

# MAPAS MENTALES



APRENDER A MEMORIZAR,  
ESTUDIAR Y TRABAJAR DE  
MANERA CREATIVA

SEAN O'BRIEN

# **MAPAS MENTALES**

Aprender a memorizar, estudiar y  
trabajar, de manera creativa

Sean O'Brien



El contenido de este libro no puede ser vendido, enmendado, distribuido, duplicado, reproducido o transmitido, bien sea de forma total o parcial, en ningún formato, sin previo consentimiento escrito por parte del autor. La única excepción es el uso legítimo de la obra, generalmente la correcta citación de un pequeño fragmento del libro, con el objetivo de hacer una reseña o crítica sobre éste.

Este libro está protegido por derechos de autor. Este libro es solo para uso personal.

El autor no asume responsabilidad alguna por el uso que se haga del contenido de este libro. El lector es responsable único de sus actos.

© Sean O'Brien 2020. Todos los derechos reservados.

Publicado en España por Sean O'Brien.

# **MAPAS MENTALES**

Este es un libro que te ayudará a crear fantásticos mapas mentales para ser más brillante en el trabajo, más eficaz a la hora de estudiar o incluso más organizado para realizar una presentación.



Hay adjuntados ejemplos de mapas mentales de temas de lo más variopinto que seguro serán una gran fuente de inspiración para crear los tuyos propios de manera brillante.

Además, encontrarás 27 herramientas online para poder hacerlos con compañeros de trabajo o estudio, cuando se requieran trabajos grupales o un proyecto empresarial a realizar por un equipo de trabajo.

Pero lo más importante, es que te permiten mejorar en cualquier aspecto empresarial, educacional o personal, de manera más sencilla, creativa y divertida.

¿Empezamos?

## **INDICE**

### **QUÉ SON LOS MAPAS MENTALES**

[Concepto](#)

[El creador](#)

[Principales características de un mapa mental](#)

[Como aprende el cerebro humano](#)

[Pensamiento lateral y pensamiento lineal](#)

[Mapas mentales y mapas conceptuales](#)

## **PARA QUÉ SIRVEN LOS MAPAS MENTALES**

[Beneficios de los mapas mentales](#)

## **COMO CREAR UN MAPA MENTAL**

[Tipos de mapas mentales](#)

[Elaboración de un mapa mental](#)

[Recomendaciones antes de empezar a dibujar un mapa mental](#)

[Pasos a seguir para crear un interesante mapa mental](#)

## **USOS DE LOS MAPAS MENTALES**

[Usos educativos](#)

[Usos profesionales](#)

[Usos personales](#)

## **27 HERRAMIENTAS ONLINE**

## **CONCLUSIÓN**

## **EJEMPLOS DE MAPAS MENTALES**



# QUÉ SON LOS MAPAS MENTALES



«Gracias a los mapas mentales puedes convertir una larga y aburrida lista de información en un diagrama brillante, fácil de recordar y altamente organizado, tus pensamientos en sintonía con los procesos naturales de tu cerebro». — **Tony Buzan**

## Concepto

Los mapas mentales son una excelente herramienta que cuando se utiliza por primera vez, todo cambia a partir de ese momento y no se

deja de utilizar por su sencillez, simplicidad y porque permiten retener con mayor facilidad aquello que necesitamos comprender y mejora el aprendizaje.

Un mapa mental es un diagrama que sintetiza a golpe de vista, de manera lógica y creativa, cualquier materia en el ámbito educativo o proyecto en el mundo empresarial. Ayuda a recordar un tema, aclarar conceptos en un proyecto o memorizar la información de manera ordenada y rápida, por eso es tan utilizado en estos ámbitos.

## **El creador**

Tony Buzan creó el concepto de mapa mental allá por 1974 cuando intentó crear un método para facilitar la tarea de memorización, ya que los textos de interminables páginas llenas de frases se hacían tediosos, y dificultaban la comprensión y recuerdo de la información por lo que pensó en métodos alternativos para mejorar dicha tarea. Seleccionando palabras o ideas clave, cambiando conceptos por dibujos representativos o símbolos, ramificaciones donde albergar ideas o conceptos secundarios, utilizando colores que estimulaban al cerebro, dio al fin con el método que andaba buscando, los mapas mentales. Ya conocemos que las cosas aburridas, tediosas y monótonas se olvidan con más facilidad que las que nos llaman la atención y las imágenes (una imagen vale más que mil palabras) ayudan a relacionar conceptos y retener dicha información, favoreciendo el aprendizaje de una manera más eficiente.

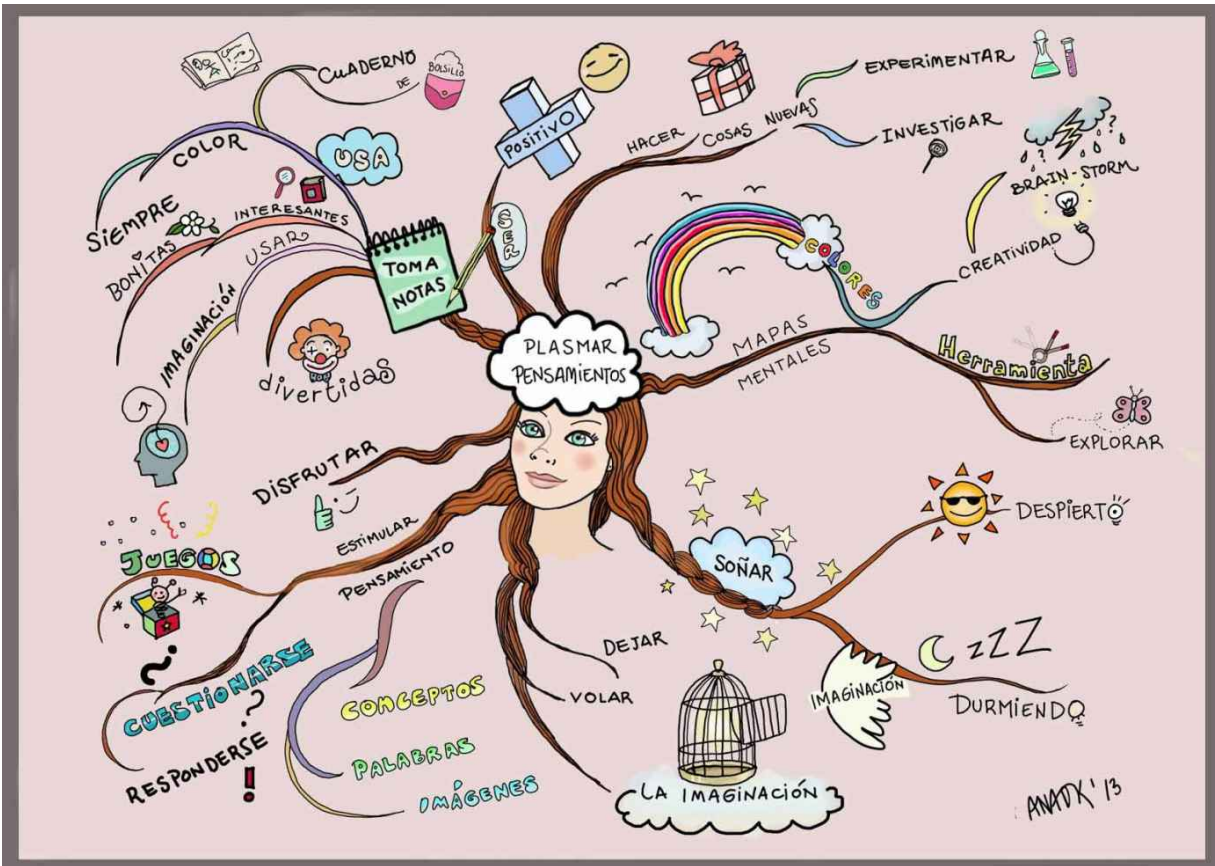
## **Principales características de un mapa mental**

Un mapa mental se elabora alrededor de una idea o palabra principal colocada en el centro y de la que se trazan ramificaciones que contienen palabras, conceptos o ideas secundarias y de éstas a su vez, otras más concretas, específicas o conceptos que las complementan. Cuanto menos relevantes, más alejadas estarán de la idea principal colocándose de manera jerárquica en el mapa. Todo elaborado de manera estructurada, organizada y creativa. Las palabras pueden ser representadas por imágenes, dibujos o símbolos y las ramificaciones trazadas con colores que permiten destacar ideas, favoreciendo la memorización y su comprensión. Conceptos de ideas secundarias diferentes pueden estar conectados entre sí.

De manera esquemática, estaría así estructurado un mapa mental:

- Lienzo: hoja apaisada u horizontal donde se elabora el mapa mental.
- Nodo principal: palabra o idea principal.
- Nodos secundarios: conceptos secundarios vinculados directamente con la idea principal, habitualmente de forma radial (aunque pueden tener otras formas).
- Ramificaciones: Uniones entre un concepto principal y los conceptos secundarios, así como éstos con conceptos contenidos en ellos de menos importancia.
- Conexiones: Asociaciones entre conceptos de la misma ramificación u otra diferente.
- Imágenes y dibujos: Representaciones de ideas o conceptos.
- Colores: Sirven para asociar o enfatizar determinados conceptos.

Veamos un ejemplo creativo de mapa mental:



Fuente: Ana Dk - Mapa mental: Estimulación para plasmar pensamientos  
<http://dsigndauteur.blogspot.com.es/2013/08/mapa-mental-contenidos-con-encanto-hola.html>

## Como aprende el cerebro humano

La mente humana no aprende con tareas rutinarias, memorización forzosa o situaciones conocidas, porque ahí se vuelve perezoso y termina por olvidarlo. Sin embargo, los estímulos nuevos hacen que se facilite al cerebro el aprendizaje duradero y la memoria, como las imágenes, que llegan directas al hemisferio derecho, el de la creatividad y, sobre todo, asociando esas imágenes a conocimientos ya adquiridos.

El cerebro no es un compendio de áreas independientes que funcionan de manera aislada, sino que está compuesto de zonas,

hemisferios, interconectados entre sí a través de redes neuronales. Las emociones son importantes en el aprendizaje, las cuales llegan directamente a la amígdala que las retiene de manera más eficaz, como cuando de pequeños, alguien se quema con una cazuela en la cocina y nunca se le olvida las consecuencias, no necesita otra mala experiencia como esa para acordarse, con una vez es suficiente para toda la vida. Y así con sabores, sonidos, imágenes, olores, etc., ... Por eso, las historias que nos impactan, que nos emocionan, siempre se quedan grabadas y éste es un truco para nuestros mapas mentales, usar imágenes o fotos que nos causen tal emoción que siempre las recordaremos.

