

¿Qué es un Mapa Mental? - Cómo Hacerlos con Ejemplos



¿Qué es un Mapa Mental?

Un mapa mental es un diagrama o herramienta de aprendizaje, utilizada para representar conceptos o ideas asociadas a un tema en particular, es decir, corresponde a una herramienta empleada para facilitar el aprendizaje mediante la visualización de ideas de forma esquematizada, todas ellas relacionadas entre sí, las cuales en conjunto ayudan a explicar el contenido de un tema en específico.

Esta técnica fue desarrollada por primera vez por el escritor y consultor educativo inglés, Tony Buzan, y su objetivo principal es el de sintetizar una unidad de información a la mínima expresión posible, evitando la redundancia y manteniendo las ideas claves, haciendo uso de la creatividad para plasmar los pensamientos derivados de un tema central, de una manera gráfica y dinámica.

Contenido de nuestro artículo:

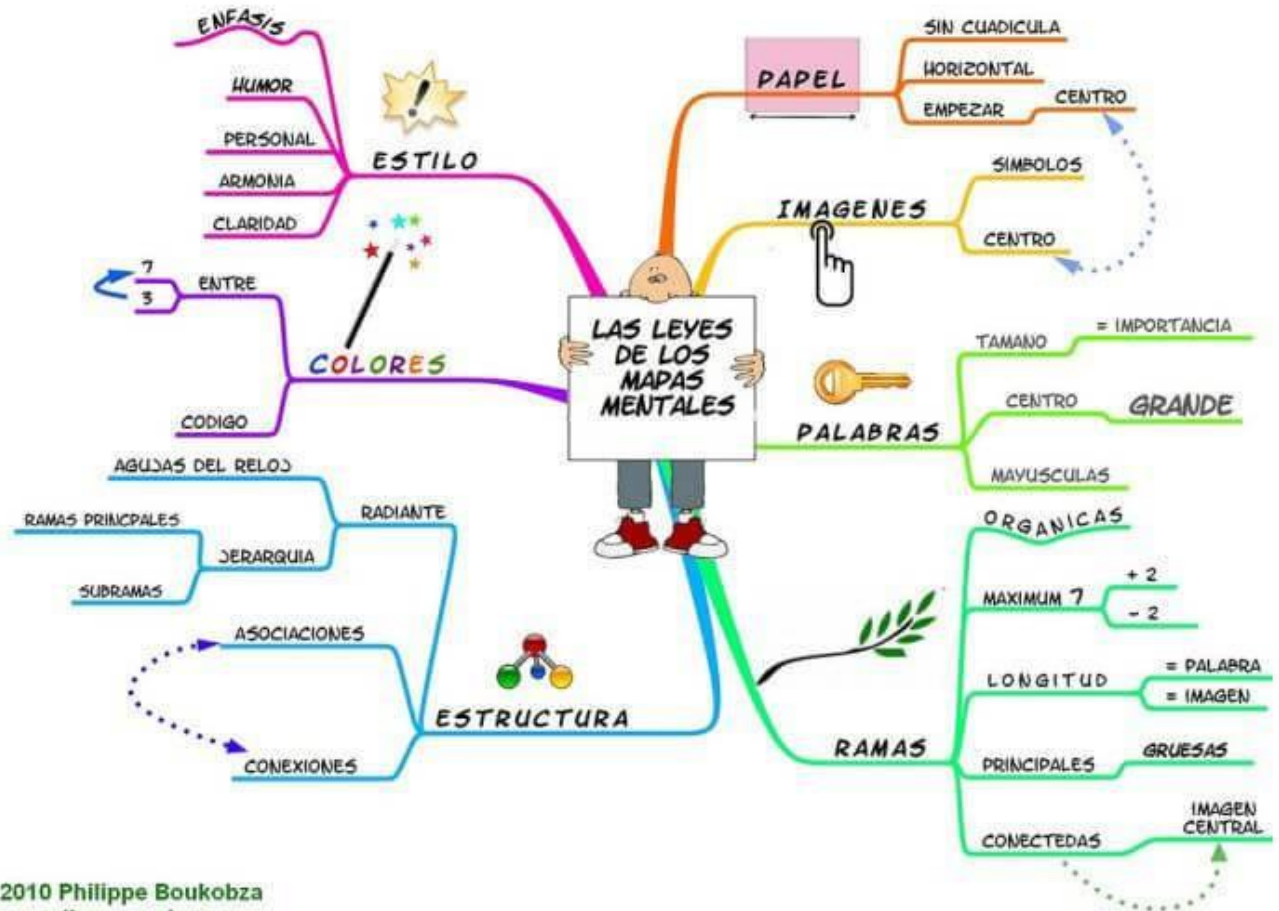
1. [Características de un mapa mental](#)
2. [Cómo elaborarlos](#)
3. [Páginas web para hacer mapas mentales](#)
4. [Beneficios y usos](#)

