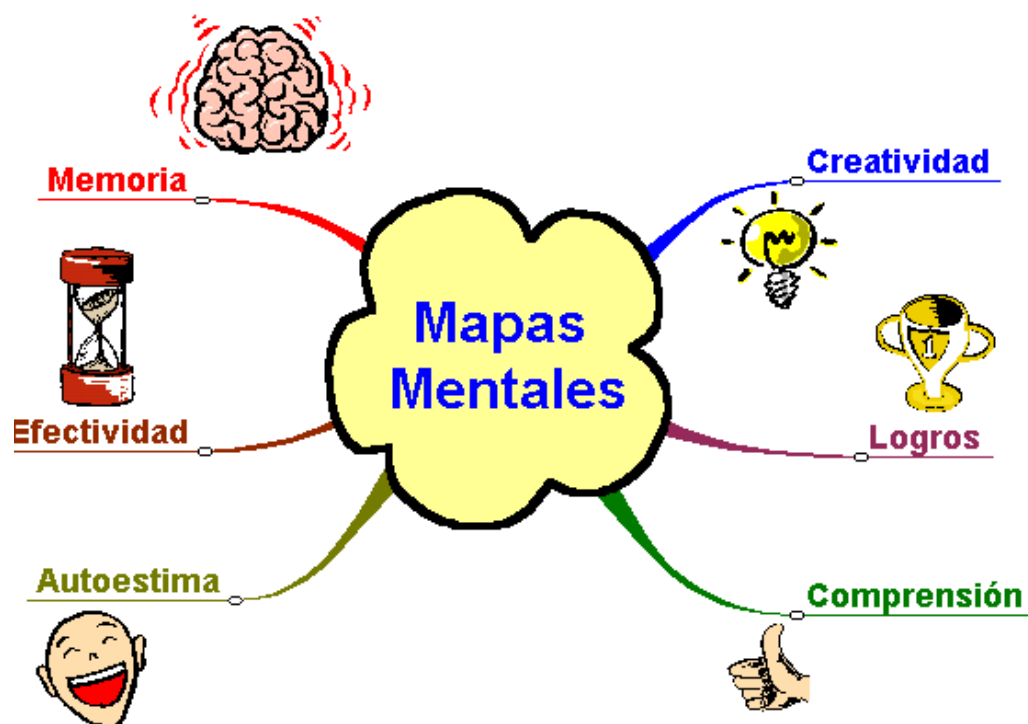


EL MAPA MENTAL: UNA HERRAMIENTA PARA ESTIMULAR LA CREATIVIDAD Y LA INNOVACIÓN

Autor: Ingeniero Enrique Posada

Desde hace varios años se han venido popularizando métodos de presentación de información y de toma de notas, que tratan de hacer uso de las capacidades gráficas de las personas, de su gusto por los colores, por la diversidad y de su capacidad para centrar los conceptos y mirar los temas desde un punto de vista global. Una de estas técnicas es la del **mapa mental**, que presenta los temas con esquemas como los de la figura.



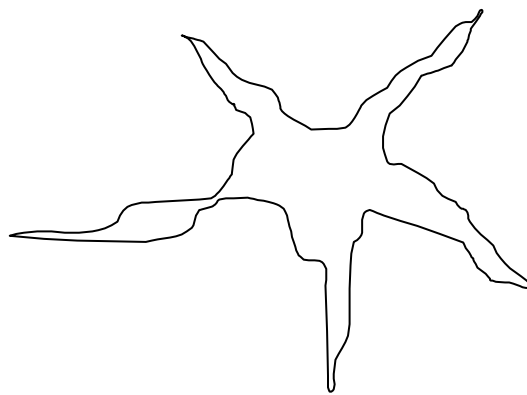
Tomado de <http://www.google.com/imgres?imgurl=http://www.facmed.unam.mx/emc/computo/mapas/>

Como lo muestra la ilustración, se trata de trabajar de una forma en que se estimule la creatividad, la autoestima de las personas, el entendimiento, la memoria y la efectividad, con miras al logro de los objetivos de cualquier idea o proyecto.

