



28 DE SEPTIEMBRE DEL 2022

**FUNDAMENTOS DE LIDERAZGO**  
DIRECCIÓN Y LIDERAZGO

JULISSA CÁRDENAS RODAS  
UNIVERSIDAD DEL SURESTE  
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

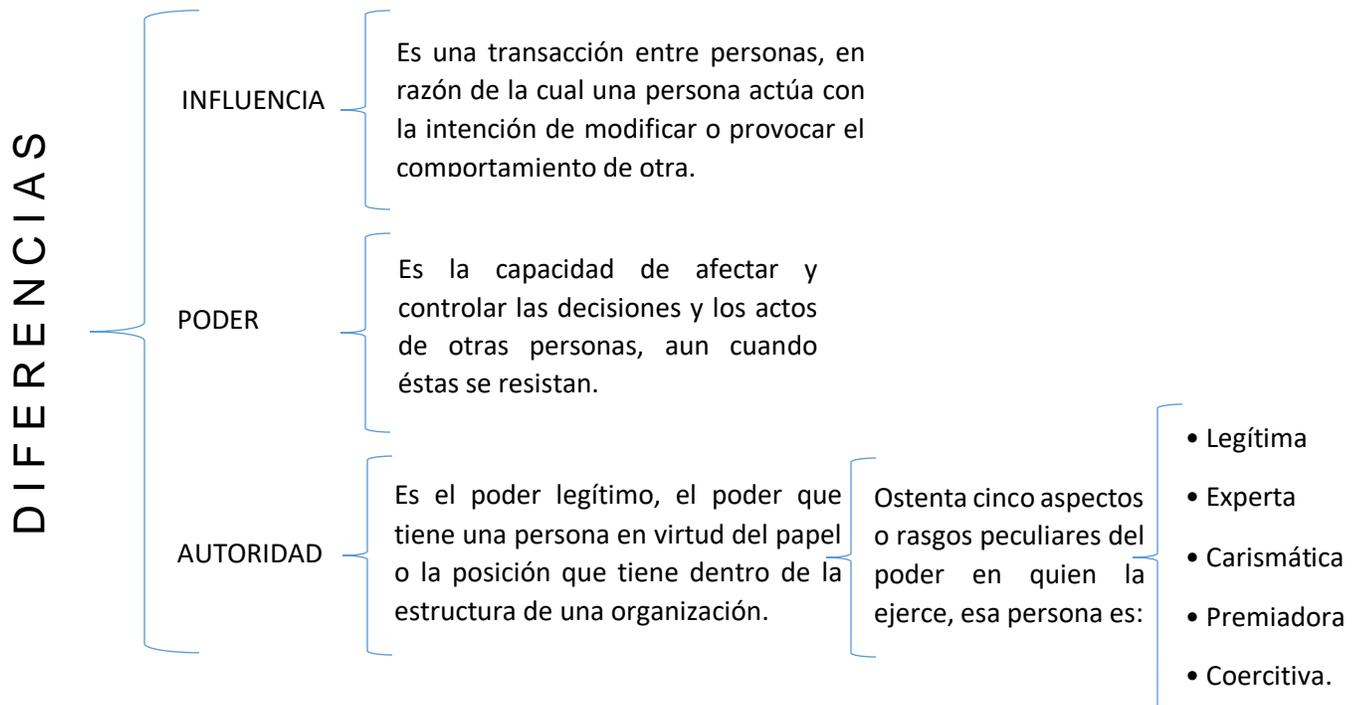


## ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

### A.1.1. Investiga otras definiciones de liderazgo. Subraya las palabras clave y crea tu propio concepto de liderazgo, indicando las fuentes que empleaste.

Es un compuesto de actitudes y **habilidades** que debe tener una persona para que en este caso pueda **influnciar** sobre un grupo de personas, de manera **beneficiosa** concorde a una meta y objetivo.

### A.1.2. Elabora un cuadro sinóptico de las diferencias entre influencia poder y autoridad.



### A.1.3. Enlista 5 figuras públicas (pueden ser pensadores, artistas, políticos, deportistas, etc.) que utilicen la influencia, 5 que utilicen el poder y 5 que utilicen la autoridad y explica cómo lo hacen.

INFLUENCIA: 1. Vladimir Putin. 2. Barack Obama. 3. Xi Jinping. 4. Papa Francisco. 5. Angela Merkel.

