

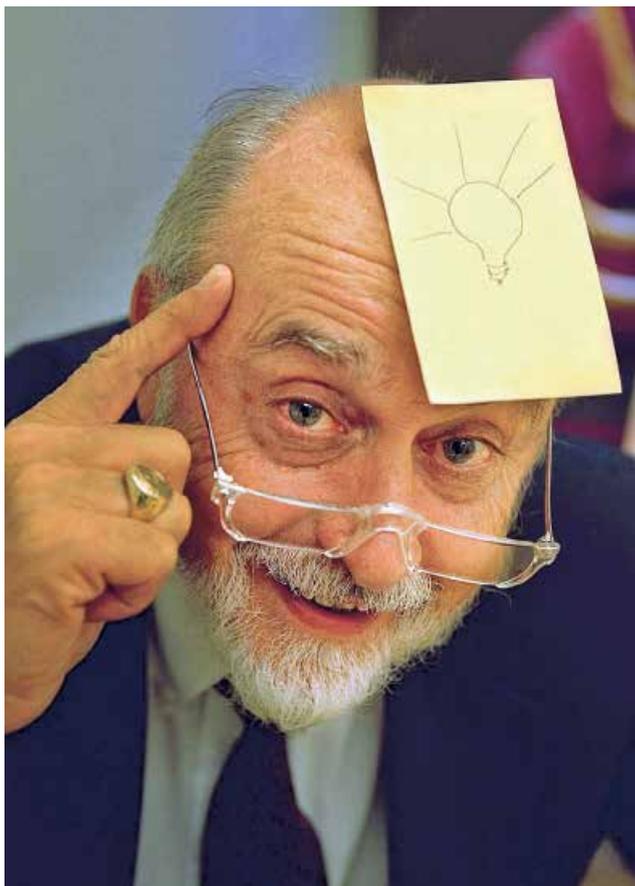


Eficiencia total con notas Post-it<sup>®</sup>

Haz que se pegue con Post-it<sup>®</sup>



# Le daremos todas las razones de por qué usted necesita notas adhesivas



Arthur Fry  
Empleado 3M  
Inventó las notas adhesivas en 1974

¿Se podría imaginar la vida sin notas adhesivas?

En 1968, el Dr. Spencer Silver, un científico de 3M en los Estados Unidos, se encontraba ocupado en el laboratorio tratando de desarrollar un adhesivo súper fuerte. En vez de esto, creó por accidente un adhesivo de «baja adherencia» que era sensible a la presión y reutilizable.

En 1974, Art Fry, un colega que había asistido a uno de los seminarios del Dr. Silver, tuvo la idea de utilizar el adhesivo para sujetar su separador de libros en su himnario sin que se desprendiera.

El color de la nota original se eligió accidentalmente: el laboratorio de al lado únicamente tenía papel de desecho color amarillo.

En la actualidad, las notas adhesivas son herramientas universales que pueden ayudarle a **SER MÁS PRODUCTIVO, COMUNICARSE DE FORMA MÁS EFECTIVA, PENSAR CON MAYOR LIBERTAD Y SER MÁS CREATIVO**, ya sea en el trabajo, en casa, en la escuela o la universidad, ¡incluso sobre la marcha!

¡Se sorprendería si supiera lo mucho que se utilizan las notas adhesivas!

Post-it® es una marca registrada de 3M Company



## Actualmente, las notas Post-it® son conocidas en todo el mundo. ¿Por qué?...

### ✓ SON LAS PRIMERAS NOTAS ADHESIVAS DEL MUNDO

Las notas Post-it® fueron inventadas por un científico de 3M en 1974.

### ✓ USTED PUEDE CONFIAR EN SU CALIDAD

Siempre se adhieren, se vuelven a adherir y se quitan sin dejar rastros

### ✓ NO PARAMOS DE INNOVAR

El adhesivo de las notas súper adhesivas Post-it® es 2,5 veces más fuerte\*

### ✓ TENEMOS UNA AMPLIA GAMA DE PRODUCTOS PARA ELEGIR

Las notas Post-it® vienen en diferentes colores, tamaños y formas

\* En comparación con las notas Post-it® «clásicas»

### ¿Sabía que...?

Es **42%** más probable que usted realice algo si lo anota.

