



UNA GUÍA DE CIUDADANO A CIUDADANO

Guía del Ciudadano

Todo lo que necesitas saber sobre el Paro Nacional del 20, 21 y 22 de julio: qué es, por qué importa, qué vamos a lograr, y cómo ser parte de la transformación más grande de México.

9

secciones claras

15 min

de lectura

100%

para compartir

OMNICRACIA

EL PODER DEL TODO, EL PODER DE TODOS

Movimiento Ciudadano · México

YA PARO EL 20 · 20-21-22 Julio 2026

QUÉ VAS A ENCONTRAR

En esta guía

Léela en orden o salta a lo que más te interese. Cada sección responde una pregunta real que cualquiera se hace.

01	¿Qué está pasando en México? El diagnóstico sin rodeos: por qué nada cambia	04
02	¿Qué es Omnicracia? Qué es, qué no es, y por qué es diferente	06
03	¿Qué vamos a hacer? El Paro Nacional: qué es y por qué tres días	08
04	¿Por qué esto sí funciona? Las cuatro columnas que lo cambian todo	10
05	¿Qué vamos a lograr? México mejorado, área por área	12
06	¿Es legal? ¿Me arriesgo? Tus derechos, blindados por la ley	14
07	¿Cómo participo? Pasos concretos, antes y durante	16
08	¿Cómo sumo a más gente? Tú eres el multiplicador	18
09	Preguntas y respuestas Las dudas que todos tienen, respondidas	19

Esta guía no es propaganda. Es una conversación —la que tendrías con un vecino que ya entendió de qué se trata.

01

OMNICRACIA

SECCIÓN 01 · EL DIAGNÓSTICO

¿QUÉ ESTÁ PASANDO?

Llevamos años esperando que algo cambie

Y no cambia. No importa quién gane, no importa el partido, no importa la promesa. ¿Por qué?

Déjame contarte algo que probablemente ya sabes en el fondo, pero que pocas veces se dice así de claro.

México no está mal por casualidad. Tampoco está mal porque todos los que llegan al poder sean malas personas. Está mal por algo más profundo y más incómodo: **el sistema está diseñado para funcionar así.**

Piénsalo. Cuando contratas a alguien para tu negocio, le pones metas. Mides si las cumple. Si no las cumple, hay consecuencias. Así funciona cualquier cosa que funciona: una empresa, un equipo, una familia. **Pero el gobierno de México no funciona así.** A quien nos gobierna no le medimos nada con números reales, no lo auditamos de verdad, y casi nunca hay consecuencias cuando falla.

— El sistema actual es un concurso de carisma

Gana quien mejor suena en campaña. No quien mejor puede demostrar resultados, porque **los resultados ni siquiera se exigen con métricas claras.** Y quien llega arriba, llega endeudado: con los que pagaron su campaña, con los que le hicieron favores, con sus aliados. Entonces gobierna para pagar esa deuda —no para servirte a ti.

— Y mientras tanto, ¿qué pasa contigo?

Mientras el sistema sigue igual, tú lo vives todos los días. En la inseguridad que te hace cambiar de ruta. En el hospital público que no tiene lo básico. En la escuela a la que mandas a tus hijos. En lo que te alcanza —o ya no te alcanza— con tu salario.

Lo que no beneficia a todos, eventualmente me daña a mí.

— El principio que sostiene todo este movimiento

Esa frase no es poética. Es práctica. La corrupción que parece lejana te encarece la gasolina. La obra mal hecha en otro estado es el modelo que también se usa en el tuyo. **El problema de todos termina siendo tu problema.** Por eso esto no se arregla esperando. Se arregla participando.

— La buena noticia

Si el problema fuera "las personas son malas", no habría solución —tendríamos que cambiar la naturaleza humana. Pero el problema no es ese. **El problema es el diseño.** Y un diseño se puede cambiar.

Eso es exactamente lo que propone Omnicracia: no cambiar al operador de la máquina, sino **cambiar el tipo de máquina.** Y la parte más importante: no lo hace un salvador, no lo hace un partido. Lo hacemos nosotros, organizados.

El que viene no nos va a salvar.
Nos vamos a salvar nosotros.