La interacción entre personas, siempre de manera colaborativa y cooperativa, estimula al cerebro, aumentando la motivación, la creatividad y la atención, facetas que ayudan a aprender mejor los conceptos e ideas. Los mapas mentales permiten dicha colaboración, aportando ideas cada uno de los integrantes de un grupo de trabajo.

## **Pensamiento lateral y pensamiento lineal**



En los mapas mentales las ideas y conceptos se conectan como lo hace el cerebro con sus redes neuronales, donde ambos hemisferios trabajan juntos para una mejor comprensión y aprendizaje.

Ese aprendizaje más efectivo combina las cualidades de ambos hemisferios, donde el hemisferio izquierdo es el racional, el analítico, donde se sitúa la lógica y en el hemisferio derecho se haya la creatividad, la intuición, las habilidades artísticas y musicales (entre otras muchas).

Hay momentos y problemas que, para solucionarlos, necesitan de un razonamiento lógico y pensamiento lineal, donde el hemisferio izquierdo da respuesta a esas necesidades. Otros problemas requieren de imaginación, creatividad, de pensamiento lateral, que



residen en el hemisferio derecho. Los mapas mentales estimulan este hemisferio derecho.

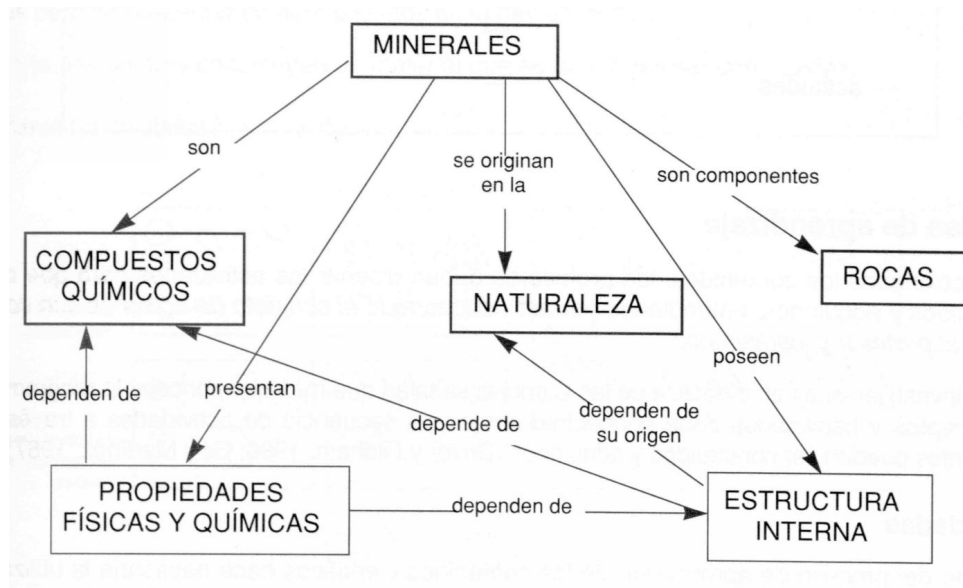
Un mapa mental desarrolla esa parte creativa del cerebro, el pensamiento lateral, porque el cerebro humano asocia las ideas de forma no lineal, sino utilizando la creatividad, la intuición y la representación de símbolos, ideas o conceptos, siendo el mapa mental lo más cercano al funcionamiento del cerebro. La creación de mapas mentales impulsa la creatividad, el análisis y la conexión de ideas o conceptos.

## **Mapas mentales y mapas conceptuales**

Ambas herramientas tienen en común que sirven para el aprendizaje de ideas y conceptos de manera esquemática y gráfica, siendo visualmente muy parecidos. A partir de ahí, todo es diferente. Los mapas conceptuales requieren del pensamiento lineal, lógico, de estructura rígida, donde los conceptos siguen un proceso secuencial y cuyo objetivo es simplificar una información con palabras clave, sin embargo, los mapas mentales precisan del pensamiento lateral, de la imaginación, de la creatividad para unir ideas o pensamientos representados por palabras, imágenes e iconos unidos entre sí por colores, donde se busca esquematizar visualmente un concepto y no necesitan un desarrollo lineal.

Ejemplo de mapa conceptual (minerales):

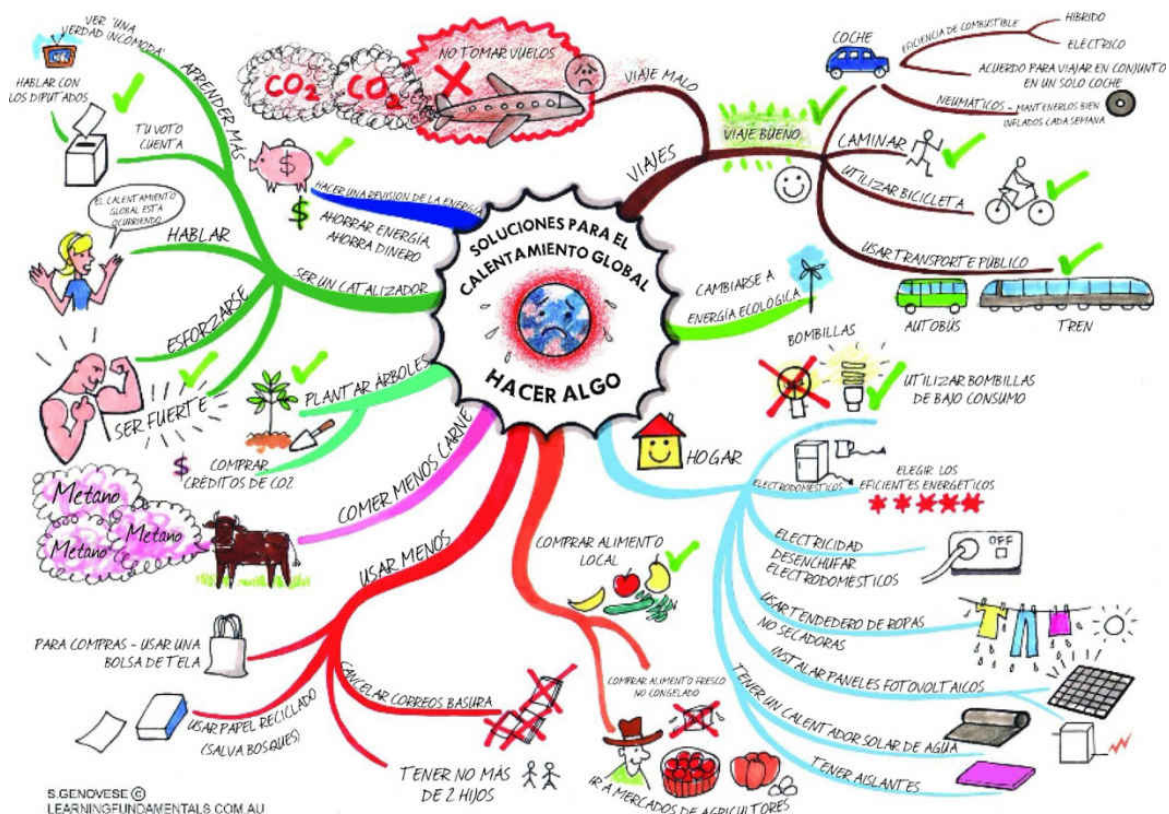




fuelle:

[http://www.deciencias.net/ambito/disenoud/actividades/mapas/mapa\\_minerales.jpg](http://www.deciencias.net/ambito/disenoud/actividades/mapas/mapa_minerales.jpg)

Ejemplo de mapa mental (calentamiento global):



*fuelle:*

[http://www.deciencias.net/ambito/disenoud/actividades/mapas/mapa\\_minerales.jpg](http://www.deciencias.net/ambito/disenoud/actividades/mapas/mapa_minerales.jpg)

## PARA QUÉ SIRVEN LOS MAPAS MENTALES



«Encuentra un grupo de personas que te desafíen y te inspiren, pasa mucho tiempo con ellas y te cambiarán la vida». — **Amy Poehler**

### Beneficios de los mapas mentales

Vamos a enumerar los beneficios que suponen los mapas mentales.

- Los mapas mentales son una excelente herramienta para el aprendizaje y facilita recordar la información al organizarla de manera visual. Al añadir imágenes y dibujos al texto, se facilita al cerebro el aprendizaje y asimilación que si sólo hay texto, al cual

realmente no presta mucha atención, ni permite recordar adecuadamente, como ya se ha dicho anteriormente.

- Ayuda a la memorización de la información por las asociaciones que se crean entre imágenes y conceptos, favoreciendo el aprendizaje de temas extensos o complejos de comprender. Permitiendo el estudio de manera más eficiente y en menos tiempo.
- También en el ámbito educacional, facilita el inicio al estudio y derriba barreras como la pereza, la procrastinación y el rechazo a dicho estudio.
- Activan el hemisferio derecho impulsando el desarrollo de la creatividad e imaginación.
- Permiten la colaboración y participación de todos los integrantes de un grupo de trabajo en el mundo empresarial y educacional, donde todos se sienten valorados y se desarrollan la escucha activa y la participación.
- Permiten a través de las plataformas online, crear mapas mentales grupales sin que los integrantes del equipo de trabajo estén juntos, pudiéndolo realizar cada uno desde su casa, favoreciendo el flujo de ideas en el mismo momento de todos los integrantes independientemente de dónde estén y del dispositivo informático que utilicen.
- Tienen una función mnemotécnica al recordar las imágenes, una gran cantidad de información asociada a dicha imagen, donde el dicho "una imagen vale más que mil palabras" es el mejor ejemplo para ilustrarlo.
- Simplifica el proceso a la hora de plasmar toda la información al reducir parcelas de información o conceptos con una sola palabra

o imagen, favoreciendo la generación de ideas, soluciones y mejorando la toma de decisiones.

- Facilitan la capacidad de síntesis, organización y análisis de temas de estudio, mejorando la productividad y eficiencia. Son claros, específicos y precisos.
- El uso de colores refuerza la conexión entre conceptos o ideas asociadas y si son diferentes y llamativos, aún más. El cerebro trabaja internamente con asociaciones por lo que ayudan a retener la información de manera más eficaz.
- Permite estructurar presentaciones, exposiciones de trabajos educacionales o proyectos empresariales que facilitan a golpe de vista, una idea general. Ayuda a trocear y fraccionar un proyecto general en subproyectos de manera más manejable.
- Permite visualizar las carencias y puntos fuertes de un proyecto o presentación y trabajar sobre ellos, organizando las ideas de una manera clara y precisa.
- Es muy versátil y adaptable a cualquier situación y uso.