La técnica del mapa mental ha sido desarrollada a partir de los trabajos de Tony Buzan, quien ha escrito un bello libro denominado "El libro de los mapas mentales". Luego de trabajar por varios años y de compartir estas técnicas con muchas personas, he visto que tienen como efecto el despertar la capacidad para resolver problemas de forma fácil y rápida, para coordinar los dos hemisferios, para leer y aprender con rapidez y para mejorar la memoria.

Tomar notas cuando se asiste a una conferencia o cuando se reciben instrucciones, o cuando se asiste a una reunión, cuando se explora un tema, contribuye a construir hábitos apreciativos hacia las realidades de los demás y a establecer formas flexibles y creativas de leer, de tomar notas y de organizar los conceptos. Esta es una buena base para lograr hábitos creativos.

Tony Buzan desarrolló entonces una sencilla técnica para tomar notas que enriquece el funcionamiento cerebral. Se basa en la imagen que tenemos de las neuronas, es decir de las células del sistema nervioso. La figura muestra un esquema simple de una neurona



Se aprecia que tiene una zona central masiva y una serie de ramales que se desprenden de la zona central. Por medio de estos ramales, las neuronas se conectan entre sí. Existen gran cantidad de conexiones entre las neuronas.

Esta simple idea dio origen al concepto de tomar nota llamado mapa mental, donde mapa tiene que ver con la palabra inglesa "mapping", que se puede asimilar a una red de conexiones que identifican un espacio. Como se trata de la imagen de las conexiones cerebrales, se denomina mapa mental.

Para tomar notas con la técnica del mapa mental, se hace lo siguiente:

Se toma una hoja de papel rectangular de tamaño carta u oficio. Se trabaja la hoja de forma horizontal para tener mayor libertad de espacio.

Se decide cuál es el tema principal de las notas que se están tomando y que van a quedar registradas en el mapa mental de la hoja. Se elige un título para el mapa relacionado con el tema principal. En el centro de la hoja se dibuja una figura geométrica cualquiera, a mano alzada. Puede ser un círculo, un cuadrado, un rectángulo, una elipse, una estrella, una forma irregular o una forma arbitraria (que puede estar relacionada o no con el tema principal). Dentro de esta figura central se escribe el título en letras mayúsculas y grandes, siempre trabajando de forma horizontal.

El centro del mapa se asemeja a la zona central de las neuronas. Al definir un centro, toda la atención del cerebro se concentra en trabajar en el tema principal.

Las distintas informaciones que van surgiendo, relacionadas con el tema central y que se consideran de interés, se van anotando en el mapa. Para ello los distintos tópicos se van colocando de modo secuencial, a medida que van apareciendo durante el desarrollo del tema. Estos distintos tópicos o informaciones hacen a su vez parte de categorías diferentes del tema principal. Cada uno de ellos se encierra a su vez en una figura geométrica o se subraya con una línea común. Cada tópico, su figura geométrica o su subrayado, va unido al centro, con lo cual se facilita la tendencia del cerebro a cerrar conceptos, mientras que las líneas ayudan a memorizarlos y a asociarlos.

Para cada tópico se usa un color distinto. Se propone usar al menos cuatro colores.