En la siguiente sección te explico qué es exactamente Omnicracia —y qué no es.

02

OMNICRACIA

SECCIÓN 02 · QUÉ ES OMNICRACIA

¿QUÉ ES ESTO?

Omnicracia no es lo que **te imaginas**

Y eso es justamente lo que la hace funcionar. Empecemos por lo que NO es.

NO es esto

- No es un partido político.
- No es un candidato buscando tu voto.
- No tiene un líder que quiere el poder.
- No te pide dinero ni afiliación.
- No es de izquierda ni de derecha.

Sí es esto

- Es un movimiento ciudadano.
- Es gente común organizándose.
- Es un método para exigir cuentas.
- Es gratis y voluntario.
- Es de todos los que quieren un México que funcione.

Omnicracia es un movimiento ciudadano mexicano cuyo único objetivo es **cambiar el sistema con el que se administra el país**. No quiere llegar al poder. Quiere cambiar cómo funciona el poder, sin importar quién lo ocupe.

El nombre lo dice: "**Omni**" es **todos**. La idea es que el poder no esté concentrado en unos cuantos, sino distribuido y vigilado por todos. De ahí el lema: **el poder del todo, el poder de todos**.

*Cambiar al presidente cada seis años es cambiar al conductor.
Nosotros queremos arreglar el carro.*

— ¿Por qué "no ser partido" es una ventaja?

Porque un partido siempre termina sirviendo al partido. Necesita ganar elecciones, necesita dinero, necesita cuidar a sus aliados. **Un movimiento ciudadano no tiene nada de eso que cuidar.** Solo tiene una cosa que defender: que el sistema funcione para todos.

Eso significa que Omnicracia puede exigirle cuentas a cualquier gobierno —del color que sea— sin conflicto de interés. No le debe campañas a nadie. No quiere tu voto. Solo quiere que, gobierne quien gobierne, **haya reglas claras, números públicos y consecuencias reales.**

— ¿De dónde salió esto?

De ciudadanos comunes —no políticos— que se cansaron de esperar. El movimiento se organiza desde Playa del Carmen, Quintana Roo, y se ha extendido por los 32 estados a través de coordinadores voluntarios. **Cada estado tiene su propia red.** No hay oficinas lujosas ni sueldos: hay gente organizándose en su tiempo libre porque entendió que nadie más lo va a hacer.

La estructura es simple y horizontal

- ✓ Coordinadores por estado, ciudad y colonia —cerca de ti, no en una torre.
- ✓ Grupos de WhatsApp por estado donde cualquiera puede entrar.
- ✓ Decisiones que se informan y se explican, no que se imponen.
- ✓ Todo el contenido es público y verificable. Nada se esconde.

Si esperabas un líder carismático que te dijera qué hacer, te tengo una noticia incómoda: el líder eres tú. Y millones como tú.

03

OMNICRACIA

SECCIÓN 03 · QUÉ VAMOS A HACER

EL PLAN CONCRETO

El 20, 21 y 22 de julio, México se detiene

Tres días. Un Paro Nacional pacífico. La demostración de fuerza ciudadana más grande que se haya organizado.

La idea es tan simple que asusta: durante tres días, millones de mexicanos no trabajamos, no consumimos, no participamos en la economía normal.

No es una marcha. No es un mitin. No es salir a gritar a una plaza. Es algo más silencioso y más contundente: es demostrar, con hechos, que **el país entero se mueve gracias a nosotros** —y que cuando nosotros decidimos parar, todo se detiene.

— ¿Por qué tres días y no uno?

Un día se ignora. Se cuenta como "puente", como anécdota. **Tres días no se pueden ignorar.** Tres días es un mensaje que se siente en cada nivel de la economía y que nadie puede disfrazar. Es la diferencia entre un suspiro y una declaración.

20

Lunes — Empieza

El país amanece distinto. No trabajamos, no consumimos. El mensaje arranca.

21

Martes — Sostiene

Se mantiene la fuerza. Ya no es casualidad: es voluntad organizada.

22

Miércoles — Confirma

El tercer día confirma que esto es serio, masivo y nacional.

— ¿Qué significa "parar" exactamente?