5. Diferencias entre un mapa mental y conceptual

Características de un Mapa Mental

- Por lo general, el tema central se representa con una imagen ubicada justo en el centro del diagrama y poseen una estructura orgánica radial, compuesta por nodos conectados entre sí.
- De la imagen central del tema irradian los demás conceptos e ideas en forma de ramificaciones, en el sentido de las agujas del reloj.
- Las ideas y conceptos son representados mediante imágenes o símbolos y palabras claves. Es muy importante el **uso de colores** para destacar y acentuar las ideas, de esta forma estimulamos a nuestro cerebro a crear nuevas conexiones.
- A su vez, cada una de las ideas principales se acompaña de una imagen o palabra clave ubicada en su línea asociada.
- Las ideas de menor importancia dentro del esquema, corresponden a ramificaciones secundarias, las cuales se desarrollan a partir de aquellas ideas principales que están directamente vinculadas al tema central. Mientras más lejos se encuentre un bloque de ideas del eje central, menor será su importancia dentro del diagrama.

Utiliza el siguiente mapa mental para repasar los conceptos aprendidos. Presiona la imagen para agrandarla:



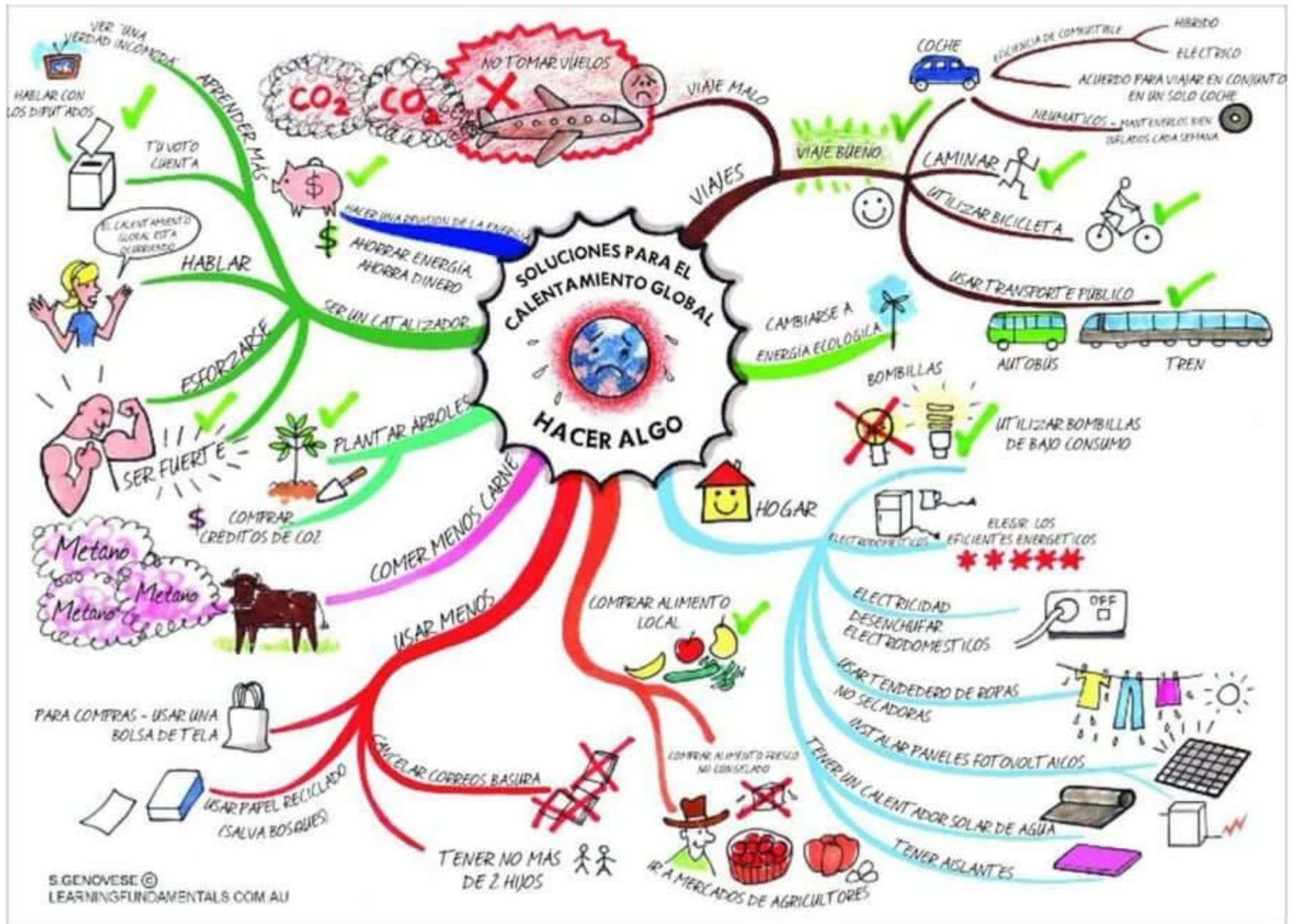
2010 Philippe Boukobza
www.ibermapping.es

