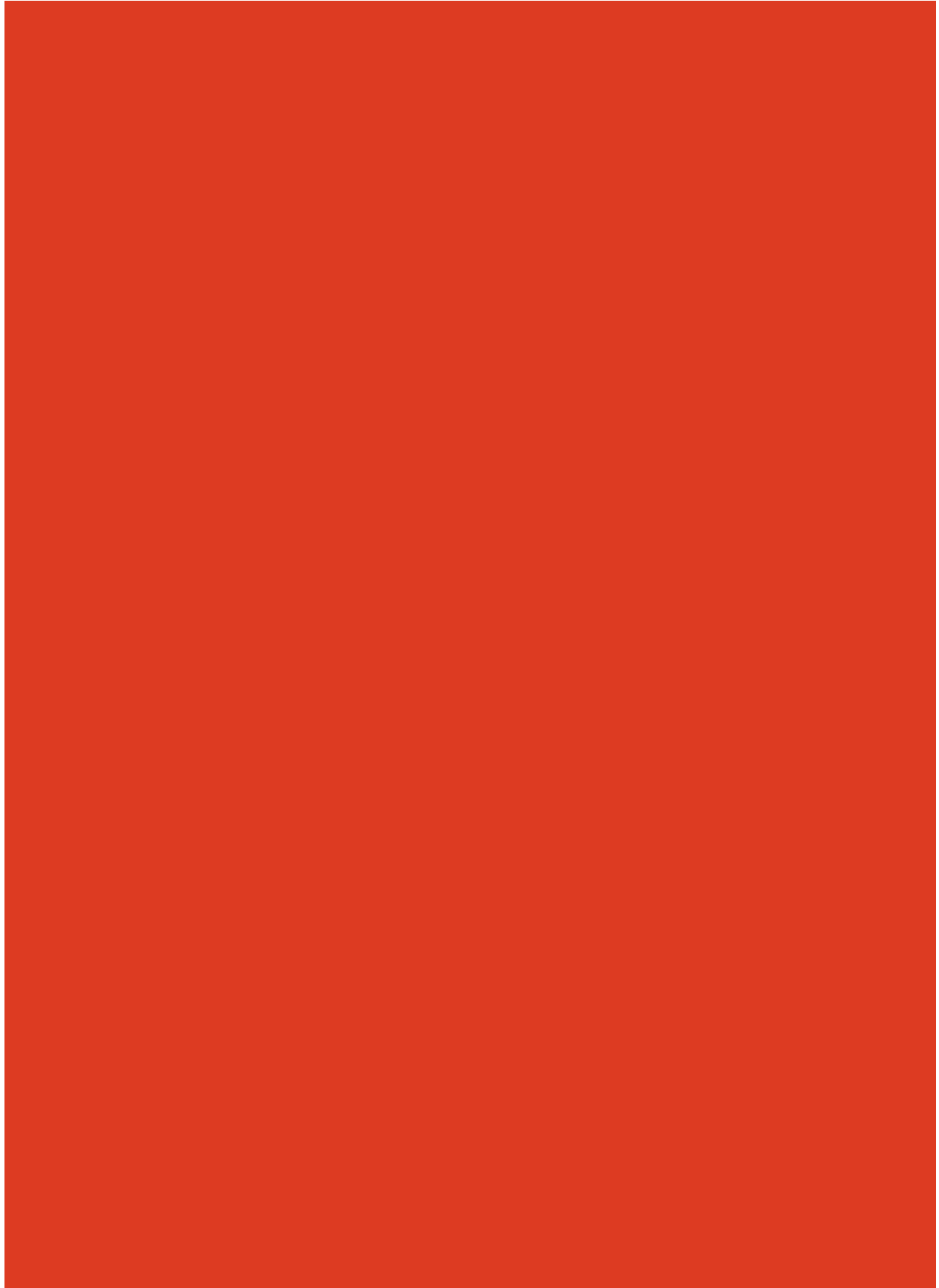


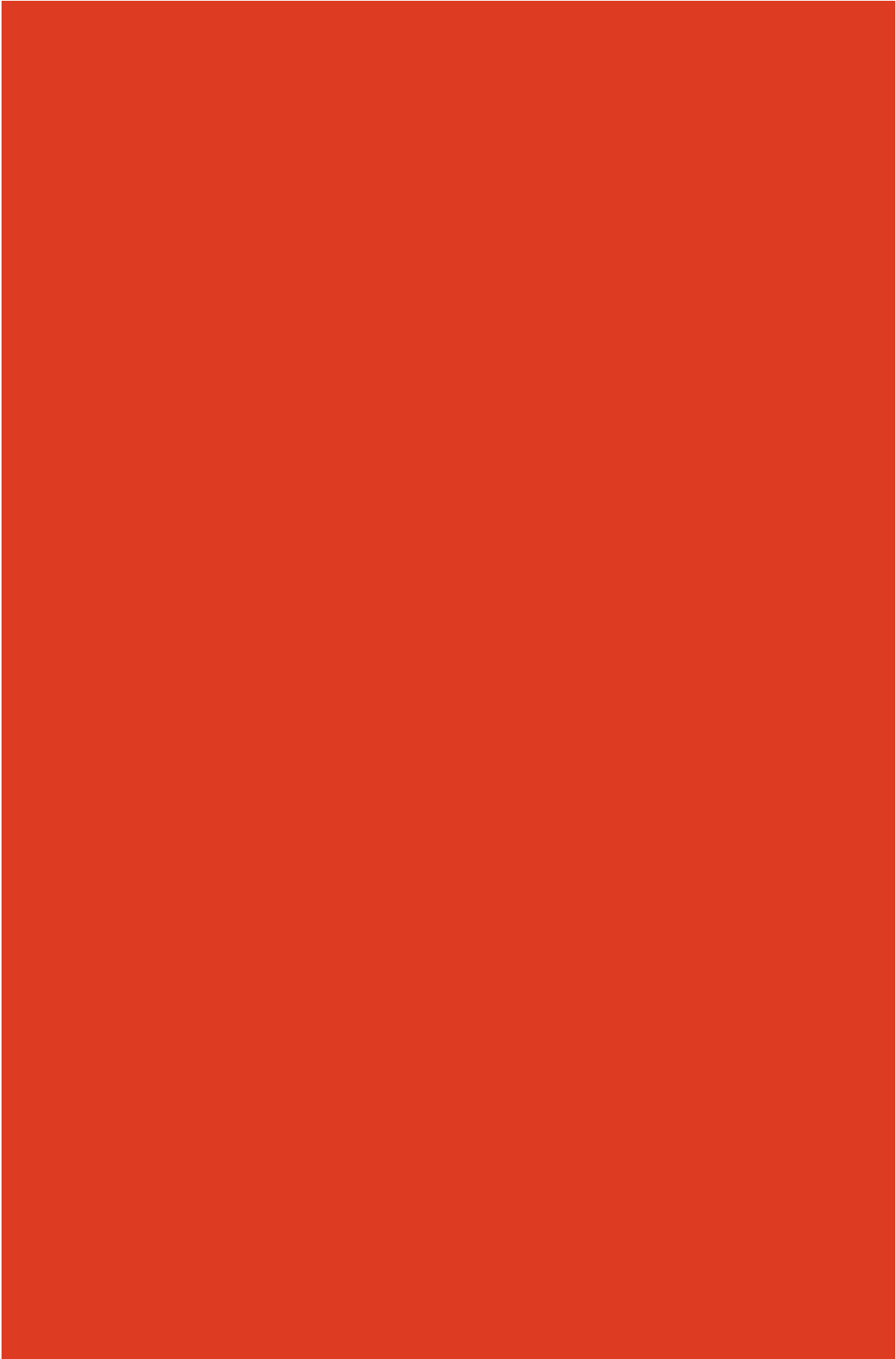


A series of horizontal lines for writing, contained within a white rectangular area with rounded corners. The lines are evenly spaced and extend across most of the width of the page.









.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....