Significa lo que tú puedas hacer, según tu situación. No todos podemos hacer lo mismo, y está bien. **El paro se adapta a tu realidad —no al revés.**

Si puedes parar completo

No vas a trabajar esos días. No haces compras. No usas servicios que no sean esenciales. Te quedas en casa o acompañas pacíficamente.

Si no puedes parar del todo

Reduce lo que puedas. No consumas de más. No hagas esa compra que puede esperar. Cada gesto cuenta y suma al total.

— Lo que el paro Sí es

- ✓ **Pacífico, siempre.** Cero violencia, cero confrontación. Esa es nuestra fuerza, no nuestra debilidad.
- ✓ **Voluntario.** Nadie obliga a nadie. Quien participa, participa porque entendió.
- ✓ **Legal.** Es un derecho constitucional —en la sección 06 te lo explico a detalle.
- ✓ **Organizado.** Cada estado tiene coordinación. No es caos: es method.

Lo que el paro NO es

No es un día de vandalismo. No es bloquear a la fuerza. No es confrontar a nadie. No es destruir nada. **El que llegue con violencia no es del movimiento** —y así se le trata. Nuestra disciplina pacífica es lo que nos hace imparables e indefendibles de atacar.

72 horas

Es todo lo que pedimos. Tres días para cambiar la conversación de un país entero. ¿Cuántos fines de semana se nos van sin que pase nada? Estos tres días sí cuentan.

04

OMNICRACIA

SECCIÓN 04 · POR QUÉ FUNCIONA

EL MÉTODO

Por qué esto **sí** va a funcionar

Porque no se trata solo de parar. El paro es el comienzo. Lo que viene después es un método de cuatro columnas.

Mucha gente ha protestado en México. ¿Por qué Omnicracia sería diferente? Por una razón: no proponemos una queja, proponemos un sistema.

El paro demuestra la fuerza. Pero la fuerza sin un plan se disuelve. Por eso Omnicracia tiene un método claro de cuatro columnas que tienen que ir **siempre juntas**. Si falta una, el sistema vuelve a fallar.

— Las cuatro columnas

1

Estándar verificable

Reglas claras y medibles de qué es un buen resultado. No "mejorar la seguridad" —eso no se puede medir— sino metas concretas y públicas que cualquiera entienda.

2

Métrica pública

Los números a la vista de todos, en tiempo real. No informes maquillados cada año: datos abiertos que cualquier ciudadano puede consultar cuando quiera.

3

Auditoría ciudadana organizada

Nosotros revisando esos números. No un órgano capturado por los mismos de siempre: ciudadanos organizados, verificando que lo que se dice sea lo que se hace.

4

Consecuencia real automática

Si no se cumple, pasa algo —de verdad. La consecuencia no depende del humor de nadie: está definida de antemano y se aplica sola.

Estándar → Métrica → Auditoría → Consecuencia

Léelo otra vez. Esa cadena es lo que hace funcionar a cualquier cosa que funciona en el mundo. Una empresa seria opera así. Un equipo que gana opera así. **Lo único que en México NO opera así es el gobierno.** Y por eso falla.

— ¿Por qué tienen que ir juntas?

Porque cada una sin las demás es inútil:

- ✓ **Estándar sin métrica** es un buen deseo que nadie comprueba.
- ✓ **Métrica sin auditoría** es un número que cualquiera puede inflar.
- ✓ **Auditoría sin consecuencia** es un reporte que se archiva y se olvida.
- ✓ **Consecuencia sin las otras tres** es un castigo arbitrario, sin justicia.

Las cuatro juntas, en cambio, forman **un círculo que se sostiene solo**. Eso es lo que Omnicracia quiere instalar en la administración pública de México. No un político bueno: un sistema a prueba de políticos malos.

No buscamos al héroe que arregle todo. Buscamos las reglas que hagan que ningún villano pueda romperlo.

— El corazón del método Omnicracia

Y aquí está la clave que conecta todo: **ese sistema no se puede instalar pidiéndolo amablemente**. Se instala cuando la ciudadanía demuestra que tiene la fuerza para exigirlo. El paro es esa demostración. El método es lo que viene después.