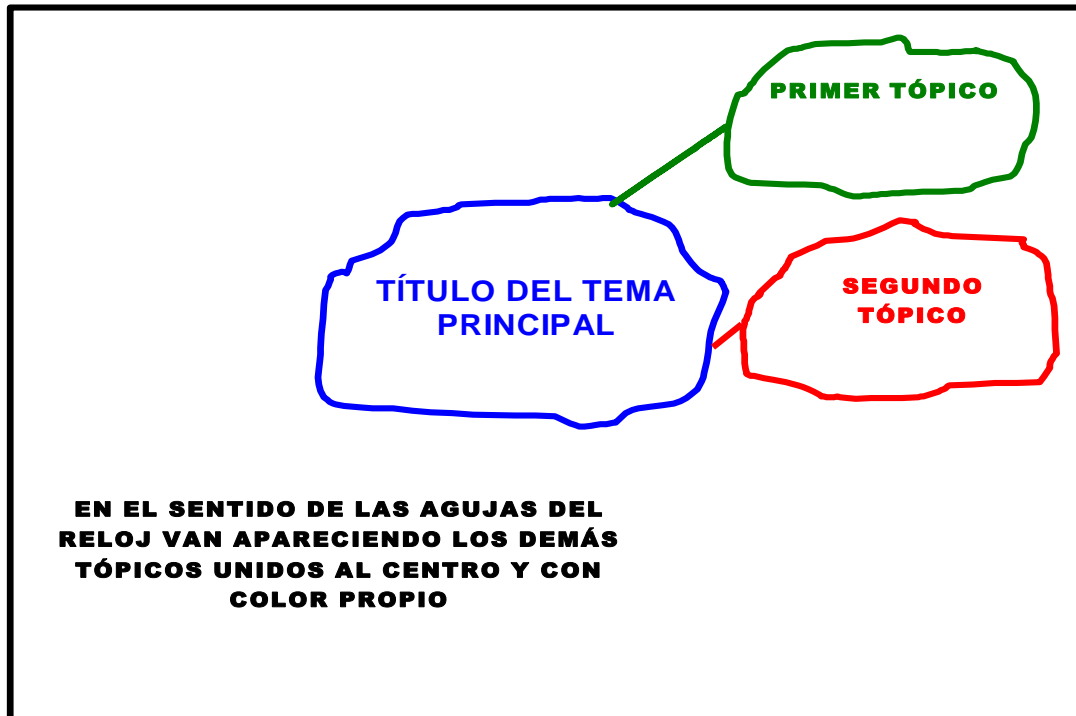
El primer tópico se anota en la parte superior derecha de la hoja. Los demás tópicos van apareciendo uno tras otro en el sentido de las agujas del reloj. Véase la figura donde se esquematiza lo que se ha dicho sobre el centro y sobre el primer tópico y sobre los demás tópicos que van apareciendo.

Las anotaciones para cada tópico se hacen con palabras en mayúsculas, con letra clara y grande. Solamente se deberían escribir de forma literal aquellas frases que se deben recordar textualmente. Se complementan con dibujos libres, garabatos, adornos, diseños. El color y los dibujos son parte importante del mapa, pues así se tiene en cuenta la forma de operar propia del hemisferio derecho. Este hemisferio es muy potente para memorizar, crear y trabajar con conceptos.

Se recomienda usar al máximo todos los espacios, dando prioridad a la información más que a las líneas. Por ello los límites que encierran la información de cada tópico se marcan una vez anotado el tópico y no antes.

Al crear un mapa mental que sea estructurado, atractivo y estético, es mayor el provecho, pues se recordará más fácilmente por ser claro y llamará más la atención al cerebro por ser atractivo. Al usar palabras, colores y una distribución lógica del espacio, se pone en movimiento toda la gama de habilidades cerebrales, se estimula el trabajo nervioso y se aumenta la probabilidad de un recuerdo espontáneo.

En la figura siguiente se esquematiza la forma de trabajo del mapa mental.



Es muy típico que en una hoja se acomode muy bien todo lo relacionado con un tema principal. Pero si esto no fuera así, se continúa con el mismo tema título de principal en una o más hojas adicionales, numerándolas en el centro.

Cada quien seguramente tiene su propio estilo para elaborar sus mapas y este estilo se va refinando a medida que uno pierde la timidez y se deja llevar por el gusto y la diversión de funcionar con todas las herramientas cerebrales y no únicamente con las serias herramientas de la lógica tradicional que utilizamos para tomar notas.