Cómo Elaborar un Mapa Mental Paso a Paso

Para construir su mapa mental sólo necesitará una hoja de papel, cartulina o el material de su preferencia; lápices de colores; goma de borrar y cualquier otro elemento que desee añadir para reforzar el aspecto visual del mismo.

1. Tenga en cuenta que un mapa mental debe comprender el **menor número de palabras posible**, para lo cual es importante emplear únicamente palabras o frases clave, así como también imágenes o figuras que ayuden a representar cada conjunto de ideas.

2. Inicie colocando la idea central o foco temático, justo en el centro de la hoja de papel. Considere que ésta puede estar representada bien sea por palabras o por algún dibujo que haga referencia al tema a tratar. Es recomendable utilizar una imagen para representarlo y acompañarlo de una palabra clave.
3. Partiendo de la idea central remarcada en el centro de la hoja, desarrolle a su alrededor el resto de las ideas relacionadas con el tema.
4. Para establecer un orden jerárquico entre cada una de las ideas, desarrolle las mismas en el sentido de las manecillas del reloj. Tenga en cuenta que aquellas ideas que se encuentren ligadas al foco temático de manera directa, tendrán prioridad sobre las demás; mientras más alejada se encuentre una idea del tema central, menor importancia tendrá dentro del esquema.
5. **Utilice líneas** para establecer la relación entre el foco temático y el resto de las ideas desarrolladas a partir de éste.
6. Puede destacar las ideas encerrándolas en alguna figura, como óvalos o cuadrados, resaltándolas con lápices de colores, imágenes o cualquier elemento que le permita diferenciarlas entre sí y comprender la relación que hay entre ellas; sólo use su creatividad.
7. En caso de que una hoja de papel no sea suficiente, pegue una o dos hojas más y continúe elaborando su mapa mental. Puede hacer uso de todo el espacio que desee, pero sin desviarse del objetivo.



Más artículos relacionados:

- [Cómo Hacer un Mapa Mental Paso a Paso](#)
- [Los 10 Mejores Ejemplos de Mapas Mentales Creativos](#)

Páginas Web para hacer un Mapa Mental

1. [Goconqr](#): esta página web permite crear mapas mentales online, con la posibilidad de adjuntar elementos que incluyan notas, imágenes o enlaces a cualquier otro recurso; además de la posibilidad de compartirlos con amigos o incluso imprimirlos.

2. [Mindmeister](#): su editor permite generar lluvias de ideas, tomar notas, planear proyectos y realizar distintas tareas creativas. No requiere descargas ni actualizaciones de ningún tipo, ya que está basado totalmente en web y, además, permite el acceso a los mapas mentales independientemente del sistema operativo con el que se esté trabajando (Windows, Mac OS o Linux).