05

OMNICRACIA

SECCIÓN 05 · QUÉ VAMOS A LOGRAR

EL RESULTADO

Cómo se ve un México que sí funciona

No hablamos de utopías. Hablamos de aplicar el método de las cuatro columnas a las áreas que tocan tu vida diaria.

Cuando hay estándar, métrica, auditoría y consecuencia, esto es lo que cambia — área por área:

1

Seguridad

Metas públicas de reducción de delitos por zona, medidas cada mes, auditadas por ciudadanos. Si una autoridad no cumple, hay consecuencia —no otra conferencia de prensa.

2

Salud

Cada hospital con sus números a la vista: medicamentos disponibles, tiempos de espera, equipo funcionando. Lo que falte, se ve. Lo que se ve, se exige.

3

Educación

Resultados reales de aprendizaje medidos y publicados, no estadísticas de asistencia. Recursos que llegan al salón —y se comprueba que llegaron.

4

Economía y tu bolsillo

Obras con costo público y plazo público. Si cuesta el doble o tarda el triple, alguien responde. El dinero que se transparenta es dinero que rinde más.

5

Justicia y transparencia

Cada peso público rastreable. Cada funcionario con metas medibles. La corrupción se vuelve difícil no porque la gente sea más buena, sino porque el sistema la deja a la vista de todos.

6

Medio ambiente

Indicadores ambientales públicos por región. Compromisos medibles, no discursos. Lo que se daña se documenta; lo que se documenta se puede exigir reparar.

7

Infraestructura y servicios

Agua, luz, calles, transporte: con estándares de calidad medibles y consecuencias cuando no se cumplen. El servicio deja de ser un favor y vuelve a ser un derecho.

— ¿Por qué decimos "blindado"?

Porque la mejora no depende de la buena voluntad de quien gobierne. **Depende del sistema.** Un gobierno honesto funciona bien dentro de este método —y uno deshonesto no puede esconderse dentro de él. Esa es la diferencia entre confiar en personas y confiar en reglas.

Y todo esto beneficia **a todos los mexicanos**, sin distinción de quién votó por quién. Porque un hospital que funciona, funciona para todos. Una calle segura, lo es para todos. La transparencia no tiene color de partido.

No te estamos pidiendo que creas en una promesa. Te estamos proponiendo que instalemos juntos un sistema donde las promesas ya no hagan falta —porque hay números que las reemplazan.

"Suena bien, pero... ¿es legal que yo participe? ¿Me arriesgo?" Vamos a esa pregunta.

06

OMNICRACIA

SECCIÓN 06 · TUS DERECHOS

¿ES LEGAL? ¿ME ARRIESGO?

Participar es tu **derecho**. Y la ley te respalda.

Esta es la pregunta que más frena a la gente. Y la respuesta es clara: lo que vamos a hacer está protegido por la Constitución.

Vamos a ser muy concretos, porque esto importa y mereces saberlo bien.

— Manifestarte es un derecho constitucional

El **Artículo 9 de la Constitución** dice, con todas sus letras, que no se puede prohibir a los ciudadanos reunirse pacíficamente. Y dice algo más, textual:

"No se considerará ilegal una asamblea o reunión que tenga por objeto hacer una petición o presentar una protesta por algún acto de la autoridad, si no se profieren injurias ni se hiciere uso de violencias o amenazas."

— Artículo 9, Constitución Política de México

Léelo bien: **mientras sea pacífico, es un derecho**. No un favor, no una concesión, no algo que alguien te autoriza. Un derecho que ya tienes y que solo hay que ejercer.

— ¿Y mi trabajo? ¿Pueden despedirme?

Esto no es un detalle menor. Es la razón por la que el paro se diseñó de tres días y no de cuatro o cinco. **El número está pensado para que tu derecho laboral quede del lado seguro.**

¿No te dan permiso? Falta igual. Tres faltas no son causa de despido, y manifestarte es tu derecho constitucional. La ley ya está de tu lado —solo hay que conocerla.

