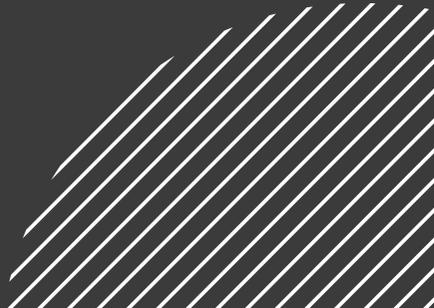


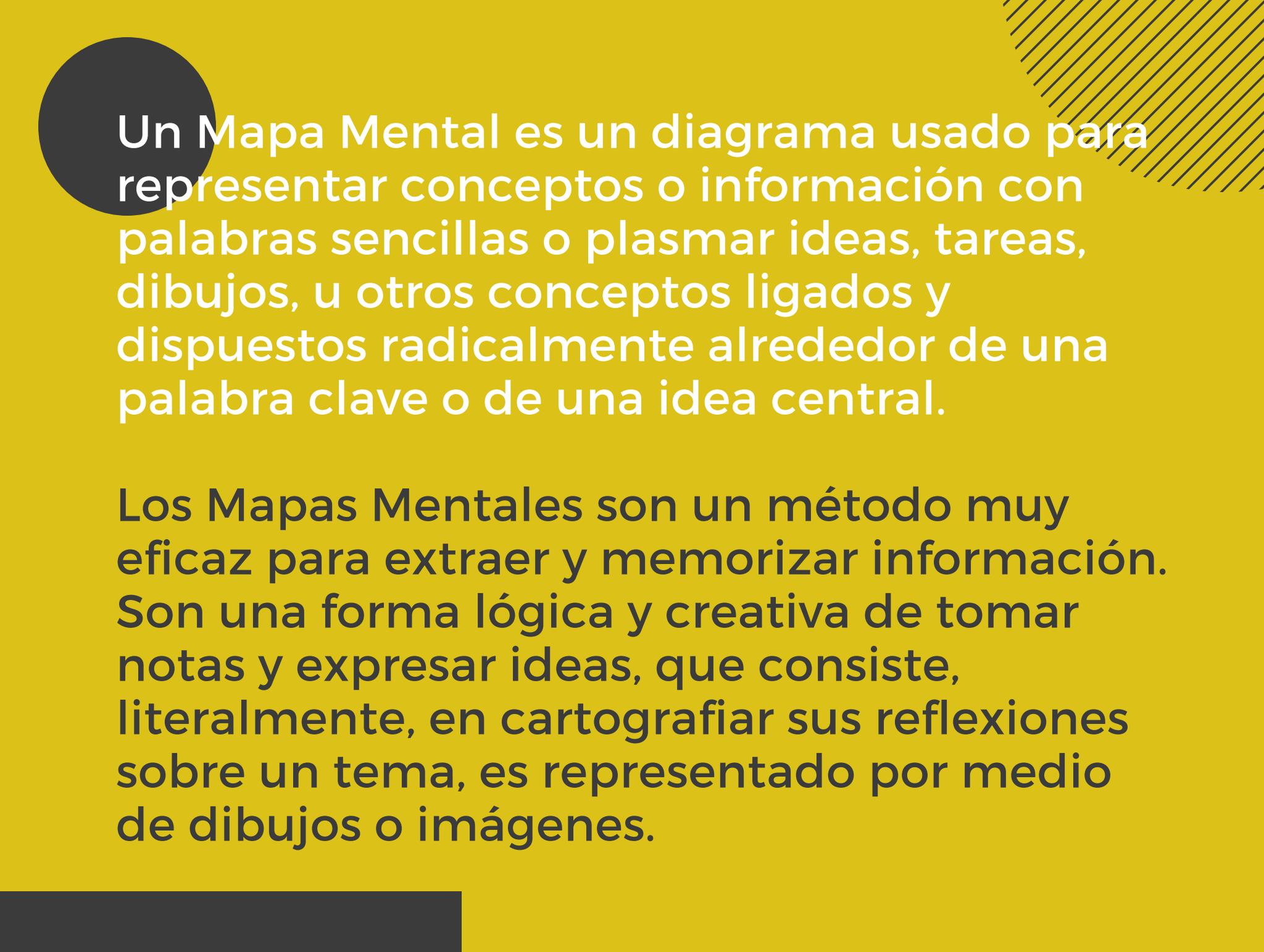
**Cómo hacer un**

**MAPA  
MENTAL**



# ¿Qué son los Mapas Mentales?





Un Mapa Mental es un diagrama usado para representar conceptos o información con palabras sencillas o plasmar ideas, tareas, dibujos, u otros conceptos ligados y dispuestos radicalmente alrededor de una palabra clave o de una idea central.