Conoce más programas y softwares visitando nuestro artículo:

- [Las 6 Mejores Páginas y Software para Crear un Mapa Mental](#)

Utilidades y Beneficios

Un mapa mental puede resultar una herramienta altamente efectiva para el aprendizaje de contenidos de manera más simple y dinámica, pues se trata de una **estructura esquematizada** que incluye el uso de imágenes, figuras y colores para reforzar el aspecto visual de las ideas extraídas de un contenido específico.

Se trata de una técnica de aprendizaje, cuya creatividad y dinamismo hacen que el hábito de estudiar deje de ser tedioso y

aburrido para convertirse en un proceso divertido y sencillo de ejecutar.

Particularmente, esta herramienta puede resultar de **gran utilidad a la hora de memorizar** contenidos bastante amplios cargados de grandes bloques de información, pues se trata de simplificar, en la medida de lo posible, el contenido del tema a tratar, manteniendo las ideas principales y plasmándolas de manera gráfica, a través del uso de imágenes y figuras que permitan dar fuerza a las ideas que se desea plasmar y, además, permite que éstas adquieran un carácter simbólico; por lo que, en lugar de memorizar párrafos y párrafos de información, sólo basta con pensar en aquellas imágenes que han sido utilizadas para representar tales conceptos.

Estos ayudan a **mejorar nuestra creatividad** puesto que no tienen una estructura lineal, las ideas fluyen con mayor rapidez y libremente, lo que permite hacer relaciones rápidas entre los conceptos y las imágenes con las que queremos plasmar dichos conceptos.

En un mapa mental se pueden visualizar todas las agrupaciones que se derivan de un tema central, por eso son muy útiles para tener una **perspectiva diferente** o una **visión más general** de un tema específico.

También son una excelente herramienta para **tomar notas y apuntes**, puesto que en un corto tiempo podemos plasmar una gran cantidad de ideas.

En definitiva, un instrumento bastante útil para lograr un aprendizaje eficaz en cualquiera de las áreas de estudio existentes e incluso en el área laboral. Si quiere implementarla mas no tiene idea de cómo, a continuación le mostramos los pasos que debe seguir para construir su propio mapa mental.

Diferencias entre un Mapa Mental y un Mapa Conceptual

A pesar de que ambas herramientas están orientadas a mejorar el aprendizaje mediante la representación de ideas de forma dinámica y esquematizada, es importante entender que no es lo mismo un mapa mental que un [mapa conceptual](#).

Estructura: un mapa mental posee una estructura orgánica **radial** que parte de un núcleo o tema central, donde las ideas o conceptos se encuentran relacionados por medio de líneas, símbolos e imágenes; a diferencia de los conceptuales, que poseen una estructura en la cual los bloques de ideas o conceptos se encuentran vinculados por líneas interrumpidas por preposiciones o palabras.

Cómo Hacer un Mapa Mental ;Explicado Paso a Paso!



Los [mapas mentales](#) son muy versátiles, visita aquí nuestros [10 ejemplos súper creativos](#) a través de los cuales puedes inspirarte. Desde temas académicos, hasta presentaciones de proyectos, concientización sobre una problemática o situación, biografías, tus próximas vacaciones, entre otros.

Recuerda que los mapas mentales no solo favorecen el aprendizaje efectivo sino que también son una herramienta de organización, así que a través de ellos puedes plasmar tanto información de tu entorno, como tus pensamientos e ideas.

Paso 1: ¿Qué quiero expresar?

A diferencia de los [mapas conceptuales](#), los mapas mentales son más flexibles e informales en su elaboración, así que si ya tienes una noción de lo que quieres transmitir, el siguiente paso será decidir si deseas elaborarlos de forma manual, para lo cual necesitarás: colores, hojas en blanco, tijera, pega y revistas si lo deseas. Otra alternativa es elaborarlos en forma digital a través de [programas y páginas web](#) muy fáciles de utilizar que recomendamos para ti. Es mucho más favorable que apliques ambos métodos para que evalúes con cuál te resultó más cómodo y práctico trabajar.

Paso 2: Comienza a hacer tu mapa mental

Para comenzar a elaborar tu mapa, debes colocar el título del mismo en el centro de la hoja. El título se refiere a la **idea central** de tu trabajo que puede ser "Viaje a Disney", "Estrategias de marketing", "Metas del mes", "Rutina semanal de ejercicios", entre otros. Debe ir acompañado de una imagen que cause impacto y permita al lector saber cuál es el tema, con sólo recibir esa primera impresión del mismo.

