

CELEBRAMOS EL MES DEL

A M O R

EN TODAS SUS EXPRESIONES.

"EL AMOR ES LA FUERZA MÁS HUMILDE
PERO LA MÁS PODEROSA QUE DISPONE
EL SER HUMANO". - Mahatma Gandhi -

! PARA REFLEXIONAR

¿Cómo somos a la hora de aprender?

Cuando aprendemos un nuevo conocimiento lo podemos ejercer de diferentes modos. Por ejemplo algunos prefieren realizar una lectura previa a lo desconocido, mientras otros directamente prueban, se lanzan sin tener una lectura anterior. Ambas formas no son mejores ni peores sino que, simplemente, se adaptan a cómo percibimos la realidad y cómo la procesamos. ¿Te diferencias de amigos o familiares?. A continuación, desde OSMITA te contamos los cuatro tipos de aprendizajes que existen para que identifiques cuál es el tuyo y lo puedas aprovechar al máximo profesionalmente.

Formas de aprender

En 1984, el profesor universitario, David Kolb, descubrió que los adultos tenemos distintas maneras de aprendizaje, y que depende de cómo percibimos y cómo procesamos la realidad. En su estudio, indicó que algunos son más experimentales mientras que otros, en cambio, más teóricos. Esto quiere decir que algunos procesan la información recibida al momento de hacer, y otros reflexionan cuando observan. Nos ayudará a identificarlo las definiciones de las cuatro formas de aprender.

ADAPTADORES. Son aquellos que son el resultado de la multiplicidad de tareas y

la acción, les gusta trabajar rodeados de personas, asumir riesgos, conseguir recursos,



y saben cómo adaptarse a las circunstancias. En una organización comúnmente se encuentran en el departamento de ventas.

DIVERGENTES. Aquellas personas que analizan los problemas en su conjunto y rodeados de personas. Son empáticas, creativos, sociales, y su labor se ve mediante el denominado “tormenta de ideas”. Por lo general se encuentran los artistas y todos los creativos en el ámbito empresarial.

ASIMILADORES. Son aquellos que se sienten cómodos generando modelos teóricos para definir los problemas. Son reflexivos, por ende, son de destacarse las matemáticas o de las ciencias. En una empresa podrán encontrarse en posiciones relacionadas a la planificación estratégica.

CONVERGENTES. Personas que necesitan la aplicación de las ideas para probar teorías o resolver problemas. Son de interesarle las ideas abstractas, son pragmáticos, lógicos, excepcionales en situaciones donde haya un único proyecto. Los ingenieros se enmarcan en el mundo empresarial.

Todos tenemos y nos destacamos con un estilo de aprendizaje. Sabemos que somos diferentes y que esa diferencia es la que nos nutre como comunidad y nos complementa. ¿Vos ya te identificaste?

FUENTE: https://elpais.com/elpais/2016/10/10/laboratorio_de_felicidad/1476119828_530014.html

! PREVENCIÓN

Vivamos libres de mosquitos

Junto al calor y las lluvias veraniegas aparecen los fieles compañeros, no tan queribles, los mosquitos. Las condiciones de humedad, el crecimiento de plantas y del pasto favorecen su reproducción que, sin el cuidado pertinente, causan grandes problema de salud pública. Por eso, queremos aconsejarte buenos hábitos para prevenir el

dengue, la fiebre chikungunya y el zika.

- Tapá, da vuelta o eliminá todos los recipientes que juntan agua en tu casa.
- Cambiá día por medio el agua de floreros.
- Mantené las canaletas y los desagües limpios.
- Renová el agua y cepillá el bebedero de tu mascota.



* CONSEJOS PARA EVITAR PICADURAS



Usá repelente siguiendo las indicaciones de la etiqueta.



Usá tabletas, insecticidas y espirales en tu casa.



Usá ropa clara y de mangas largas para cubrirte.



Si podés, colocá mosquiteros en todas las puertas y ventanas.

Si tenés fiebre, dolor de cabeza, dolor muscular o articular, náuseas, vómitos o sarpullido no te automediques y acercate al centro de salud más cercano. ¡Entre todos podemos prevenir los criaderos de mosquitos! <https://www.argentina.gob.ar/salud/mosquitos/prevencion>

* RECOMENDACIONES

Vivir solo y comer bien ¿es posible?

Qué lindo es el verano para salir de la rutina diaria, los días son más largos entonces las juntadas con amigos y amigas a cenar o tomar algo son más periódicas. Como consecuencia, nuestra dieta cambia y generalmente cometemos excesos y desequilibrios en nuestra alimentación. Desde OSMITA compartimos las recomendaciones de las nutricionistas, **Lic. Alejandra Volpatti** y la **Lic. Perla Manera**, quienes nos aconsejan una muy rica merienda energética para estas tardes de verano.

YOGURT CON BANANA, KIWI, FRUTOS SECOS, JENGIBRE y MIEL.

La banana aporta potasio, fibra e hidratos. El kiwi aporta vitamina C. Las frutas secas nos regalan sus ácidos grasos esenciales, vitamina E, fibra, selenio y magnesio. El jengibre nos ayuda a estar energizados y favorece la digestión. El coco rallado, contiene potasio, fibra, algo de hierro, calcio, vitamina E y K.



* Si te interesa conocer más tips y recetas saludables puedes seguir en Instagram @s.o.svivosolo.

Queremos **conocer tu historia**

Porque creemos que todos tenemos una historia para contar, que puede inspirar a otros, que podría ser un ejemplo o una guía a otras personas. Queremos saber de vos, animáte y ponete en contacto con nosotros, queremos darte un espacio que permita encontrarnos.

¿Cómo hacerlo?

Escribinos a entrelazar@osmita.com.ar, dejanos tus datos junto a tus comentarios y nos estaremos comunicando a la brevedad.

Estamos convencidos que:

***“Mucha gente pequeña
en lugares pequeños,
haciendo cosas pequeñas
pueden cambiar el mundo”.***

(Eduardo Galeano)



entrelazar

INFORMATIVO DE OBRA SOCIAL MITA

0800-888-MITA (6482) www.osmita.com.ar  Osmita Salud



Publicación mensual gratuita. Registro de propiedad intelectual N° 5354761. Prohibida su reproducción total o parcial. Propietario: Obra Social Mutualidad Industrial Textil Argentina. (R.N.O.S. N° 402202 / R.N.E.M.P. N° 1251). Editor Responsable: OSMITA. Domicilio Legal: Paraguay 610, Piso 6, C1057AAH, Buenos Aires Argentina. Tel.: 011 4313 3111. info@osmita.com.ar, www.osmita.com.ar Directora Entrelazar: Lic. Lorena Tellechea. Consultas editoriales a entrelazar@osmita.com.ar. Diseño: Estudio Dynamo, www.estudiodynamo.com. Impresión: Latservicios Gráficos de Adelma I. Lopez. La Peperina 15, Ciudad Evita, Bs As. E-mail: latserviciosgraficos@gmail.com

Órgano de Control de Obras Sociales
y Entidades de Medicina Prepaga.
0800-222-SALUD (72583)
Línea gratuita para consultas, reclamos
y denuncias.