PODER: 1. Page y Brin de Google, 2. Zuckerberg, 3. Elon Musk, 4. Charles Koch, 5. Carlos Slim

AUTORIDAD: 1. Steve Jobs, 2. Bill Clinton, 3. Margaret Thatcher, 4. Nelson Mandela, 5. Dalai Lama

### A.1.4 Investiga sobre las variables del proceso directivo como causas de liderazgo que no fueron analizadas en este tema.

**Estimulación intelectual:** Es proceso dinámico donde se evidencia la capacidad de aprendizaje, desde la relación dialéctica entre aprendizaje y desarrollo.

**Influencia idealizada (Conducta):** Es la habilidad de influir en la conducta de los seguidores como consecuencia de su conducta.

**Influencia idealizada (Atributo):** Indica el nivel de confianza y respeto de los subordinados en el líder, la dedicación mostrada en los colaboradores y que lo consideren como su modelo a seguir.

**Consideración individual:** Es la habilidad que posee un líder para diagnosticar necesidades individuales y atenderlas de forma personalizada, trata individualmente a cada miembro del grupo, da formación, aconseja.

**A.1.5. Escribe un ensayo sobre las motivaciones internas y externas que te hacen cursar tu licenciatura.**

## INTRODUCCIÓN

La importancia que tiene la carrera de nutrición de forma general, es que gracias a ello podemos saber cómo tener una alimentación adecuada, ya que normalmente lo que uno piensa al escuchar que se debe tener una alimentación sana es solo tener nuestras 3 comidas; desayuno, almuerzo y cena, guiándonos de acuerdo al plato del buen comer en el cual nos muestra los diferentes grupos donde proviene la comida, pero hasta ahí se queda la gente, no indagan más allá de eso, lo cual nosotros como nutriólogos nos informamos sobre todo y sabemos que esta guía alimentaria nos proporciona vitaminas, minerales, fibras para el buen funcionamiento y desarrollo de nuestro cuerpo.

En lo que se respecta al campo laboral, hay muchas salidas de parte de este. Desde instituciones privadas como del gobierno, también siendo nuestro propio jefe como poniendo un consultorio o trabajar en las empresas multinacionales, como Nestlé. También prestar nuestro servicios en cada de hoteles en cuanto a sus restaurantes.

Si queremos tener más reconocimiento y ganar más, podemos especializarnos en lo que logre llamar nuestra atención, ya que hay un sinfín de especialidades, como lo son: Pediatría, Deportes, el área Clínica, Enfermedades Renales, entre otras.

En lo particular, a mí me gustaría ejercer en una institución como lo es el IMSS teniendo una especialidad en pediatría, al mismo tiempo que pongo un consultorio propio para generar más ingresos, mi segunda opción es presentar para una empresa de alimentos y la tercera opción sería dar clases.

## DESARROLLO

Decidí estudiar esta carrera más que nada para conocer más a detalle el tener una buena alimentación, como los alimentos nos benefician en cuanto a nuestra salud, como nos ayudan con cada parte de nuestro cuerpo. Para así poder tener una alimentación adecuada, y no solo pensando en mí, sino también poder llevar a otras personas mi conocimiento adquirido por medio de esta carrera. Desde que entré y lo que he aprendido lo he puesto en práctica tanto personalmente como haciéndoles saber a mi familia y amigos.

También otros de los motivos por el cuál decidí estudiar, es para superarme como persona y tener el conocimiento de lo que día con día ingerimos a nuestro cuerpo.

Poder de ser gran ayuda a otras personas, por si necesitan un cambio alimenticio en su cuerpo. El tener una buena alimentación te ayuda a estabilizarte contigo misma y tener buena salud tanto física como emocionalmente.

Como ya dije anteriormente, mi motivación más personal es poder tratar con niños y así ser parte de su crecimiento, ayudarlos a que crezcan adecuadamente.

Otro de los motivos más importantes es poder terminar esta carrera y regresarle un poco de todo lo que mi mamá ha hecho posible para que yo pueda estudiarla, entregándole mi título de terminación académica.

Pero no solo se trata de ayudar y sentirme bien, también quiero generar ingresos como cualquier persona y tener mucho dinero, por eso quiero superarme día con día y no quedarme estancada. Abrir mi consultorio, conseguir una base en el seguro y si se puede otro trabajo adelante.

Para que así ya teniendo algo de estabilidad económica en mi vida, poder comprar una casa y lo necesario para ella, comprar un carro y una vez estando ya estable poder formar una familia.

## CONCLUSIÓN

Como conclusión, quiero decirme a mí misma que le siga echando muchas ganas, todo en la vida cuesta y nada es fácil, y si así lo fuera cualquiera lo tendría. Entonces quiero seguir aprendiendo, conociendo y no quedarme estancada en un solo lugar.