— El movimiento no te deja solo

Omnicracia tiene una **Coordinación Legal** con abogados aliados en los 32 estados y una línea de apoyo durante los días del paro. Si algo ocurre, no estás solo: hay una red preparada para responder. La regla de oro es simple:

- ✓ **Mantén la calma siempre.** La tranquilidad es tu mejor defensa, no la confrontación.
- ✓ **Cero violencia, cero excepción.** Lo pacífico es lo que te mantiene dentro de la ley.
- ✓ **Conoce tus dos artículos:** el 9 constitucional y el 47 de la LFT. Con eso ya sabes lo esencial.
- ✓ **Documenta todo** con tu celular si ves algo irregular. La evidencia protege.

— La verdad sobre el "riesgo"

Sí, participar requiere algo de ti. Pero pon el riesgo en perspectiva: **el riesgo real es que todo siga igual.** Que dentro de seis años estemos en la misma conversación, con las mismas quejas, esperando al mismo salvador que no llega.

Ese sí es el riesgo grande. Y es el único que de verdad deberíamos temer.

El miedo a actuar es comprensible.
El costo de no actuar es seguro.

MANOS A LA OBRA

Cómo participar, paso a paso

Esto es lo más fácil de toda la guía. Participar no requiere dinero, ni tiempo completo, ni experiencia. Solo decisión.

— Antes del 20 de julio

1

Únete al grupo de tu estado

Entra a omnicracia.com, busca tu estado y únete al grupo de WhatsApp. Ahí están los coordinadores que resuelven dudas en tiempo real y te mantienen al día.

2

Entiende bien de qué se trata

Ya lo estás haciendo: leíste esta guía. Ese es el primer paso real. Quien entiende, participa mejor y convence mejor.

3

Habla con tu familia y tu círculo

Explícales con tus palabras. No necesitas un discurso: necesitas honestidad. Esta guía te puede ayudar —pásala.

4

Prepara tus tres días

Organiza tu trabajo, tus compras, tus pendientes para poder parar lo más posible esos tres días. Planearlo con tiempo lo hace fácil.

¿No sabes en qué grupo entrar o tienes dudas? Todo está en omnicracia.com — y los coordinadores de tu estado responden.

— Durante el 20, 21 y 22 de julio

SÍ haces esto

Paras lo que puedas parar.

No consumes de más.

Te mantienes informado por tu grupo.

Documentas con tu celular si ves algo irregular.

Mantienes la calma y lo pacífico, siempre.

NO haces esto

No confrontas a nadie.

No bloqueas por la fuerza.

No respondes a provocaciones.

No difundes información sin verificar.

No pierdes la calma, pase lo que pase.

— Después del paro: lo más importante

Aquí está lo que casi nadie te dice: **el paro no es el final. Es el comienzo.** Los tres días demuestran la fuerza. Lo que viene después es donde se construye el cambio de verdad.

Después del 22 de julio, el movimiento sigue: **auditoría ciudadana permanente.** Comités locales que vigilan, que miden, que exigen. El paro abre la puerta; nosotros la mantenemos abierta.

Ya paramos. Ahora auditamos. Esa es la frase que resume todo lo que viene después del 22 de julio.

Por eso participar no es "ir tres días y ya". Es sumarte a algo que continúa. Y entre más seamos al inicio, más fuerte llega el movimiento a esa segunda etapa —la que de verdad transforma.

08

OMNICRACIA

SECCIÓN 08 · SUMAR MÁS GENTE

TÚ ERES EL MULTIPLICADOR

Una persona convencida vale más que mil volantes

Este movimiento no crece con publicidad. Crece con conversaciones. Y la conversación más poderosa es la tuya.

Piénsalo: ¿qué te trajo hasta aquí? Lo más probable es que alguien en quien confías te pasó esta guía o te platicó del tema. Así crece esto. Y ahora te toca a ti ser ese alguien para otra persona.

— Cómo sumar gente, sin presionar a nadie

1

Comparte esta guía, no la impongas

Mándala por WhatsApp con un mensaje honesto: "Léela cuando puedas, me hizo pensar". La gente se convence leyendo, no siendo presionada.

2

Cuenta tu propia razón

No repitas un guión. Di por qué TÚ decidiste participar. Tu razón personal convence más que cualquier dato. La honestidad se nota.

3

Responde dudas con calma

Si alguien duda, no discutas: escucha y responde. La sección 09 de esta guía te da las respuestas a casi todo lo que te van a preguntar.