Los Mapas Mentales son un método muy eficaz para extraer y memorizar información. Son una forma lógica y creativa de tomar notas y expresar ideas, que consiste, literalmente, en cartografiar sus reflexiones sobre un tema, es representado por medio de dibujos o imágenes.

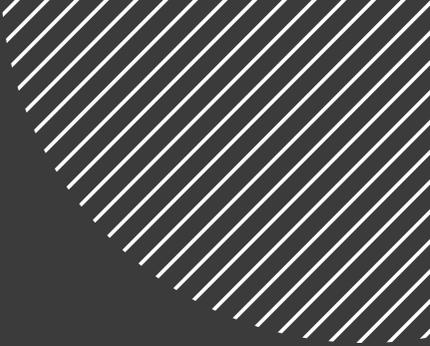
# El Mapa Mental:

1.

Un Mapa Mental es una imagen de distintos elementos, utilizados como puntos clave que proporcionan información específica de un tema en particular o de la ramificación de varios temas en relación a un punto central.

2.

Un Mapa Mental se obtiene y se desarrolla alrededor de una palabra, frase o texto, situado en el centro, para luego derivar ideas, palabras y conceptos, mediante líneas que se trazan hacia alrededor del título; el sentido de estas líneas puede ser horario o anti-horario; es un recurso muy efectivo para facilitar el estudio académico.



# Usos de los Mapas Mentales:

**1.**

Los mapas mentales tienen muchos usos aplicativos en los ámbitos personal, familiar, educacional y empresarial, incluyendo la toma de notas, la Lluvia de ideas, la realización de resúmenes, como herramienta nemotécnica o como medio para explicar ideas complejas.

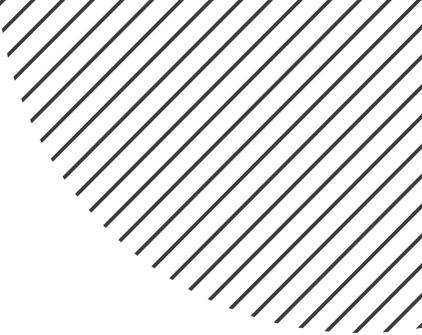
**2.**

Las llaves no siempre son necesarias, porque también se pueden presentar un diagrama jerárquico con los elementos claramente delimitados por medio de figuras como rectángulos u otra forma para distinguir cada elemento y los diferentes niveles dentro de la jerarquía.



# Los Mapas Mentales ayudan a:

- La expansión de la memoria.
- La retención natural y práctica de mucha información comprimida en unas cuantas palabras, dibujos, etc.
- Explican en poco tiempo visual lo que hojas llenas de información escrita pudieran lograr.
- En presentaciones laborales, trabajos educativos y tareas escolares.
- Facilitar el estudio de temas complejos y difíciles de entender.
- Recopilar sencilla y flexiblemente los datos clave de los procesos de aprendizaje y pensamiento.
- Estructurar los hechos y pensamientos de forma clara y fácil para las personas que lo crean.