El **93%** de la generación Z cree que los estudiantes que apuntan cosas en papel obtienen mejores calificaciones.

El **68%** de estudiantes de la generación Z estudia tomando apuntes clave en papel o notas adhesivas.

El **85%** de estudiantes de la generación Z creen que es más probable que realicen algo si lo apuntan en papel.

# 3

## Análisis FODA

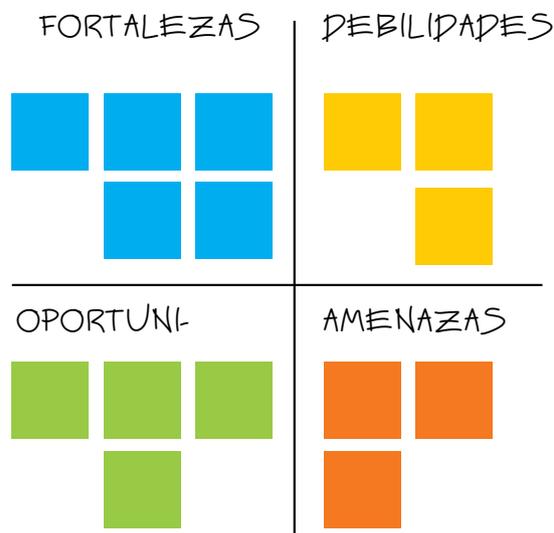
(Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas)

### Cómo utilizarlo

El análisis FODA es un método de planificación estructurado utilizado para evaluar las fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas involucradas en un proyecto, producto, lugar, industria o persona.

### Instrucciones

1. Seleccione el objeto de análisis.
2. Divida la pizarra en 4 zonas iguales y nómbrelas: «Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas».
3. Anote las características/factores internos, es decir, «Fortalezas» y «Debilidades», en pedazos de papel y colóquelos en los campos respectivos.
4. Anote las características/factores externos y colóquelos ya sea en el campo de «Oportunidades» o de «Amenazas».
5. Al visualizar estos factores positivos y negativos, usted podrá valorar el tema en cuestión y extraer conclusiones.



### DATO DE REFERENCIA

Es difícil determinar los orígenes del análisis **FODA**. El FODA se acredita usualmente a dos profesores de la Unidad de Políticas de la Escuela de Negocios de Harvard (**HBS**), George Albert Smith Jr y C. Roland Christensen, quienes tuvieron la idea a inicios de los **años 50**. A finales de esa década, el profesor Kenneth Andrews de la Unidad de Políticas de la HBS desarrolló su uso y aplicación. La unidad de la HBS continuó desarrollando el FODA durante la década de **1960**, hasta que se convirtió en la herramienta que utilizamos hoy.



Post-it® es una marca registrada de 3M Company

# Resolución de problemas de negocios

## 10

### Diagrama de Ishikawa

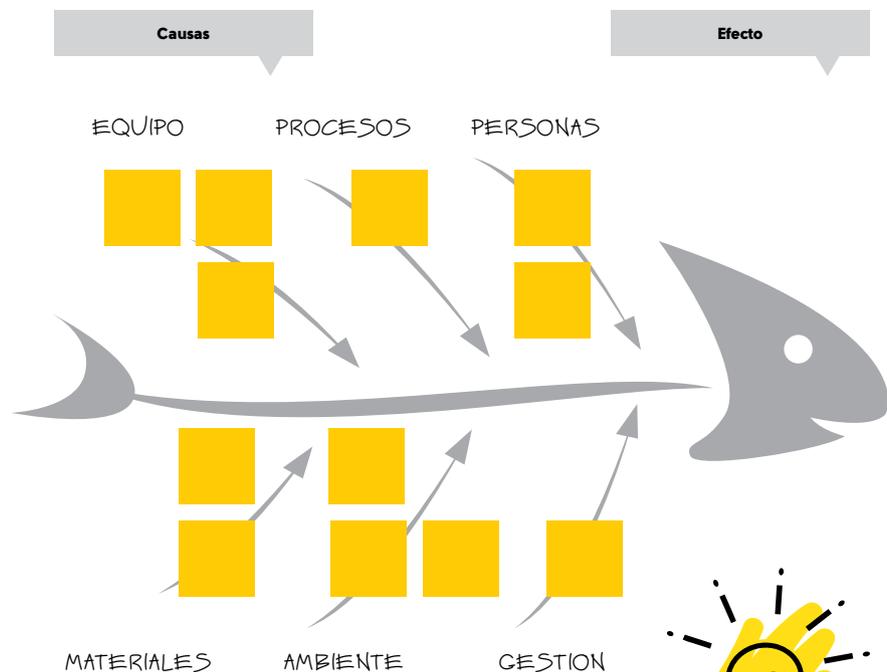
(Espina de pescado)