## **COMO CREAR UN MAPA MENTAL**



«La creatividad es la inteligencia divirtiéndose». – **Albert Einstein**

## Tipos de mapas mentales

Existen tres tipos a la hora de crear interesantes mapas mentales:

- Radial o tipo araña: Es aquel que parte de una idea central y a partir de él, se trazan tantas ramificaciones como ideas secundarias. Es el tipo más común.
- Jerárquico: Se coloca el concepto o idea principal en lo alto de una pirámide y a partir de él, en cascada hacia abajo, van colocándose las ideas secundarias y así consecutivamente el resto de conceptos menos relevantes en función de su importancia.
- Secuencial o en serie: Desde la izquierda se coloca el concepto principal y se van colocando los conceptos secundarios y de

menor importancia hacia la derecha.

Aunque obviamente el más utilizado es el radial o tipo araña, en determinadas circunstancias se pueden usar cualquiera de los otros dos tipos. Las creaciones de mapas mentales no tienen que tener una sola tipología estrictamente, sino que pueden ser híbridos de dos y tres tipos, dependiendo de las necesidades y creatividad cuando se vayan a confeccionar.

## **Elaboración de un mapa mental**

Para crear un atractivo mapa mental que ayude de manera significativa en los estudios o en el ámbito profesional, no es necesario más que una hoja, un lápiz y lápices de colores o si se quiere trabajar con compañeros de trabajo alejados, se puede realizar de manera online a través de cualquiera de las plataformas existentes (que veremos más adelante).

### **Recomendaciones antes de empezar a dibujar un mapa mental**

- Tener en cuenta toda la información necesaria para que el mapa mental se entienda, su estructura y la jerarquía de los conceptos. La información (libros, internet, apuntes, artículos, gráficos, ...) con la que elaboraremos el mapa mental ha de estar a mano.
- Utilizar las mayúsculas para las palabras clave o más significativas, como el concepto principal o ideas secundarias.
- Se puede y se recomienda, usar imágenes, dibujos, símbolos, signos... acompañando a una palabra, verbo o adjetivo para

mejorar la capacidad de retención, aunque si pueden ser usadas sin texto, mejor aún.

- Los colores han de ser vistosos para el cerebro.
- Las imágenes no necesitan ser dibujadas al detalle, es suficiente un sencillo icono, pero de un tamaño suficiente para ser bien identificado. Las palabras han de ser legibles y con un tamaño mínimo para poder ser leídas sin forzar la vista.
- Colocar las ideas secundarias y las que surgen de éstas en post-its, a modo de borrador, para una vez comprobada la dimensión de cada una de ellas, distribuirlas adecuadamente sobre la hoja en su diseño final.
- Las ideas secundarias no tienen, de momento, un orden establecido, sino que una vez desarrolladas y concluida la confección del mapa mental, se asignará un orden final, centrándonos principalmente en el pensamiento lateral para crear y relacionar conceptos, y no en buscar una estructura de la información antes de desarrollarlo.
- Tener en cuenta la estructura del mapa mental, que haya armonía, equilibrio, simetría (si fuera posible) al elaborar el mapa para que el cerebro asimile de la mejor manera posible toda la información.
- Emplear el menor texto posible, evitando frases largas y sustituyéndolas por palabras solas (dos como máximo) o imágenes para poder tener un mapa mental de lo más simple, sencillo y limpio, ayudando a nuestro cerebro a conectar los conceptos de la manera más rápida y recordando la información de manera más ágil.
- El grosor de las líneas que unen conceptos, ha de ser más grueso cuanto más cerca se esté de la idea principal y perderán dicho



grosor según se alejen para enfatizar la jerarquía de los conceptos.

- Usar colores parecidos o un mismo color, en las ramificaciones trazadas para cada concepto secundario ayudando al cerebro a memorizar las distintas partes del mapa mental con mayor facilidad.
- Muy importante es hacer uso de la creatividad, ingenio e imaginación para realizar un mapa mental, ya que, si nos divertimos en el proceso, será más fácil el aprendizaje de la materia, su memorización o la realización de un proyecto.
- Y, sobre todo, ha de hacerse, lo más bonito que se pueda, no solo por el amor propio que se pone cuando se elabora, sino porque el cerebro siempre demanda cosas agradables, las memoriza mejor, las asimila mejor.

## **Pasos a seguir para crear un interesante mapa mental**

- Paso 1

Colocar de manera horizontal la hoja donde realizaremos el mapa mental.

- Paso 2

Situamos en el centro de la hoja la idea principal. Siempre que sea posible se utilizará una imagen que cause un gran impacto, mejor que una palabra para ser recordado con mayor facilidad. En este caso, la imagen o palabra deben ser de tamaño grande para resaltar su importancia y que, de un vistazo rápido, se pueda ver hacia dónde fluyen las ideas secundarias. Si se va a colocar

una imagen junto con una palabra, que ésta se escriba en mayúsculas.

- Paso 3

Desde el concepto principal, se dibujan tantas ramificaciones como ideas secundarias sean consideradas de manera jerárquica y de diferentes colores para mayor retención.

- Paso 4

Desde los conceptos secundarios sobre los que se quiere desarrollar el tema, de manera jerárquica, se trazan nuevas ramificaciones desglosando dichos conceptos secundarios en información más específica. El trazo de estas ramificaciones será más fino según se vayan alejando de la idea principal.

Como sugerencia, el uso de los colores más llamativos para el concepto principal, como el rojo o el amarillo, colores más tenues o moderados para los conceptos secundarios, como el verde o el marrón y más fríos para los más alejados, como el azul o el violeta.

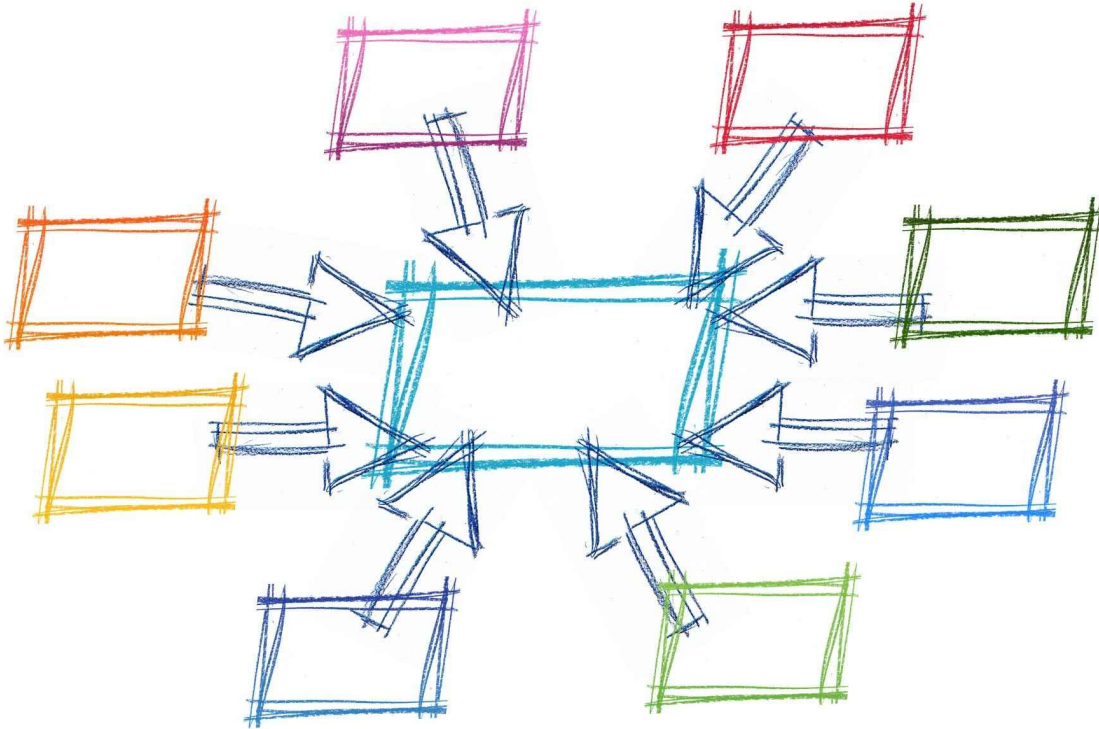
- Paso 5

Realizar las conexiones de las ideas menos relevantes que tienen relación, pero pertenecen a ideas superiores diferentes.

- Paso 6

Si el mapa mental se elabora por un grupo de trabajo, hay que discutir, debatir y crear ideas o conceptos, para desarrollarlo entre todos, fomentando así el pensamiento colectivo, la escucha y promover la lluvia de ideas.

# USOS DE LOS MAPAS MENTALES



«El trabajo en equipo es la habilidad de trabajar juntos con un objetivo en común. La habilidad de lograr logros personales relacionados con los objetivos empresariales. Es la gasolina que permite a la gente común lograr resultados no comunes». –

**Andrew Carnegie**

Los usos que se le pueden dar a los mapas mentales son infinitos, tantos como la imaginación y creatividad abarquen. A continuación, veremos algunos ejemplos donde pueden ayudar a mejorar diferentes ámbitos.

## Usos educativos

- Resúmenes de libros

Se pueden realizar resúmenes de los libros que se van leyendo en el ámbito educacional. Quizás la memoria llegue cuando se han leído unos pocos libros, pero la situación empeora cuando se leen muchos o hay libros que se han leído hace bastante tiempo y la memoria ya no los recuerda. De esta manera, se puede ir guardando en una sola hoja un resumen de un libro y tener un archivo con todos los libros leídos, que, a golpe de vista, pueden refrescar y afianzar conocimientos.

- Estudio de temas o unidades didácticas

Los libros de texto del colegio, aunque tienen ilustraciones, las cuales erróneamente se van perdiendo según se avanza de curso, están diseñados mayoritariamente de textos. Realizar un mapa mental por unidad o tema, a modo de resumen visual, favorece la comprensión de toda esa unidad por completo.

- Brainstorming o lluvia de ideas en trabajos grupales o individuales

Cuando hay que realizar un trabajo grupal o individual sobre alguna materia, como punto de inicio, un mapa mental sirve para generar una lluvia de ideas que permita una organización de los temas a tratar y tener una foto inicial de la información de la que se compondrá el trabajo.

- Presentación de un trabajo grupal o individual

Para los trabajos solicitados por los profesores sobre un tema en particular, se puede presentar un mapa mental como introducción al estudio realizado sobre la materia requerida. Proporciona una rápida síntesis del trabajo elaborado y ayuda al realizador de dicho trabajo, ver si se han tratado todos los puntos que eran necesarios, así como la profundidad de cada concepto secundario.