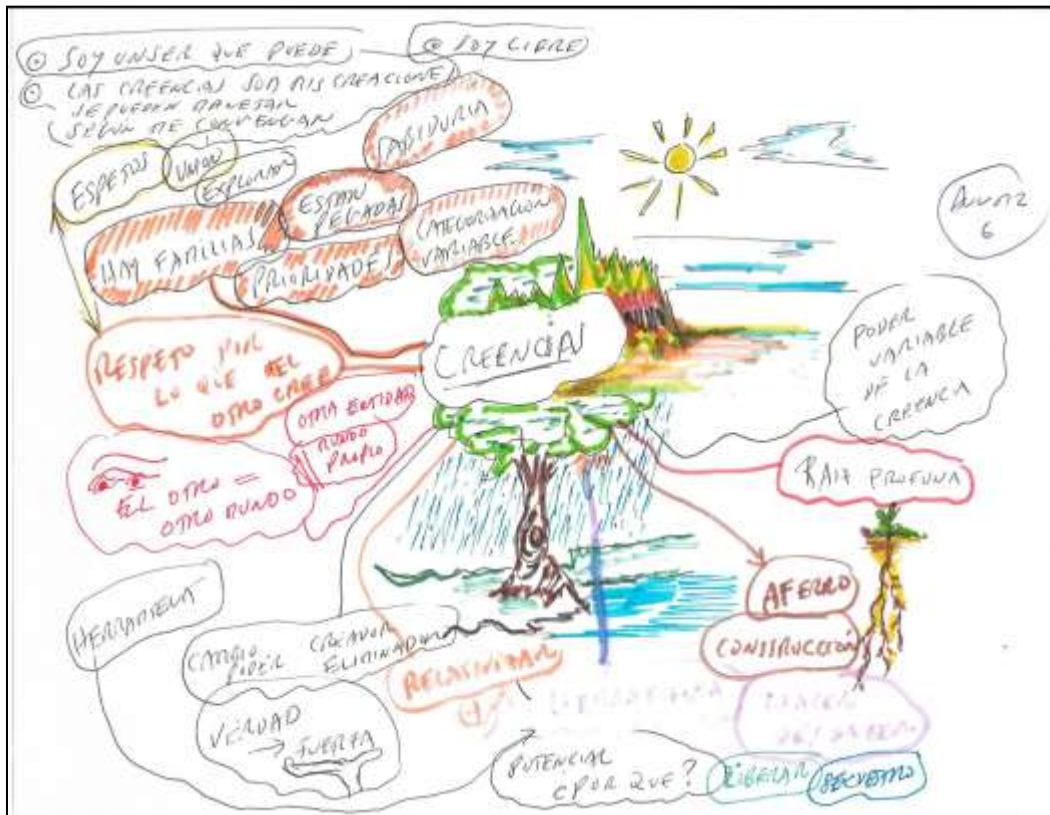
Los mapas mentales se pueden usar para muchas aplicaciones como las siguientes:

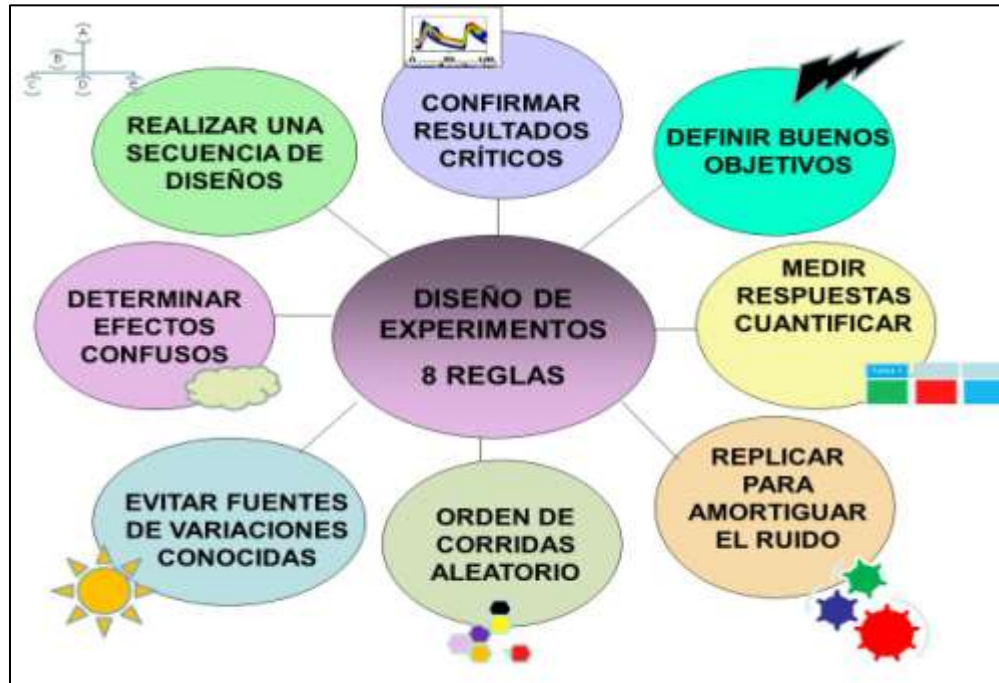
- Para tomar notas en una conferencia, en una clase, cuando se dan o reciben instrucciones. Se trata de un modo entretenido y agradable de prestar máxima atención al conferencista y al tema. Los temas quedan organizados de forma lógica y se pueden repasar con mucha efectividad cuando se esté preparando un examen o exposición. La memoria se activa de inmediato cuando viene a la mente de nuevo el tema principal.
- Para resumir escritos, artículos, libros e información que se recibe o se está investigando. La técnica permite una organización lógica, capturar los

