



Aplicando neurociencia en el liderazgo humano estratégico

C.P. Y MASTER, PUBLIC IMAGE RICARDO GONZÁLEZ ESCOBAR
 President LATAM, About my Brain Institute
 rgonzalez@coachricardogonzalez.com

Las neurociencias han tomado gran importancia en las actividades ejecutivas de las organizaciones en la actualidad, un conocimiento profundo sobre el cerebro nos proporciona elementos para mejorar la productividad de los equipos de trabajo en una empresa.

Como antecedente, podemos decir que, “durante la década de 1960, el concepto de neurociencia comienza a tomar fuerza, promovido por las principales disciplinas enfocadas en la exploración del sistema nervioso y de la estructura mental del individuo (Borrell, 2007).”¹

Estos grandes avances neurocientíficos nos han proporcionado conocimientos en diferentes disciplinas que han estudiado el cerebro y los beneficios que aportan en términos de liderazgo:

Las disciplinas de las neurociencias:

- 1) Neurología: Se encarga de los problemas del sistema nervioso, y se enfoca en la prevención de enfermedades. [...]
- 2) Neurobiología: Estudia el cerebro y su configuración, así como sus funciones biológicas, con énfasis en los nervios, a partir de su unidad básica, que es la célula.
- 3) Neuroquímica: Estudia los procesos químicos a nivel celular del sistema nervioso. La neuroquímica investiga todo el proceso

Un conocimiento profundo sobre el cerebro nos proporciona elementos para mejorar la productividad de los equipos de trabajo en una empresa

químico del cerebro, en especial de los transmisores y receptores, ya que estos son claves en todo el proceso de comunicación cerebral.

- 4) **Neurofisiología:** Se ocupa del estudio de las reacciones del cerebro frente a estímulos externos que provienen del entorno, de otros individuos, etc.
- 5) **Neuropsicología:** Estudia el comportamiento humano a partir de las investigaciones en neurociencias y sus herramientas o tecnologías neurocientíficas. Su objetivo primordial es vincular comportamientos de diferentes partes del cerebro a sus funciones específicas
- 6) **La neurociencia cognitiva:** Se encarga de los fundamentos neurales de la cognición y la salud mental, haciendo hincapié en los mecanismos neuronales implicados en la memoria, la recompensa y la atención.²

Los escenarios esperados para 2022 indican que es indispensable considerar todas las herramientas neurocientíficas como un elemento de desarrollo para la gestión ejecutiva de los líderes de las organizaciones.

Las empresas han tenido que enfrentar grandes retos durante los últimos años, la recuperación económica de cada una de ellas, sin importar el sector al que pertenecen, ha implicado un gran esfuerzo, que jamás hubiéramos imaginado.

Por lo que, ahora, más que nunca, debemos ofrecer herramientas de liderazgo humano estratégico basadas en neurociencias, para que los integrantes de una organización o de un emprendimiento ejerzan un mejor desempeño como líderes en sus actividades ejecutivas y personales.

Beneficios de un liderazgo humano estratégico

Un líder humano estratégico debe tener un conocimiento profundo de su cerebro, del potencial que ofrece para ejercer un liderazgo innovador, un liderazgo inspirador, incluso, un líder capaz de crear nuevos líderes.

Actualmente los ejecutivos tienen grandes responsabilidades:

- > En el área profesional, están a cargo del cumplimiento de metas, objetivos y proyectos; asimismo, es el encargado de sacar lo mejor de cada integrante del equipo de trabajo asignado.
- > En el área personal, deben implementar disciplina para establecer un equilibrio entre el área laboral y familiar, considerando que la salud física y mental ha tomado gran relevancia para el mejor desempeño de su cerebro.

El liderazgo humano estratégico considera los siguientes aspectos de la vida como indispensables para un mejor rendimiento del cerebro:

1. **Alimentación.** Llevar una dieta saludable, con alimentos que nos ofrezcan los mejores nutrientes de acuerdo con nuestra actividad física y profesional, nos dará periodos de concentración más largos, con mejor enfoque.
2. **Hidratación.** Un cerebro requiere consumir agua para que las funciones se realicen de manera perfecta; dos litros de agua natural al día son el mejor aliado del líder.
3. **Pausas activas y recesos programados.** Un cerebro requiere de unos momentos de descanso para refrescarse y retomar las actividades profesionales, una pequeña caminata al aire libre, un ejercicio de respiración de tres minutos y una meditación corta nos ofrece grandes

beneficios; siempre recomiendo considerar 50 minutos de trabajo continuo y enfocado por 10 minutos de descanso; puedes implementarlo y verás los resultados en creatividad, enfoque y concentración que puedes conseguir.