#### Cómo utilizarlo

El diagrama de Ishikawa, también llamado diagrama de causa y efecto, nos permite analizar de forma clara y sistemática las consecuencias de la relación y estudiar las causas de la situación.

#### Instrucciones

1. En el lado derecho de la pizarra identifique el problema y el efecto de este.
2. Identifique potenciales categorías de causas que podrían haber conducido al problema.
3. Represente estas categorías de causas como huesos que se extienden desde una flecha principal (o la espina dorsal del pescado). Haga una lluvia de ideas sobre las posibles causas del problema, anotando cada idea en una nota Post-it® y pegándola en un hueso de la categoría adecuada. Las causas pueden escribirse en varios lugares en caso de que se relacionen con varias categorías.
4. Analice la imagen, identifique los factores que pueden ser afectados.



### DATOS DE REFERENCIA

Los diagramas de Ishikawa se hicieron populares en los 60 gracias a Kaoru Ishikawa, quien fue un pionero en procesos de gestión de calidad en astilleros Kawasaki. Él se convirtió en uno de los padres fundadores de la administración moderna.



# 11

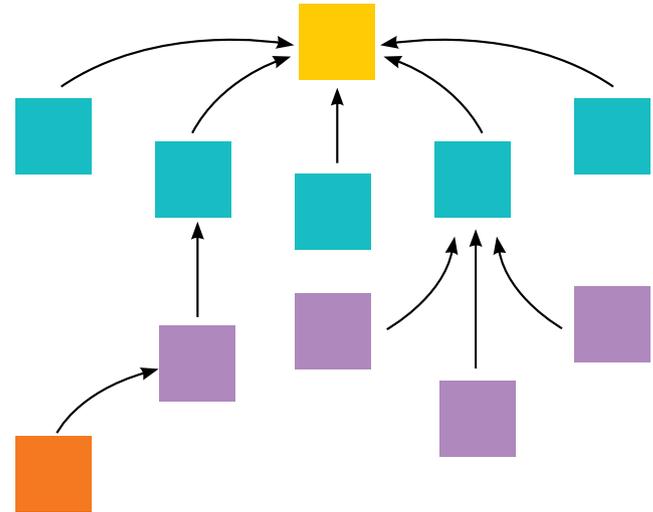
## El método de los «5 porqués»

### Cómo utilizarlo

El método de «5 porqués» es una herramienta efectiva que utiliza preguntas para analizar las relaciones de causa y efecto que subyacen a un problema particular.

### Instrucciones

1. Formule el problema clave, escríbalo en una nota Post-it® y péguela en el centro de un rotafolio.
2. La meta principal de la técnica es determinar la causa raíz de un defecto o problema mediante la repetición de la pregunta «por qué» (cinco veces; esa es la regla general). A medida que se hace, escriba todas las causas que pueda en notas Post-it® y péguelas debajo del problema.
3. Cada pregunta constituye la base de la siguiente pregunta.
4. Continúe hasta que haya encontrado la causa raíz del problema.
5. Discuta en grupos los métodos para lidiar con la causa raíz y resolver el problema.



### DATO DE REFERENCIA

La técnica fue desarrollada formalmente por Sakichi Toyoda y fue utilizada por Toyota Motor Corporation durante el desarrollo de sus metodologías de fabricación.

# 14



## DATOS DE REFERENCIA

La creadora de la técnica del Muro de Berlín es la Dra. Karen Richter, capacitadora y consultora para la organización llamada Personnel and Development Organization.

## Técnica del «Muro de Berlín»

### Cómo utilizarla

Este tipo de análisis de resolución de problemas le permite concentrar su atención en los factores que están impidiendo que resuelva un problema..