contenidos importantes, detallar conceptos y asociar ideas. Las ideas que se vengan a la mente durante el resumen o la toma de notas se anotan en el mapa de forma muy armónica y natural, sin estorbar el desarrollo del tema.

- Para preparar exposiciones o charlas. Permite ir de lo general a lo particular, no dejar cabos sueltos, cerrar el tema, dar coherencia y administrar el tiempo.
- Para trabajo empresarial. Sirve para tomar notas que sirvan de base para hacer actas, para evaluar mejoras, para hacer seguimientos, para distribuir tareas, para organizar eventos o programas, para explicar conceptos a un grupo de trabajo, para liderar el trabajo de grupo. Los conceptos que se presentan más adelante sobre trabajo de grupo, se organizan de forma muy efectiva utilizando el mapa mental para llevar la minuta de una reunión o de un trabajo en grupo.
- Para planear proyectos. Permite visualizar estrategias de forma completa, asignar prioridades, hacer matrices estratégicas DOFA coherentes y asignar recursos y darse cuenta de los recursos disponibles.
- En la educación sirve de modo especial para manejar y utilizar al máximo las capacidades de los dos hemisferios, para aprender con interés y gusto. Relaja el proceso, da confianza, da salida a la creatividad y a la imaginación, agudiza la observación y el aprecio por el tema y estimula la intuición. A la vez, entrena para ir al grano, para sacar conceptos, para ser ordenado y para pensar.

A modo de ejemplo se presentan dos mapas mentales de la vida real, hechos por el autor en una conferencia sobre riesgos industriales (el primero) y al resumir una lectura sobre diseño de experimentos (el segundo)





Una vez que una persona se ha acostumbrado a esta forma de tomar notas, observa las enormes limitaciones del modo antiguo de tomar notas y ya no lo vuelve a usar casi nunca.

Ya existen diversos programas en la red que estimulan el uso de estas herramientas en forma digital.

NOVEDADES

EQUISOL PRESENTE EN LA FERIA ANDINAPACK

Del 8 al 11 de Noviembre de 2011 se llevo a cabo la Feria Andinapack en la ciudad de Bogotá, feria reconocida como la más prestigiosa del empaque en la región.

Equisol, unidad estratégica de negocio de Indisa S.A., estuvo presente con su representación Raumak, exponiendo diferentes soluciones de empaque que tiene disponible para la industria en general, como: (Envolvedoras, Enfardado, Encartonado y Paletizado Automático, entre otras.)



Si usted no recibe esta publicación directamente de INDISA S.A. o si desea recomendarnos a alguien para que la reciba, [presione aquí](#)

Para consultar las ediciones anteriores del boletín INDISA On line, puede entrar a <http://indisaonline.8m.com/>. En esta página se encuentran todos los boletines en formato de página web, para que usted pueda grabarlos en su computador e imprimirlos.



Tel: (574) 444 61 66
Medellín-Colombia
mercadeo@indisa.com.co <http://www.indisa.com/>