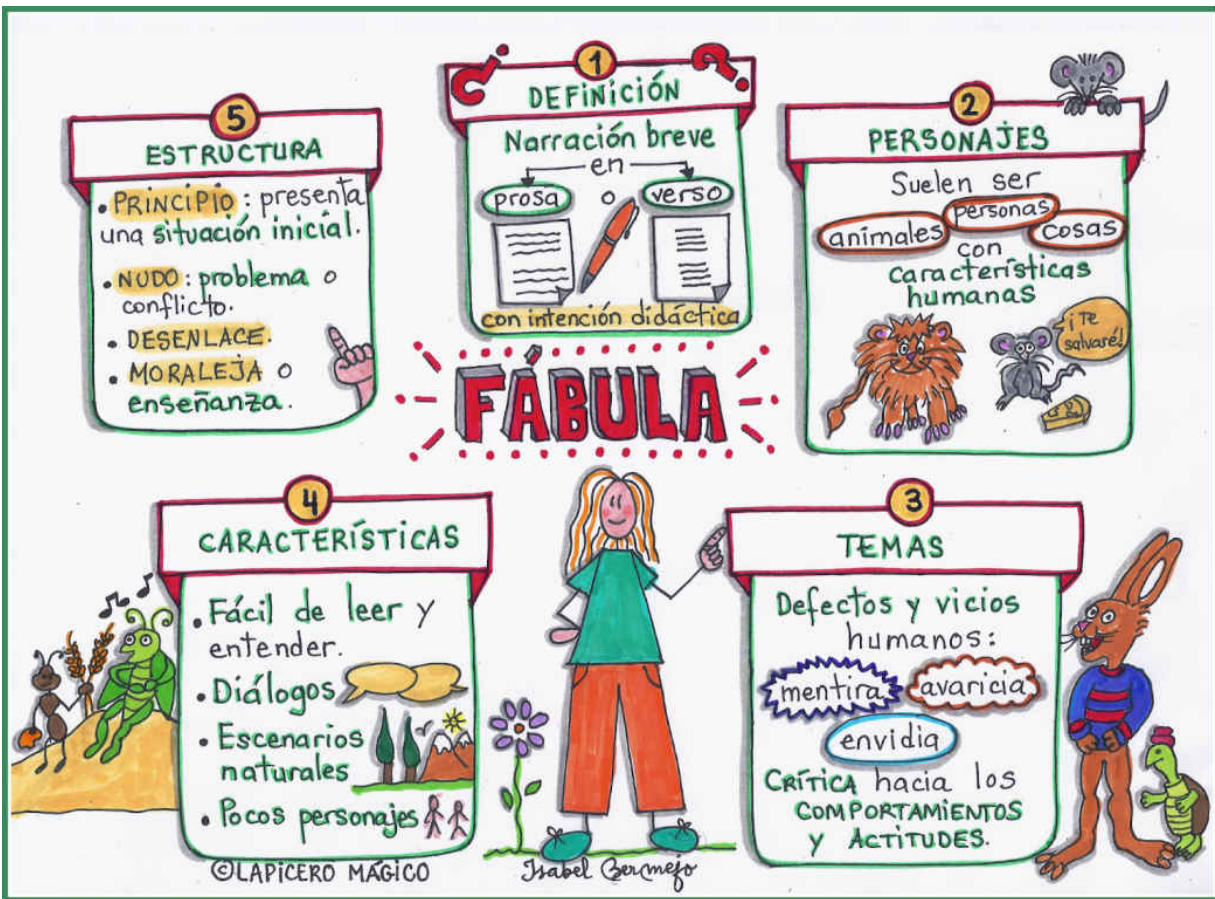
- Escribir una redacción

Elaborar un texto requiere pensar previamente una serie de puntos a tratar y qué mejor manera que a través de un precioso mapa mental, donde se visualizan los temas a desarrollar, con sus consiguientes subtemas y ordenados de la manera más eficaz, para una vez elaborado, poder escribir toda esa información en la redacción final, sin olvidarse de ningún punto y redactándolo de manera estructurada y coherente.

- Otros aspectos

Para profundizar en un tema, como en la escritura de un libro, donde se plantean las ideas a trabajar, objetivos y desarrollo del mismo.

Preparar oposiciones donde hay un extenso temario.



fuelle: <http://lapiceromagico.blogspot.com/2018/03/escribir-y-leer-cuentos.html>

## Usos profesionales

- Lanzamiento de un producto o servicio

En el lanzamiento de un producto o servicio, hay varios factores claves que están interrelacionados, como pueden ser el desarrollo del producto o servicio, la dirección comercial, el plan de marketing, los recursos humanos necesarios y los presupuestos asignados a cada área, entre otros muchos. Verlo de manera visual y cómo se relacionan entre ellos, dan una fotografía de la situación, así como los puntos mejorables.

- Estructura de una organización

Para el departamento de recursos humanos, así como los órganos de dirección, pueden suponer los mapas mentales, una gran herramienta de reconocimiento de la situación actual de cada departamento y los recursos asignados a cada uno de ellos, tanto humanos, económicos y materiales en una sola imagen, para poder ser más eficaces.

- Planes estratégicos a corto, medio y largo plazo

Los planes estratégicos son un arduo trabajo de investigación, análisis y desarrollo, que pueden ser facilitados si se empieza desde un mapa mental situando los puntos clave, objetivos, recursos, etc, ... y a partir de ahí, desarrollarlos. También pueden ser elaborado un mapa mental una vez finalizado todo el trabajo a modo de presentación en una reunión.

- Reorganización de un departamento

Cuando se trata de reorganizar un departamento, con un mapa mental se puede visualizar de manera sencilla y concreta los cambios a efectuar, externalizaciones, recursos, presupuestos y muchos más factores que con mucha probabilidad estén relacionados y donde se puede determinar qué áreas ganan importancia, cuales hay que modificar y cuales pueden perder peso específico dentro del departamento.

- Plan de marketing

Un plan de marketing puede originarse desde un mapa mental en el que desplegar como aspectos destacables los objetivos a conseguir, las acciones a realizar, la planificación de estrategias y el público al que se quiere llegar, para una vez recabados los puntos críticos, desarrollar cada uno de las áreas. Una vez desarrollado, se puede presentar el plan con el mapa mental



- Otros aspectos:

Creación de reuniones con agendas definidas, puntos del día a tratar y objetivos a conseguir.

Preparación de conferencias con programaciones, temas a exponer y puntos clave a resaltar.



fuelle: <http://tugimnasiacerebral.com/sites/default/files/mapa-mental-ejemplo.jpg>

## Usos personales

- Tu Curriculum Vitae

¡Presentar tu CV, qué manera más original y creativa! Seguro que destaca entre cientos de CV. Al menos, el tuyo seguro que lo leen o ven. En un mundo cada vez más competitivo, hay que echar mano de la creatividad e imaginación para ser más visibles, más reconocibles y destacados, y con un mapa mental, seguro que sobresales del resto.

- Planificar vacaciones

Olvidemos las tediosas listas de cosas a llevar, realizar o tener en cuenta cuando nos vamos de vacaciones. Con un mapa mental tendrás todo a golpe de vista. Seguro que ayuda cuando hay que organizar la maleta para llevar lo imprescindible y que no se olvide nada.

- Proyecto personal de un año

¿Quién no ha hecho esa lista de objetivos (de los que nunca se cumplen) del año el uno de enero? Una de las mayores razones por la que casi nunca se cumplen los objetivos marcados desde el primer día del año es porque solo indicamos el objetivo y de manera vaga. Realicemos un mapa mental por objetivo a conseguir, con fechas para realizarlo, medios que hay que poner, tareas específicas, etc., ...

- Dieta a seguir

Para poder llevar una dieta, hace falta mucho esfuerzo y disciplina. Un mapa mental ayuda a poder conseguir ese objetivo marcado. Se puede utilizar como planificación semanal, donde cada día dibujamos elementos que son necesarios como la alimentación, el ejercicio físico, el descanso y recordatorio de los alimentos o costumbres a eliminar si queremos conseguir el objetivo propuesto.

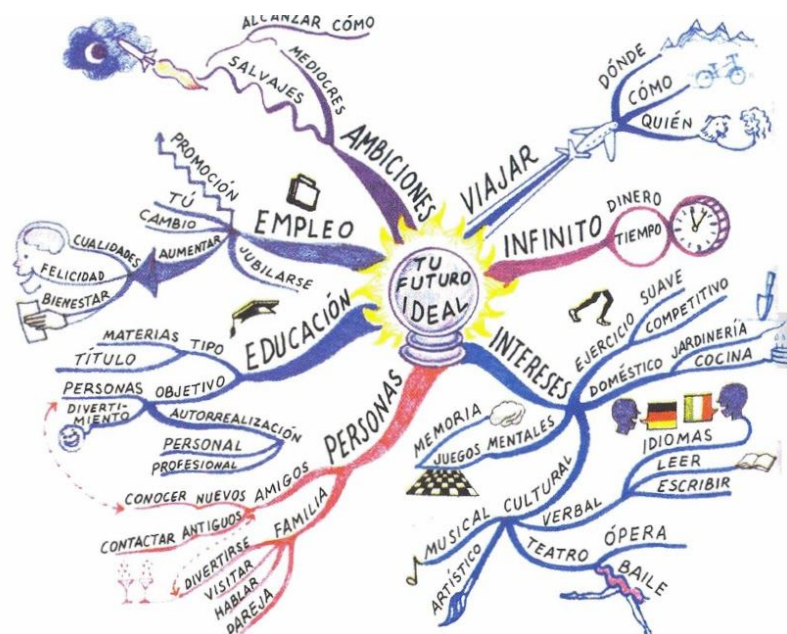
- Creación de un blog o canal en YouTube

Ahora es muy común tener un blog personal o canal de YouTube, pero para ello es necesario una planificación, objetivos, periodicidad de posts o videos, contenidos, longitud, una estrategia... y con un mapa mental, se pueden clarificar todos estos aspectos.

- Otros aspectos:

Planificar los regalos de navidad para toda la familia.

Organizar las tareas domésticas de todos los integrantes de la familia.



fuelle: <http://blogdeconomiacharro.blogspot.com/2013/03/trabajando-con-mapas-mentales.html>

## 27 HERRAMIENTAS ONLINE



«El hombre debe configurar sus herramientas a su forma». –  
**Arthur Miller**

Aunque Tony Buzan recomienda dibujar a mano los mapas mentales, ya que considera que el momento en el que se dibuja es primordial para pensar con creatividad y generar prácticas ideas, también son útiles las herramientas tecnológicas, sobre todo si se trata de una exposición o presentación online.

Gracias a las nuevas tecnologías, existen actualmente muchas herramientas para crear mapas mentales, con lo que será fácil encontrar la que más te guste o consideres más apropiada.