4

Invita al grupo de tu estado

Cuando alguien se interese, no lo dejes solo: mételo al grupo de WhatsApp de su estado.

09

OMNICRACIA

SECCIÓN 09 · PREGUNTAS FRECUENTES

LO QUE TODOS PREGUNTAN

Dudas honestas, respuestas honestas

Si tienes una pregunta, no eres el único. Aquí están las que más se repiten —respondidas sin rodeos.

P. ¿Y si el gobierno simplemente lo ignora?

R. Un paro de tres días, masivo y nacional, no se puede ignorar porque se siente en la economía real. Pero además: el paro no es el final. Si hay intento de ignorarlo, el movimiento continúa con auditoría ciudadana permanente y desobediencia pacífica organizada. No es un evento de un día: es una presión sostenida.

P. ¿Quién financia esto? ¿Hay dinero detrás?

R. Omnicracia no es un partido y no recibe dinero público ni de campañas. Se sostiene con trabajo voluntario de ciudadanos comunes —coordinadores que no cobran sueldo. No te pide dinero a ti tampoco. Si en algún momento se manejan recursos para gastos del movimiento, la propia doctrina exige transparencia total: las mismas cuatro columnas aplican hacia adentro.

P. ¿Es seguro participar? ¿Me puede pasar algo?

R. Manifestarse pacíficamente es un derecho constitucional (Artículo 9). El movimiento tiene una Coordinación Legal con abogados en los 32 estados. La regla es siempre lo pacífico: cero violencia, cero confrontación. Eso es justamente lo que te mantiene protegido por la ley.

P. ¿Esto es de izquierda o de derecha?

R. De ninguna de las dos. Omnicracia no es un partido ni tiene ideología partidista. Su propuesta —estándar, métrica, auditoría, consecuencia— le sirve a México gobierne quien gobierne. Un hospital que funciona no tiene color político.

P. No puedo dejar de trabajar tres días. ¿Entonces no sirvo?

R. Claro que sirves. El paro se adapta a tu realidad. Si no puedes parar completo, reduces lo que puedas: no consumes de más, pospón compras que pueden esperar, comparte la guía. El movimiento se construye con lo que cada quien puede dar —no con un requisito único para todos.

P. ¿No es esto solo otra protesta que no va a cambiar nada?

R. La diferencia es que Omnicracia no propone solo una queja: propone un sistema. Una protesta común dice "esto está mal". Omnicracia dice "esto está mal, y aquí está el método de cuatro columnas para arreglarlo, y aquí está cómo la ciudadanía lo instala". La queja se disuelve; el método permanece.

P. ¿Por qué debería confiar en este movimiento?

R. No te pedimos que confíes ciegamente —eso sería contradecir todo lo que proponemos. Te pedimos que verifiques. Todo el contenido del movimiento es público. La propuesta es justamente reemplazar la confianza ciega por números comprobables. Aplica esa misma exigencia a Omnicracia: es lo que queremos.

P. ¿Qué hago si alguien me quiere convencer de lo contrario?

R. Escucha, no discutas. Pregunta cuál es su duda concreta y respóndela con lo que sabes. Casi todas las objeciones están en esta guía. Y recuerda: no se trata de ganar una discusión, se trata de que la otra persona entienda. La calma convence más que la razón gritada.

P. ¿Y después del 22 de julio, qué sigue?

R. Sigue lo más importante: la auditoría ciudadana permanente. Comités locales que vigilan, miden y exigen. El paro demuestra la fuerza; lo que viene después la convierte en cambio real y sostenido. Por eso unirse desde ahora importa.



Ahora ya sabes. Te toca a ti.

Leíste la guía completa. Ya entiendes qué está pasando, qué vamos a hacer, por qué funciona y qué vamos a lograr. Ese entendimiento es poder —pero solo si lo usas. Únete al grupo de tu estado, prepara tus tres días, y pásale esta guía a alguien más. México no va a cambiar solo. Va a cambiar con nosotros, o no va a cambiar.

ENTRA YA · [OMNICRACIA.COM](https://www.omnicracia.com)

"Lo que no beneficia a todos, eventualmente me daña a mí. Por eso esto no se hace por los demás. Se hace por todos —y eso te incluye."