4. *Ejercicio físico.* La descarga de dopamina generada por el ejercicio físico nos permite sacar de nuestro cuerpo el estrés y la ansiedad. La dopamina es considerada como un neurotransmisor que descarga felicidad en nuestro cuerpo.
5. *Relaciones humanas.* Somos sociales por naturaleza, es por esto, que debemos estar en contacto con nuestros pares con inteligencia conversacional y emocional, aceptando que cada individuo tiene cualidades, personalidades y opiniones diferentes a las nuestras.

Sin embargo, existen herramientas que complementan estos principios básicos rectores del liderazgo humano estratégico.

Ser un líder eficaz, enfocado, productivo, con influencia y, sobre todo, un líder inspirador creador de nuevos líderes, pues implica un conocimiento profundo del ser humano en todos los aspectos; nuestro cerebro es generador de neurotransmisores que nos permiten desarrollar actividades ejecutivas con mejor enfoque, atención y con innovación para el desarrollo de estrategias y gestión de proyectos; asimismo, se considera que cada individuo debe atender sus necesidades de descanso, alimentación y recreación, de manera que el cerebro se mantenga con su mayor potencial.

Las herramientas desarrolladas en la metodología del liderazgo humano estratégico parten de reconocer a cada individuo como un organismo de grandes fortalezas y áreas de oportunidad, y el descubrimiento interno de cada uno de estos aspectos nos da un punto de partida para iniciar un proceso ejecutivo.

Asimismo, tomamos en consideración la participación de cada individuo en diferentes escenarios profesionales y personales, la visión de su liderazgo, en cada uno de ellos, nos da el potencial para reconocer las herramientas de liderazgo adecuadas para convertirlo en un líder humano estratégico.

Dentro de una organización o emprendimiento, esta metodología ofrece la oportunidad de optimizar sus herramientas de liderazgo de su plantilla ejecutiva, por medio de un mejor conocimiento del cerebro de cada uno de ellos, como una unidad integral que al

profundizar en sus herramientas puede explotar su potencial.

El liderazgo humano estratégico impacta directamente en los siguientes aspectos:

- > Un líder reconoce **la relación cerebro-mente-cuerpo** y su influencia directa para alcanzar los objetivos personales y profesionales, capaz de gestionar los proyectos de una organización de manera eficiente, pero también, siempre considerando a los integrantes de su equipo como un engranaje para alcanzar los objetivos.
- > **La colaboración** siempre ha desempeñado un papel fundamental en la productividad de los equipos de trabajo; esta competencia es vital para que todos los miembros de la organización estén motivados, ejerzan una comunicación asertiva, se retroalimenten de manera positiva y se sientan parte importante de un equipo de trabajo.
- > **Un cerebro innovador** encontrará siempre disposición para buscar nuevas alternativas de solución y generación de estrategias; vivimos un momento a escala global en que debe prevalecer la idea de que nada está escrito, el líder debe estar abierto al cambio y descubrir opciones disruptivas para la mejor gestión de proyectos.
- > **Los líderes con una mente entrenada** tienen que estar alerta ante los cambios que se aprecian en su entorno, así como considerar las posibles soluciones a implementar en la gestión de proyectos, trabajando la adversidad con una visión de oportunidad y resiliencia; esta habilidad es muy importante para la creación de fidelidad, influencia y compromiso interno entre los miembros del equipo.

Las bases fundamentales del liderazgo humano estratégico dan relevancia a las funciones del cerebro como el eje rector del liderazgo, de manera que el líder aproveche estas habilidades, se alcancen los objetivos de la organización, pero, ante todo, se convierta en un líder inspirador, un líder humano estratégico. ☞

1 Leidy Yuried Caballero-Vargas, Jenny-Paola Lis-Gutiérrez (2016), Liderazgo: una aproximación desde las neurociencias. Escuela Superior de Administración Pública, *Administración & Desarrollo*. Pág. 36; (1): 33-48.
2 Leidy Yuried Caballero-Vargas, Jenny-Paola Lis-Gutiérrez (2016), *Op. Cit.* Pág. 37.



Instituto Mexicano de
Contadores Públicos

Publica tus libros sin
invertir dinero,
solo tu talento



Escribe un libro Para nuestras colecciones

Contabilidad

Finanzas

Diversos

Auditoría

Fiscal

Jurídico

Contacto y recepción de obras
Norma Berenice San Martín López, Coordinadora Editorial
coordinador.editorial@imcp.org.mx