A continuación, encontrarás un listado con sus respectivos enlaces para crear mapas mentales muy atractivos y útiles para tus propósitos. Están ordenados por orden alfabético y no por importancia ya que, dependiendo de los gustos y necesidades personales, ésta puede variar:

- Ayoa (antes iMindMap)

[https://www.ayoa.com/previously-imindmap/?utm\\_medium=301&utm\\_source=imindmap.com](https://www.ayoa.com/previously-imindmap/?utm_medium=301&utm_source=imindmap.com)

La principal característica de esta herramienta online es que cuenta con el beneplácito de Tony Buzan (como ya hemos dicho, el padre de los mapas mentales). Aplicación que posibilita crear y personalizar mapas mentales impulsando la creatividad, el brainstorming y el pensamiento no lineal.

Una aplicación freemium con contenido limitado y cuya versión de pago está alrededor de los 10€ por persona. Tiene versión aplicación para trabajar offline con ella compatible con los sistemas operativos Mac OS y Windows.

Se puede compartir con todos los integrantes de un grupo de trabajo o educacional, permitiendo actualizarlo y modificarlo en cualquier momento entre todos. Otra de las grandes ventajas reside en la posibilidad de adjuntar imágenes, notas e incluso archivos de audio.

- Bubbl.us

<https://bubbl.us/>

Plataforma que permite crear mapas mentales y conceptuales, sin necesidad de instalar o descargar ninguna aplicación. Gran variedad de colores, formas y diseños para poder personalizar tus mapas mentales a tu gusto.

Se puede descargar como imagen y compartir con compañeros, colaboradores o alumnos. Herramienta multidispositivo con la que se puede trabajar desde el ordenador, tablet o móvil.

- Coggle

<https://coggle.it/>

Plataforma online para crear, desarrollar y compartir mapas mentales que permite la colaboración en tiempo real con cualquier integrante de un mismo grupo de trabajo y la comunicación a través de su chat integrado, para poder compartir ideas.

Es una herramienta muy sencilla de utilizar y no es necesario descargársela, basta con tener una cuenta de Gmail para poder empezar a usarla. Permite incluir imágenes, enlaces, compartir carpetas, recibir notificaciones en el email y dispone de una gran variedad de colores, diferentes formatos de líneas, estilos de ramificaciones, etc.

Es una herramienta freemium que permite elaborar tantos mapas mentales como quieras de manera gratuita, aunque todos tendrán carácter público salvo uno. Por 5\$ al mes, tendrás la versión de pago que permite tener los mapas de manera privada.

- CMap Tools

<https://cmap.ihmc.us/cmaptools/>

Herramienta sencilla para la elaboración de mapas conceptuales. Es totalmente gratuita y permite compartir los mapas creados con otras personas para su realización en el mismo tiempo.

Se puede descargar en cualquier sistema operativo como Mac OS, Windows o Linux.

- ConceptDraw

<https://www.conceptdraw.com/products/mind-map-software>

Plataforma con gran variedad de formas, imágenes o enlaces. Permite la colaboración de los integrantes de un grupo de trabajo a la vez y se puede añadir a una presentación de Power Point.

- Creately

<https://creately.com>

Aplicativo freemium, su versión gratuita permite elaborar hasta cinco mapas mentales. Se pueden crear fantásticos mapas mentales desde la web o descargando la aplicación. Su interfaz es bastante intuitiva y permite desarrollarlos de manera fácil, posibilitando la colaboración en el mismo momento entre alumnos o compañeros de trabajo.

- EDraw Mindmap

<https://www.edrawsoft.com/es/mindmaster/>

Esta plataforma está en español y no hay versión web, por lo que solamente se puede utilizar desde la aplicación, la cual se puede descargar en cualquier sistema operativo como Mac OS, Windows o Linux. Puede utilizarse en el ordenador o desde un dispositivo móvil. Tiene plantillas ya hechas para poder usarlas como base si el usuario no está muy familiarizado aún con la herramienta, pero cuenta con una gran diversidad de herramientas como fondos, objetos, símbolos, etc.

Se puede exportar e incluso facilita la subida de los mapas mentales a redes sociales como Facebook o Twitter. Facilidad para incluirlo en una presentación de Power Point.

Ofrece precios especiales para empresas, instituciones educativas y estudiantes individualmente.



- Gliffy

<https://www.gliffy.com/>

Aplicación de pago que tiene su periodo de prueba gratuita correspondiente. Si el usuario, después de ese período gratuito decide comprar la plataforma, puede utilizarlo desde 5\$ al mes. Aplicación donde todos los integrantes del grupo pueden trabajar a la vez y actualizar al instante.

- GoConqr

<https://www.goconqr.com/es/>

Herramienta online de carácter gratuito y que además está en español. Se puede descargar y utilizar desde un dispositivo móvil, además de poder compartir los mapas mentales con el resto de los integrantes de un grupo de trabajo o estudio e imprimirlos. Permite adjuntar imágenes para una mayor versatilidad de la herramienta.

Interfaz sencilla de utilizar, por lo que resulta fácil para empezar a desarrollar mapas mentales en poco tiempo y con un gran resultado.

- iMindQ

<https://www.imindq.com/es#>

Aplicación online que también está en español. Se puede utilizar desde el ordenador a través de su web de manera gratuita o versión desktop para Windows y Mac OS además de dispositivos móviles con iOS o Android, estas cuatro en versión de pago.

Como muchas de las anteriores, se pueden incluir archivos, notas o enlaces y como nota distintiva, tiene una integración con Dropbox

para almacenar y guardar los mapas mentales creados por los usuarios.

- Mapul

<https://www.mapul.com/es>

Herramienta para elaborar mapas mentales en español. Es una aplicación web que permite trabajar compartiendo los mapas mentales con compañeros o colaboradores, desde un ordenador, dispositivo móvil o tablet.

La versión freemium es bastante limitada y permite crear un mapa mental, exportar en jpg y crear presentaciones, cuando las versiones de pago, a partir de 25\$ el trimestre, posibilitan componer mapas mentales ilimitados con mayor variedad de funcionalidades, así como el modo dibujo que lo hace bastante interesante.

- MindGenius

<https://www.mindgenius.com/>

Herramienta que solo tiene 14 días de prueba gratuita y cuyos planes de pago son más elevados que el resto porque tiene acceso a otro tipo de herramientas, no solo mapas mentales. Sólo es utilizable para el sistema operativo Windows a partir de Windows 7. Esta herramienta es sencilla y muy intuitiva a la hora de trabajar con ella.

- MindManager

<https://www.mindjet.com/es/>

Opción de tenerla en español con un periodo gratuito de 30 días sin necesidad de registrar tu tarjeta de crédito. La versión de pago para sistema operativo Windows y Mac OS, cuesta 350€.

A pesar de su precio, es una de las herramientas más utilizadas en el mundo porque no sólo se pueden crear bonitos mapas mentales, sino que incluye otras herramientas, más enfocado al mundo de la empresa que a la educativa. Permite compartir el contenido con colaboradores, clientes o compañeros sobre cualquier plataforma, así como exportar dichos contenidos a más de 700 aplicaciones web.

- **MindMapFree**

<https://www.mindmaps.app/>

Herramienta gratuita con una interfaz sencilla e intuitiva, sin complejos menús y con funcionalidades muy básicas que permiten crear un mapa mental rápidamente desde cero. Recomendable para proyectos individuales que no requieran elaborados y difíciles desarrollos.

- **MindMaple**

<https://www.mindmaple.com/>

Herramienta online con versión gratuita (y limitada) y versión de pago con muchas más funcionalidades. Como punto a destacar, decir que tiene una opción para trabajar con lápiz electrónico para pantalla táctil y está disponible para los sistemas operativos Windows (5\$), Mac OS e iOS (10\$). Permite añadir notas, enlaces y archivos al mapa mental que estés creando y exportarlo en diferentes formatos como Word, Excel o Power Point.

- **MindMeister**

<https://www.mindmeister.com/es>

Una de las plataformas más populares (más de 7 millones de usuarios ya lo utilizan) que además está en español. Tiene dos posibilidades, en formato web o desde la aplicación, aunque no es necesaria ya que la versión web es bastante potente. Gratuita (limitado a 3 mapas mentales) y con versión de pago desde 5€. Está pensado para poder ser utilizado desde los sistemas operativos Windows, Mac OS o Linux.

Con una gran diversidad de funciones, como diferentes diseños, estilos y que posibilita adjuntar enlaces y archivos multimedia, y exportarlo a una presentación.

No solo se pueden generar mapas mentales sino también planificar proyectos, crear sesiones de brainstorming. Permite trabajar sobre un proyecto o mapa mental compartiendo y modificándolo con los integrantes de un grupo de trabajo.

- **MindMup**

<https://www.mindmup.com/>

Plataforma en inglés y aunque tiene versión de pago bastante asequible, con la gratuita se pueden realizar grandes mapas mentales. Permite de manera rápida comenzar a elaborar mapas mentales ilimitados. Además, existe la posibilidad de exportarlos en PDF o Power Point y almacenarlos en Google Drive y a la hora de crearlos, se pueden adjuntar archivos, imágenes o iconos.

- **MindNode**

<https://mindnode.com/>

Una de las herramientas más populares y gratuita para los entornos de Apple, es decir, para Mac OS e iOS. Se pueden elaborar ilimitados

mapas mentales y cuenta con gran variedad de funcionalidades, estilos y diseños, permitiendo adjuntar imágenes y exportarlos en formato abierto, texto o imagen y almacenarlo en iCloud. Tiene una interfaz sencilla y fácil de trabajar.

- **Mindomo**

<https://www.mindomo.com/it/>

Herramienta online que está en italiano, pero que, si la abrimos con el navegador Chrome, podemos utilizar la opción de traductor que hay al final de la barra de la dirección web. Se puede utilizar desde el ordenador a través de su web o descargar la aplicación para trabajar sobre ella en dispositivos móviles.

Con versión gratuita que permite hasta 3 mapas mentales y poderlos compartir y publicar, o de pago a partir de los 6€ donde se amplía el abanico de posibilidades como importar archivos multimedia o exportar los mapas mentales en diferentes formatos.

- **Mind Vector**

<https://www.mindvectorweb.com/>

Plataforma online para la creación de mapas mentales, con una interfaz sencilla. Tiene dos posibilidades, en formato web o desde la aplicación para dispositivos móviles con sistemas operativos iOS o Android. Su versión gratuita (limitado a 3 mapas mentales) tiene bastantes funcionalidades, aunque si se quiere el uso ilimitado de todas las que la herramienta provee, hay que hacerse con la versión de pago por 10€.

Se pueden guardar los mapas mentales en su nube para que puedan acceder a ellos un número ilimitado de colaboradores, sin ningún problema. Permite adjuntar archivos como imágenes, notas o

enlaces, así como la exportación de los mapas mentales en diferentes formatos.

- **MindView**

<https://www.matchware.com/>

Herramienta para crear mapas mentales de manera muy profesional, con un gran abanico de tipos de diagramas, mapas, plantillas y demás funcionalidades, que permite exportar archivos, imágenes o notas en diferentes formatos, así como exportarlos en formatos del entorno Office de Microsoft.