### Instrucciones

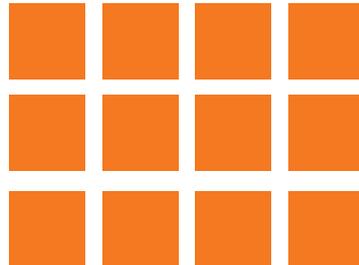
1. Divida la pizarra en tres espacios.
2. Al lado izquierdo describa el problema que necesita ser resuelto.
3. En la columna de la derecha, especifique la meta que desea alcanzar.
4. En el centro, construya un «Muro de Berlín» con notas Post-it®. En cada nota, escriba factores que le impiden alcanzar la meta.



Situación actual



Muro de Berlín



META



# Cómo tener ideas creativas



# 16



## Método de lluvia de ideas

### Cómo utilizarlo

Esta técnica grupal de creatividad se utiliza cuando hay problemas que no tienen una única solución y que podrían requerir un enfoque no convencional. Las soluciones más efectivas podrían nacer al generar cuantas ideas creativas sea posible en el tiempo más corto posible

### DATO DE REFERENCIA

En 1939, el ejecutivo publicitario Alex F. Osborn, empezó a desarrollar este método tras frustrarse por la inhabilidad de un empleado para desarrollar ideas creativas de forma individual para campañas publicitarias. Empezó a liderar sesiones grupales y encontró una significativa mejoría en la calidad y cantidad de ideas producidas por los empleados durante estas sesiones.

### Instrucciones

1. Elija un tema para discusión.
2. Dé a los participantes 3 minutos para pensar en ideas. Cada idea se escribe en una nota Post-it® aparte y se pega en cualquier punto de la pizarra o la pared. Cualquier crítica o evaluación se excluye de esta etapa.
3. Ordene y combine las ideas en categorías y temas. Califique las ideas propuestas. Enfoque y discuta el grupo de ideas que parezca más apropiado.



# 20

## DATO DE REFERENCIA

La invención de SCAMPER se le atribuye a Bob Eberle, autor de libros infantiles sobre creatividad.

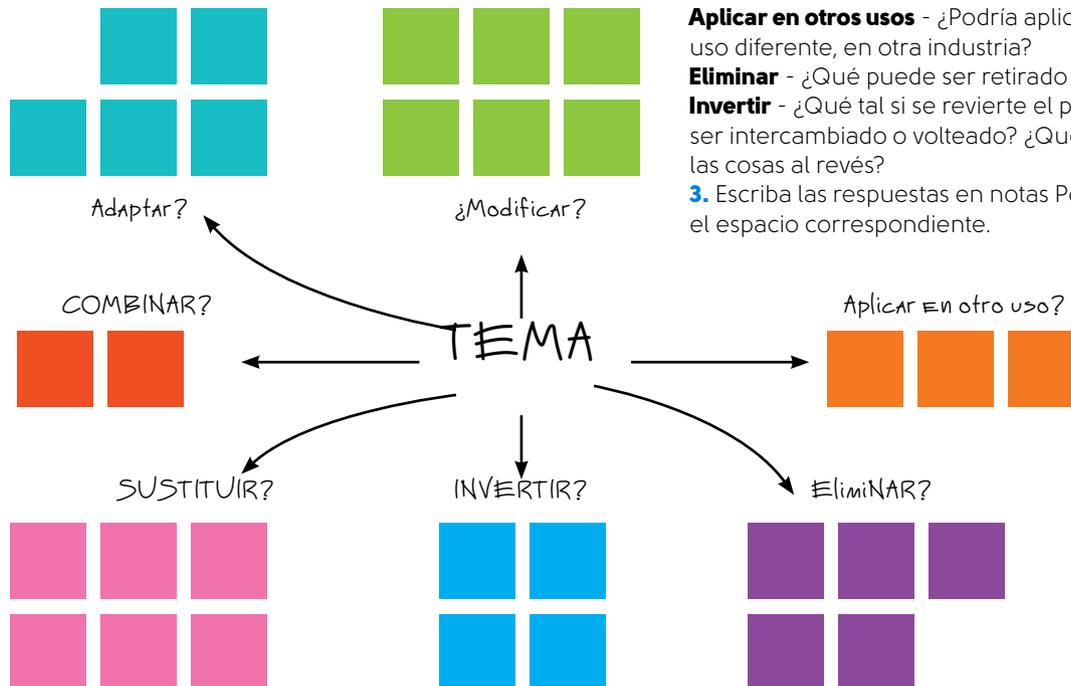


## SCAMPER

(Substituir. Combinar. Adaptar. Modificar. Aplicar en otros usos. Eliminar. Invertir.)