Por ejemplo: un mapa titulado "Inteligencia emocional" que muestra la imagen de un cerebro y un corazón en actitud de acuerdo o negociación.

Sin recibir más información que esa, el lector asume que se tratará de estrategias para manejar las emociones (corazón) de una forma más racional (cerebro) y, de esta forma percibe la información más importante de manera **inmediata**, que determinará su interés en el resto del mapa mental. Por ello es tan importante una buena representación gráfica del título, que no tiene que ser necesariamente muy compleja, puede ser sencilla pero explícita y siempre puedes buscar imágenes de revistas, internet o incluso dibujarlas tú mismo.

Paso 3: Organiza las Ideas



A continuación, comienza a trazar a partir del título, en orden de relevancia y en sentido de las agujas del reloj, una serie de ramificaciones gruesas llamadas **subtemas**, las cuales se refieren a aquellos aspectos generales que brindarán información específica al lector.

Por ejemplo, si tu mapa se trata sobre el “Cuidado de la piel” de seguro hablarás de: limpieza, alimentación, cosméticos e hidratación, o tal vez quieras enfocarlo en aspectos como: mañana, tarde y noche. Todo depende de cómo desees estructurar tu mapa, qué tipo de información quieras brindar y en qué puntos enfocarás su contenido.

En este ejemplo, el tema es la planificación de una reunión, por ende el primer subtema elegido por el autor fue la fecha de la misma, luego el lugar, y así sucesivamente, siguiendo el sentido de las agujas del reloj para indicar la relevancia. Nota que los subtemas o ramificaciones principales son siempre palabras claves y genéricas.



A partir de los subtemas comienza a desglosar información específica para cada ramificación, disminuyendo un poco el tamaño de la letra a medida que plasmas información más puntual, cuidando que siga siendo legible. Acompaña cada elemento con una **imagen o símbolo** que la identifique, así como flechas para ayudar a relacionar las ideas de ser necesario.

Puedes desglosar ramificaciones las veces que necesites pero recuerda que la idea es **simplificar** lo más que puedas el contenido, no deben ser oraciones ni frases largas.

Observa cómo a partir de los subtemas, se desglosa información mucho más específica, manteniendo siempre el mismo color para indicar al lector que la información pertenece a una misma ramificación.

Paso 4: ¡Los colores importan!

No tengas miedo de experimentar con colores y combinaciones, de hecho, es recomendable **usar más de tres colores** diferentes en un mapa mental para causar mayor impacto en el hemisferio derecho del cerebro y así retener y comprender la información de forma efectiva.

Se sugiere utilizar colores calientes como el rojo y el naranja para el título o el centro de tu mapa mental, colores tibios como el verde y el marrón para las ramas secundarias y colores fríos como azul y blanco para las ramas más lejanas. Sin embargo, esto no es una regla, ya que puede cambiar dependiendo de la temática y de tu diseño.

Este ejemplo es perfecto para que notes todos esos pequeños detalles que hacen la diferencia a la hora de aprender con los mapas mentales. Observa cómo cada ramificación es de un mismo color independientemente de las veces en que se desglose. Cada palabra está acompañada de una pequeña imagen o símbolo que hace más fácil al cerebro la asociación de ideas.

Lo más importante es, que a pesar de tener bastante información y contenido gráfico, entre cada subtema y ramificación se mantiene un espacio adecuado, las letras son legibles y poseen un buen tamaño para su fácil lectura, lo que hace que se pueda apreciar mucho mejor la creatividad del autor y que el lector pueda sentirse interesado en el contenido sin distraerse.

Paso 5: Ensayo y error

Lo interesante de un mapa mental es que produce en el individuo un *Brainstorm* o "lluvia de ideas", esto significa que tus ideas irán surgiendo a medida que vayas trabajando en tu mapa, por lo cual es totalmente normal que estés terminando tu creación y recuerdes algún detalle importantísimo que pasaste por alto. No pasa nada, simplemente trabaja primero con un borrador y agrega cuantas hojas necesites hasta quedar satisfecho con la información plasmada.

Siempre es importante que al finalizar tu mapa mental, solicites la opinión de un tercero, quien podrá hacer algún tipo de observación o recomendación que permita que tu trabajo sea aún más provechoso.