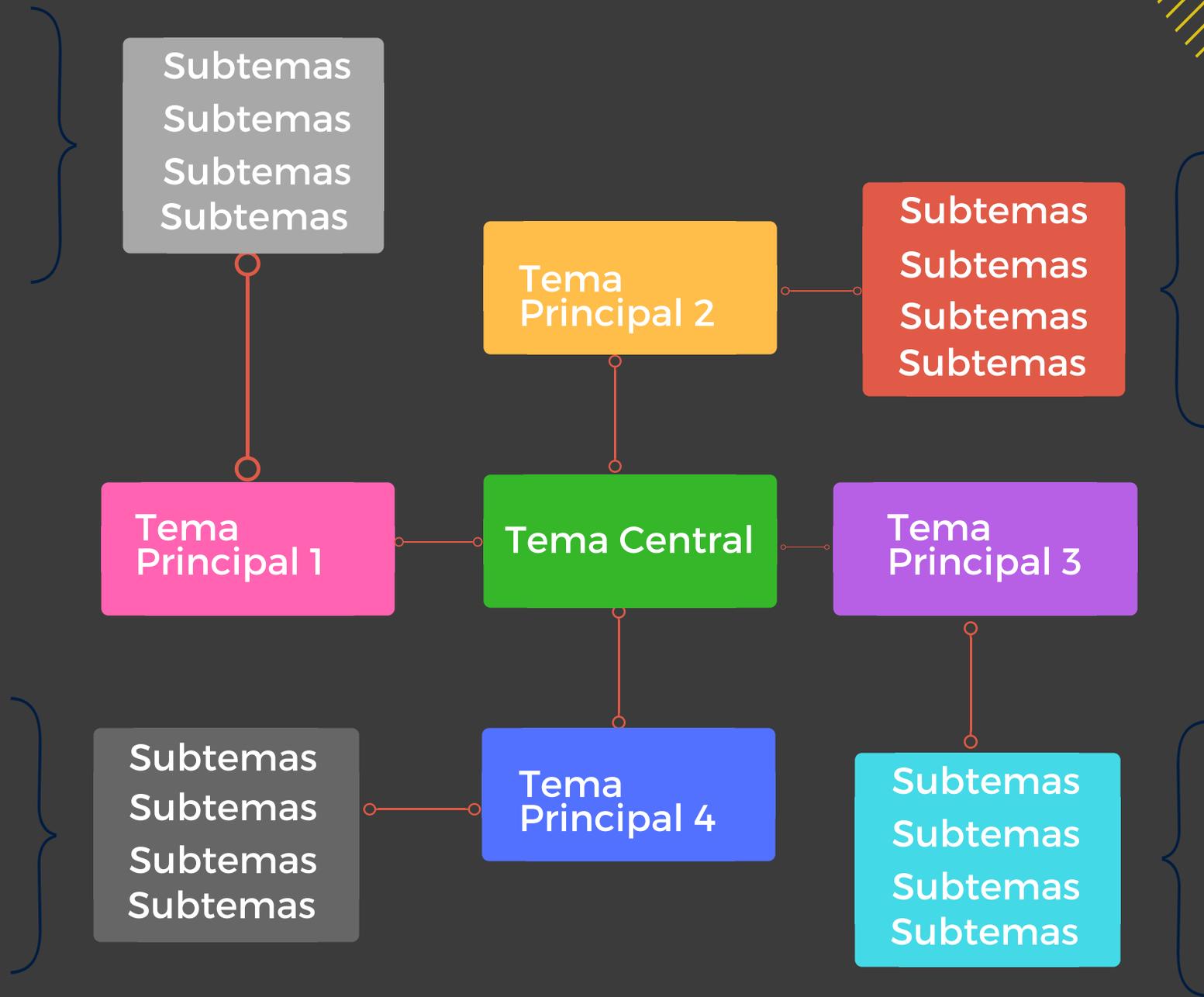


# Recomendaciones para la creación de Mapas Mentales

- ❑ Empezar en el centro con una imagen del tema, utilizando al menos 3 colores.
  - ❑ El uso de imágenes, símbolos, códigos y dimensiones a lo largo de su mapa mental.
  - ❑ Seleccionar palabras clave y de impresión utilizando letras mayúsculas o minúsculas.
  - ❑ Cada palabra e imagen debe estar en su propia línea.
  - ❑ Las líneas deben estar conectadas, a partir de la imagen central.
  - ❑ El uso de múltiples colores en todo el mapa mental, para la estimulación visual y también para la codificación o la agrupación.
  - ❑ Mantener el mapa mental claro y ordenado mediante el uso radial de jerarquía o contornos para abrazar sus ramas.
- 

# Tipos de Mapas Mentales:

- **Mapa Circular.** Llamado también araña.
- **Mapa Sinóptico.** Es el mapa mental más utilizado.
- **Mapa Cognitivo de Cajas.** Se forma por una serie de cuadros.
- **Mapa Panorámico.** Su temática es global o general.
- **Mapa de Organigrama.** Se presenta de forma lineal.
- **Mapa Multidimensional.** Se constituye fusionando varios.



**GRACIAS**

"SUPERACIÓN CON LIBERTAD"