### Cómo utilizarla

SCAMPER es una técnica creativa de lluvia de ideas. Esta herramienta le ayuda a generar ideas para nuevos productos, herramientas, procesos, servicios e incluso personas al motivarlo a usted a pensar cómo mejorar los ya existentes. Utilizado a menudo para generar ideas para el desarrollo de un nuevo producto.



### Instrucciones

1. Divida la pizarra en siete espacios, como se muestra en el diagrama. Tome un producto o servicio existente y colóquelo en el centro.
2. Formule preguntas sobre los productos utilizando nemotecnia (ayuda para la memoria) como guía:

**Sustituir** - ¿Qué puede ser reemplazado (por ejemplo, componentes, materiales, personas)?

**Combinar** - ¿Qué puede combinarse (por ejemplo, otras características, dispositivos)?

**Adaptar** - ¿Qué puede agregarse (como nuevos elementos, función)?

**Modificar** - ¿Qué puede modificarse (por ejemplo, cambiar tamaño, forma, color u otro atributo)?

**Aplicar en otros usos** - ¿Podría aplicarse el producto en un uso diferente, en otra industria?

**Eliminar** - ¿Qué puede ser retirado o simplificado?

**Invertir** - ¿Qué tal si se revierte el proceso? ¿Qué puede ser intercambiado o volteado? ¿Qué tal si consideramos las cosas al revés?

3. Escriba las respuestas en notas Post-it® y péguelas en el espacio correspondiente.

# 23

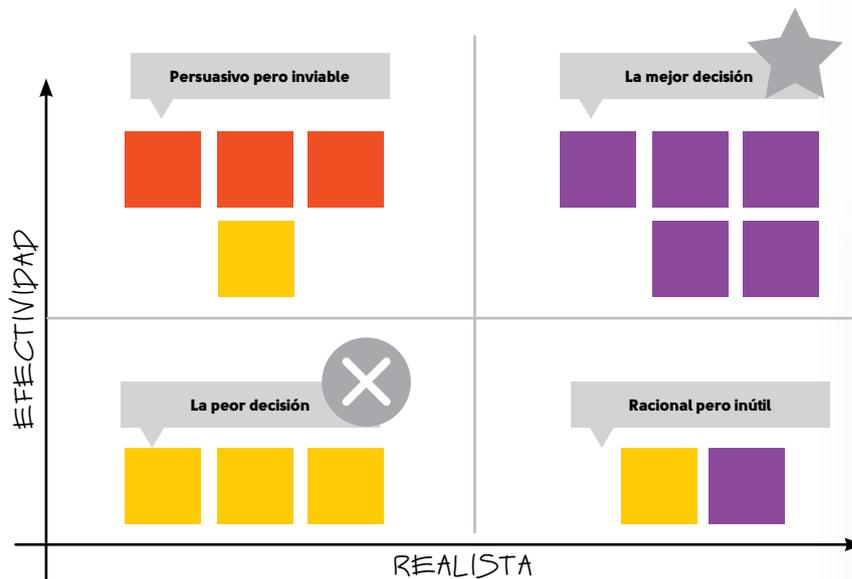
## Voto instantáneo

### Cómo utilizarlo

La técnica se utiliza en una situación donde existen varias soluciones al problema. Los miembros del equipo deben votar utilizando notas Post-it®, lo que le permite identificar visualmente y de forma rápida la solución más adecuada, según lo elegido por la mayoría de los participantes..

### Instrucciones

1. Divida la matriz en cuatro celdas como se muestra en el diagrama.
2. Escriba «Efectivo» en el eje vertical y «Realista» en el eje horizontal.
3. Asigne un color para cada solución. Los participantes reciben una nota Post-it® de cada color y las colocan en los espacios adecuados de la matriz, mediante lo cual evalúan las soluciones de acuerdo a cuán «efectivas» y «realistas» son.