Su versión gratuita tiene un período de prueba de 30 días, las versiones de pago empiezan desde 12\$ al mes.

- **Popplet**

<http://popplet.com/>

Aplicación que sólo está en formato web (gratuito) o iPad (de pago). Permite rápidamente con su sencilla interfaz empezar a elaborar mapas mentales, permitiendo adjuntar todo tipo de archivos multimedia a los trabajos elaborando mapas mentales muy personalizables.

- **Simplemind**

<https://simplemind.eu/>

Herramienta online de creación de mapas mentales disponible para Mac OS, Windows o dispositivos móviles (iOS y Android) en inglés. Aunque tiene versión gratuita, ésta es bastante limitada de funcionalidades y para poder disfrutar de todas ellas, hay que

acceder a las versiones de pago que empiezan desde 7\$ para los dispositivos móviles.

Se pueden importar imágenes, fotos, iconos y enlaces, así como posibilita exportar los mapas mentales en formato imagen o PDF. Además, se pueden almacenar sincronizándolos con soluciones en la nube como Dropbox o Google Drive.

- SpiderScribe

<https://www.spiderscribe.net/>

Herramienta online que tiene versión gratuita y limitada de mapas mentales públicos o 3 de carácter privado, además de tres planes de pago desde los 5\$ al mes, eso sí, con período de prueba de 30 días.

Herramienta enfocada en mapas mentales y brainstorming cuya principal característica es la facilidad para compartir los mapas mentales con otros colaboradores o compañeros de grupo de trabajo, ya que se almacena en su nube y puede ser accesible desde cualquier lugar y dispositivo.

- The Brain

<https://www.thebrain.com/>

Esta plataforma gratuita tiene posibilidad de ser descargada en el escritorio del ordenador y trabajar desde ahí, online o desde dispositivos móviles, con la posibilidad de acceder a los mapas mentales desde cualquiera de estas opciones.

- WiseMapping

<http://www.wisemapping.com/>



Software para crear mapas mentales sin necesidad de descargarse ninguna aplicación, en línea y de manera gratuita. Ofrece la posibilidad de compartir los mapas mentales, así como insertarlos en páginas web. De interfaz sencilla y con gran variedad de funcionalidades se pueden importar imágenes y enlaces, y exportar los mapas mentales.

- XMind

<https://www.xmind.net/>

Software con versión gratuita y de pago (a partir de 5\$ al mes) con todas las funcionalidades. La versión gratuita es suficiente para poder elaborar bonitos mapas mentales y poder compartirlos con el resto de los compañeros de trabajo. Disponible para los sistemas operativos Mac OS, Windows y Linux, además de los dispositivos móviles y poder trabajar online con él.

Permite importar archivos de imágenes, notas y enlaces, así como exportar los mapas mentales en los formatos del entorno de Office y en PDF, igualmente se puede sincronizar con Evernote. Es una de las herramientas más populares, además de la posibilidad de realizar ilimitados mapas mentales desde la versión gratuita, por su gran diseño con una gran variedad de funcionalidades, banco de imágenes y plantillas. Se pueden guardar en su nube (XMind Cloud) y estar accesible para todos los integrantes del grupo de trabajo.

## **CONCLUSIÓN**

Un mapa mental es una excelente herramienta para estudiar en el ámbito educativo, para preparar una oposición, planificar un proyecto en el mundo de la empresa, una presentación o simplemente organizar una tarea personal como puede ser las vacaciones. El cerebro asimila mejor las imágenes que los textos ayudando a relacionar los conceptos.

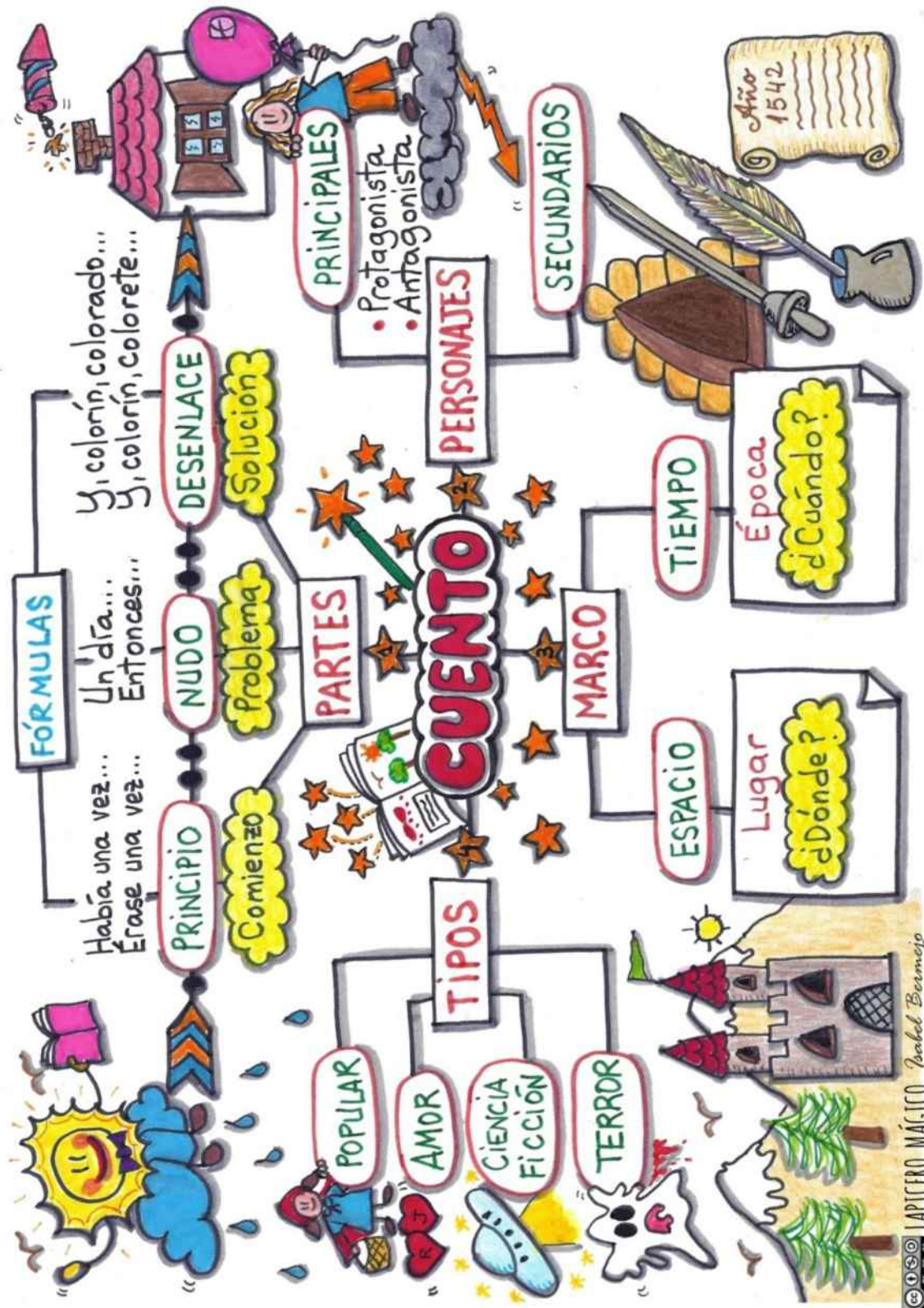
En este libro se ha explicado cómo realizar un mapa mental que sea bonito y agradable visualmente, para tener una poderosa herramienta que supone una ventaja a la hora de desarrollar las actividades descritas antes.

Ahora tienes ese poder que no todos conocen pero que seguro te hará jugar con ventaja y mejorar tus resultados. Una vez conocido el concepto, nunca se abandona.

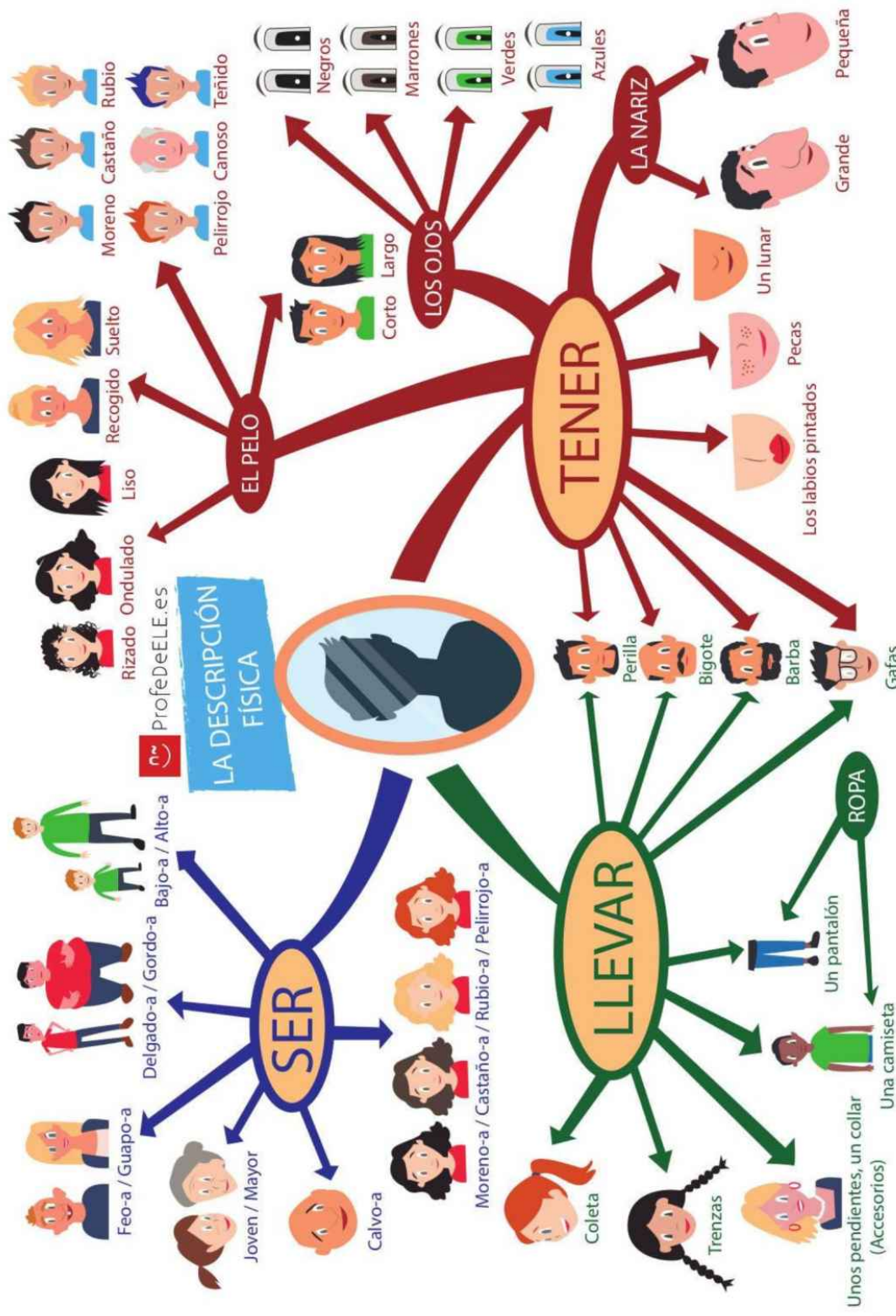
Disfruta del viaje.