# Conformación de un equipo cohesivo

# 24



## El juego de los «castillos de papel»

### Cómo utilizarlo

El juego impulsa el desarrollo de pensamiento creativo y fortalece la habilidad de asignar roles y delegar deberes.

### Instrucciones

1. Los participantes se dividen en equipos.
2. Cada equipo debe construir el castillo más alto o el puente más largo usando notas Post-it®.



# 25

## El juego de «Vestirse para el éxito»

### Cómo utilizarlo

El juego motiva la comunicación grupal activa y enseña a los participantes cómo analizar su imagen pública.

### Instrucciones

1. Escriba en notas Post-it® diferentes características, por ejemplo: «No puedo oír», «soy rico», «puedo resolver todos los problemas», «me gusta discutir», «le daría dinero», «lo tengo todo», «puede confiar en mí», entre otros.
2. Pegue una nota en frente de cada participante de manera que todos los demás vean lo que está escrito, excepto su dueño.
3. Los participantes interactúan entre ellos con base en lo que está escrito en la nota del dueño. La comunicación nunca es directa, sino que consiste en preguntas, insinuaciones, solicitudes, afirmaciones, aseveraciones encubiertas y pistas. La meta del dueño es adivinar lo que está escrito en su nota.



# 26

## El juego de la «supervivencia»

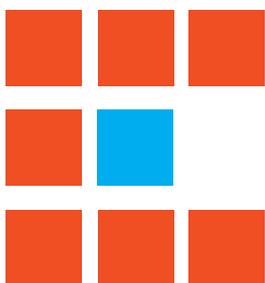
### Cómo utilizarlo

La meta es desarrollar el pensamiento crítico y creativo.

### Instrucciones

1. Divida a los participantes en grupos. A cada grupo se le asigna una situación hipotética. Por ejemplo, se ven forzados a sobrevivir en un ambiente hostil con recursos limitados, en la jungla, el desierto, el polo norte, etc.
2. Dé a cada equipo la misma lista de artículos de uso diario. La tarea del equipo es pensar en la mayor cantidad posible de usos para cada artículo. Las notas Post-it® son muy convenientes a la hora de enumerar ideas.
3. El equipo que tenga la mayor cantidad de usos especiales para los artículos «sobrevive» o gana el juego.

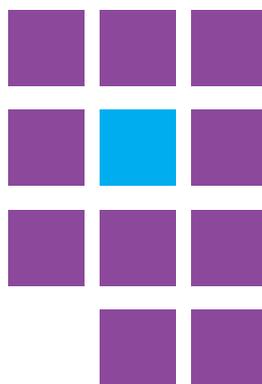
#### ARTICULO 1



#### ARTICULO 2



#### ARTICULO 3



# Guía para elegir notas Post-it®

		ADHERENCIA	
		Post-it	Post-it NOTES
		24-40	más de 40
		N/m	
		<b>Recomendamos utilizar las siguientes superficies</b>	
<b>Ingeniería</b>	<b>Las ventajas</b>		
<b>Adhesivo de base acrílica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Resistente a los rayos ultravioleta</li> <li>No pierde propiedades con el tiempo</li> <li>Puede ser retirado sin dejar residuos</li> </ul>	<p>Papel: periódico, fotográfico, papel de baja densidad y documentos viejos, papel de oficina, revistas, papel para empacar, cartón ondulado.</p> <p>Plástico: contenedores de plástico, teléfonos móviles.</p> <p>Metal: puerta de metal, refrigerador.</p> <p>Madera: Aglomerado / fibra de madera / MDF</p> <p>Vidrio: espejo/ventana.</p>	<p>Papel: papel de oficina, revistas, papel para empacar, cartón ondulado, papel de pared.</p> <p>Plástico: contenedores de plástico, teléfonos móviles, panel de instrumentos de un carro, archivos, computadora, carpeta de plástico.</p> <p>Metal: puerta de metal, refrigerador, platos de metal.</p> <p>Madera: puerta de madera, tabla para picar,</p> <p>Aglomerado / fibra de madera / MDF. Cuero / tela: muebles, ropa, billetera.</p> <p>Vidrio / cerámica: espejo/ventana, azulejos, platos.</p>
<b>Adhesivo sensible a la presión</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Puede pegarse repetidas veces</li> </ul>		
<b>Revestimiento de separado receptivo a la tinta</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>No se tuerce</li> <li>La tinta no se corre ni se filtra</li> <li>Aguanta la escritura con cualquiera instrumento de escritura</li> </ul>		
<b>Súper adhesivo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se mantiene pegada en prácticamente cualquier superficie</li> </ul>		



- 3M Bulgaria EOOD, Business Park Sofia, bl.4, fl.2 , Mladost 4, 1766 Sofia, Bulgaria (+35929601911)
- 3M Česko, spol.s.r.o, V Parku 2343/24, 148 00 Praha 4, Czech republic (+420261380111)
- 3M (East) AG Podružnica Republika Hrvatska, Avenija Večeslava Holjevca 40, 10 010 Zagreb, Hrvatska (+38512499750)
- 3M (East) AG, Podružnica v Ljubljani, Cesta v Gorice 8, 1000 Ljubljana, Slovenia (+38612003630)
- 3M (East) AG, Rep. office Belgrade, Milutina Milankovića 23, 11000 Belgrade, Serbia (+381112209400)
- 3M Eesti OÜ, Pärnu mnt 158, Tallinn 11317, Estonia (+3726115900)
- 3M Francophone Africa Morocco, Imm 4 du Zénith Millenium, Lotissement Attaoufik au 3eme étage Sidi Maarouf Casablanca, Marocco (+212522431600)
- 3M Ghana, PO Box 1064, House No. H/23, Community 8, Tema, Ghana (+233262227364)
- 3M Gulf Ltd., Building #11, Dubai Internet City, P.O. Box 20191, Dubai, U.A.E. (+97143670899)
- 3M Hungária Kft., Neumann J. u. 1/E., 1117 Budapest, Hungary (+3612707777)
- 3M Israel Ltd | 91 Medinat Ha'yehudim St., Herzlia 46120, Israel (+97299615000)
- 3M Kazakhstan LLP, Koktem Business Center, 17A Fonvizin St, 050051, Almaty, Kazakhstan (+772733300000)
- 3M Kenya, 3rd Floor Victoria Towers, Upper Hill, Kenya (+25420273026626/7/8)
- 3M Latvija Ltd, K.Ulmana g.5, Riga, LV1004, Latvia (+37167066120)
- 3M Lietuva UAB, A.Goštauto str. 40A, Vilnius, LT-03163, Lithuania (+37052160780)
- 3M Nigeria, No 2 Opebi Sheraton Link Road, Opebi, Ikeja, Lagos, Nigeria (+234019049994)
- 3M Pakistan (Pvt.) Ltd, Islamic Chamber of Commerce Building, ST-2/A, Block-9, K.D.A. Scheme 5, Clifton, Karachi-75600, Pakistan (+9242111225536)
- 3M Poland Sp. z o.o., al. Katowicka 117, Kajetany, 05-830 Nadarzyn, Poland (+48227396000)
- 3M Romania, Bucharest Business Park, 12 Menuetului St., Building D, 3rd Floor, District 1, 013713, Bucharest, Romania (+40212028000)
- 3M Russia, Krylatsky Hills Business Center, 17 bld. 3 Krylatskaya str., Moscow, 121614 Russia (+74957847474)
- 3M Saudi Arabia, Zone C, Riyadh Business Gate, Cardoba District , Prince Saud Ben Megrin Road, PO Box – 21840, Riyadh – 11485, Saudi Arabia (+966114650052)
- 3M Slovensko s.r.o., Polus Tower II - Vajnorská 100/B, 831 04 Bratislava, Slovakia (+421249105211)
- 3M South Africa, 146a Kelvin Drive, Woodmead, Johannesburg, South Africa (+27118062000)
- 3M Türkiye, Topçu Sinan Eroğlu Caddesi Akel İş Merkezi No:6, 34805 Kavacık, Istanbul, Turkey (+902165380648)
- 3M Ukraine, "Horizon Park", 12 M. Amosova str., 7 fl., Kyiv 03680, Ukraine (+380444905777)

Post-it® es una marca registrada de 3M Company