## **EJEMPLOS DE MAPAS MENTALES**

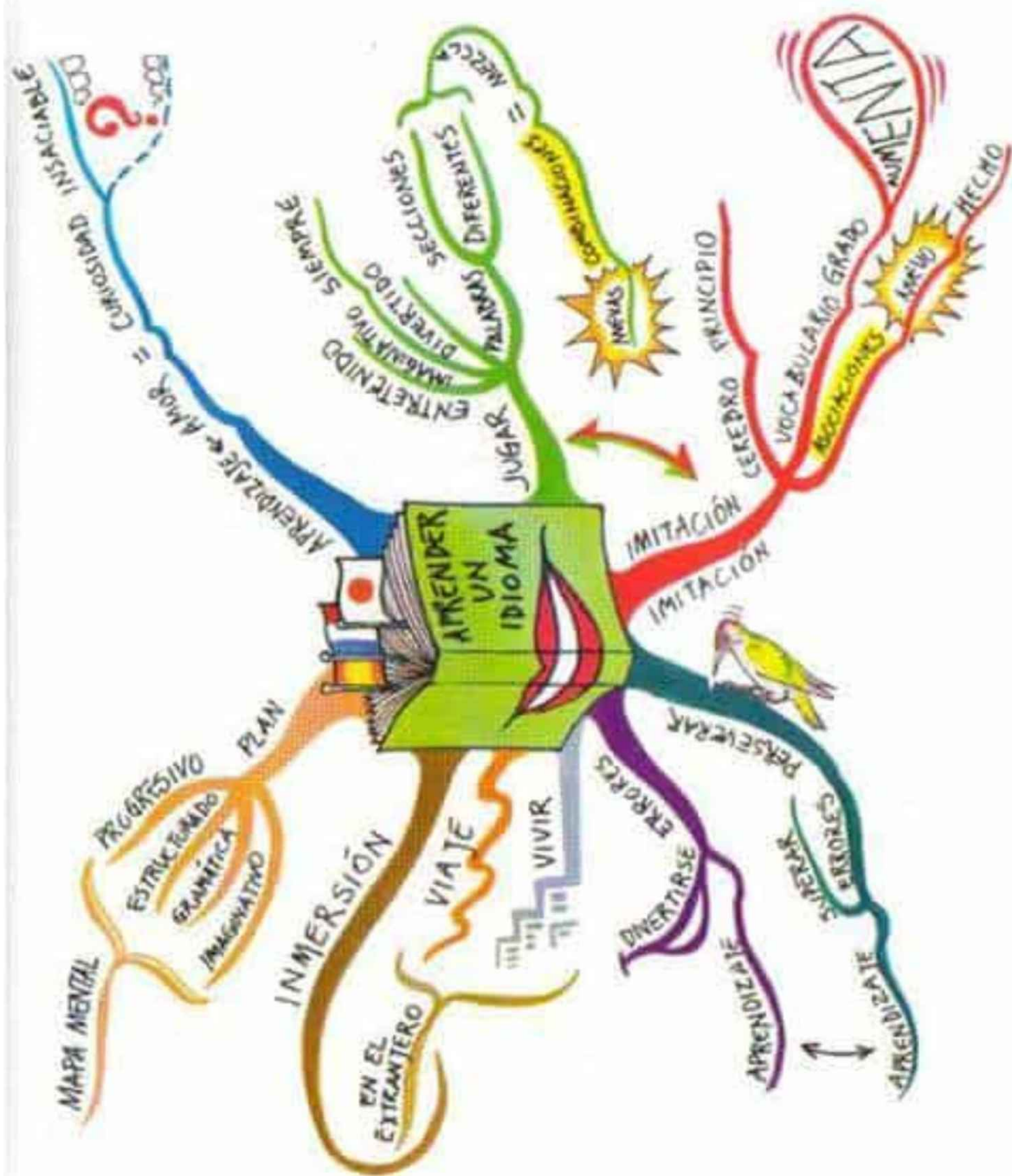






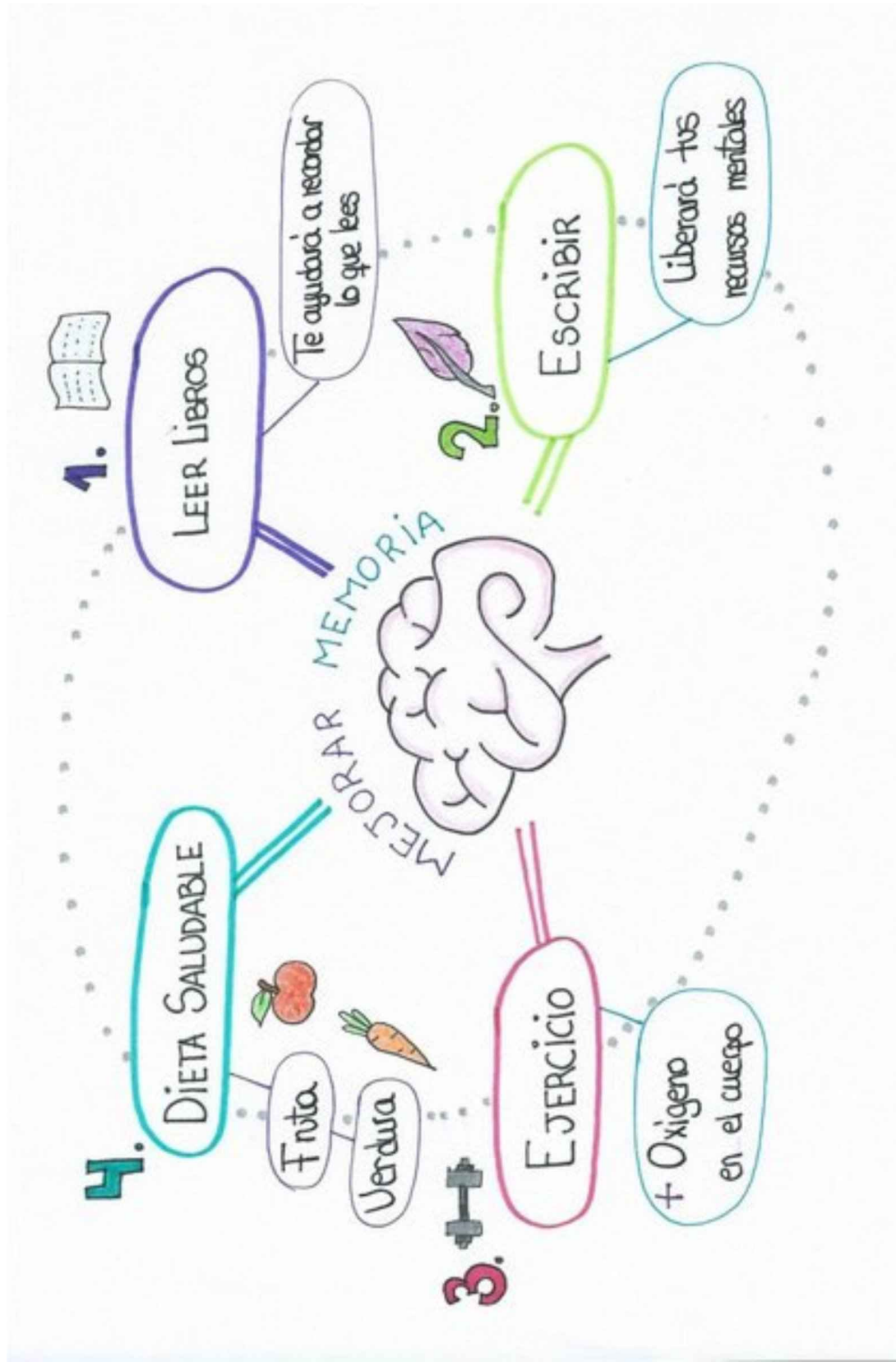




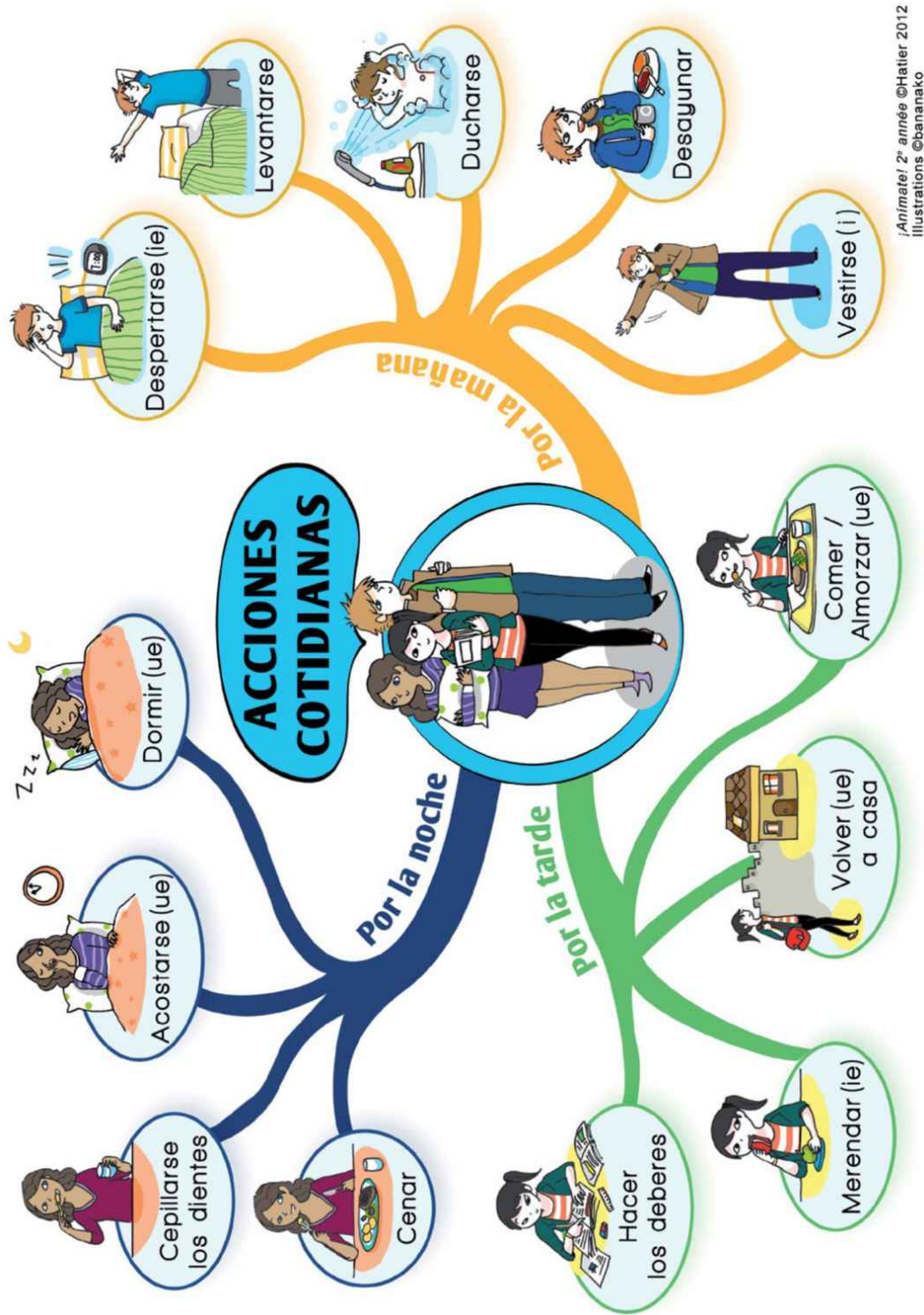


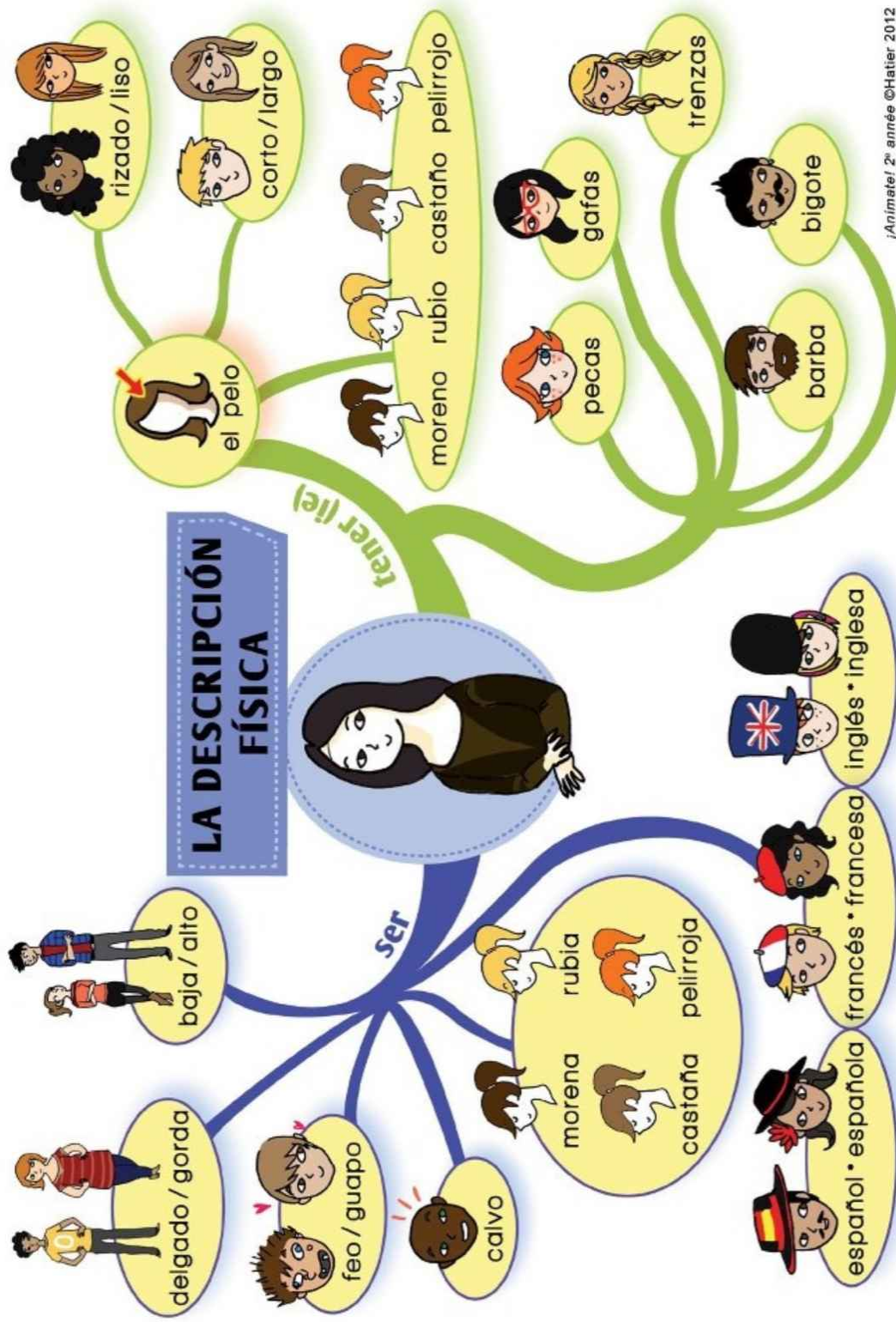
















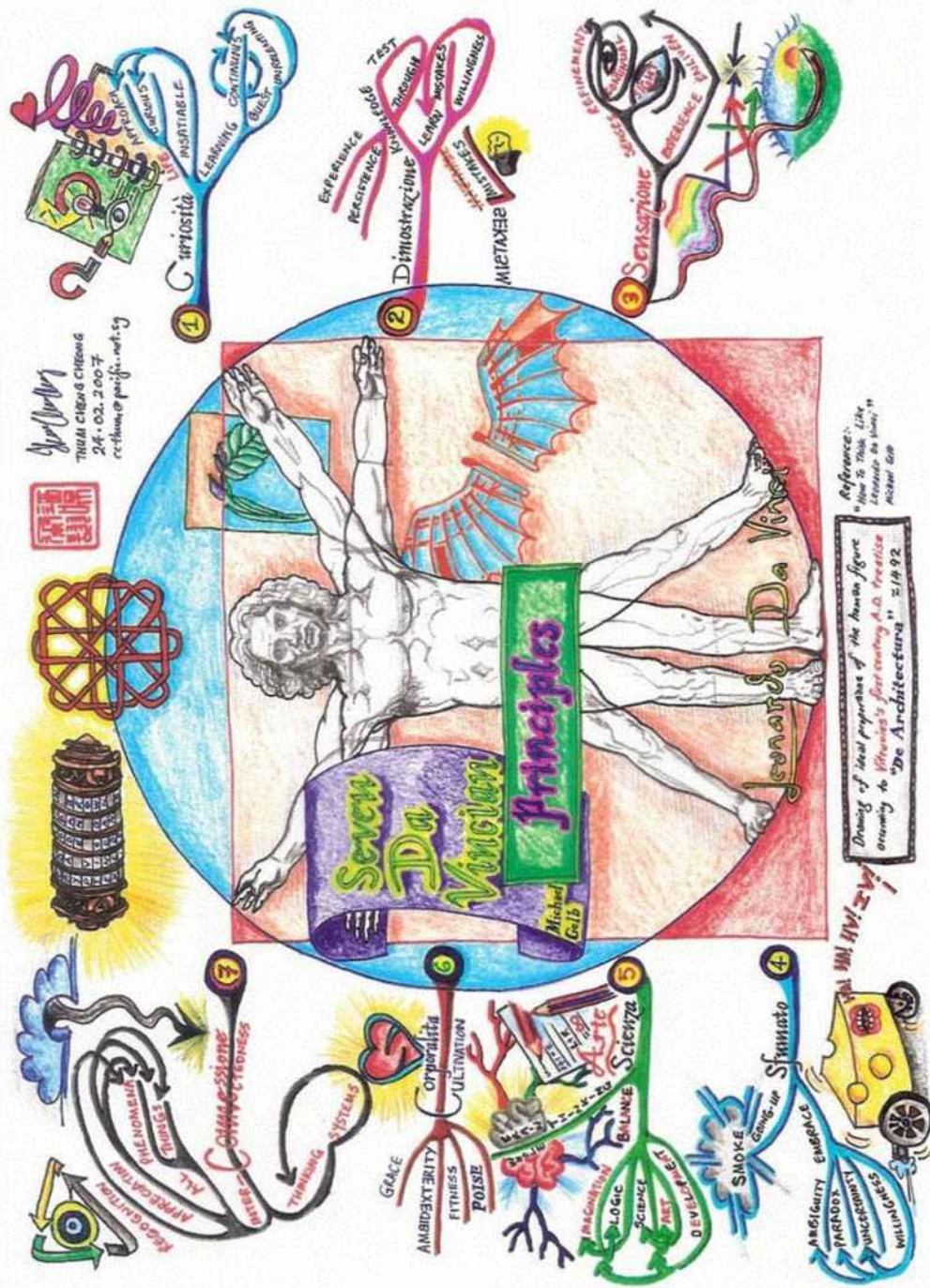
# ¡SUMÉRGETE!

















Fuente: <http://lapiceromagico.blogspot.com/2018/03/escribir-y-leer-cuentos.html>

Fuente: <https://i1.wp.com/lenguajeyotrasluces.com/wp-content/uploads/2014/11/descripcion-fisico-ele.jpg?resize=1080%2C763&ssl=1>

fuelle: <http://tugimnasiacerebral.com/sites/default/files/mapa-mental-idiomas.jpg>

Fuente: <https://www.nisabelt.com/como-hacer-un-mapa-mental/>

fuelle:

[https://virtualspanishclassroom.files.wordpress.com/2014/02/acciones\\_cotidianas1.jpg](https://virtualspanishclassroom.files.wordpress.com/2014/02/acciones_cotidianas1.jpg)

fuelle: <https://espanolparainmigrantes.files.wordpress.com/2011/05/la-descripcic3b3n-fc3adsica.jpg>

fuelle: <https://www.mindmapart.com/wp-content/gallery/thum-cheng-cheong/who-moved-my-cheese.gif>

fuelle: <http://www.mindmapart.com/art-and-design-mind-map-ian-gowdie/>

fuelle: <https://www.mindmapart.com/wp-content/gallery/thum-cheng-cheong/seven-da-vincian-principles.gif>

fuelle: <https://www.mindmapart.com/wp-content/gallery/thum-cheng-cheong/who-moved-my-cheese.gif>

