



# ¿Cómo Podemos Marcar la Diferencia?



No necesitas un título especial ni décadas de experiencia para generar un impacto. Lo que hagas hoy puede afectar toda la semana de alguien.

## POR QUÉ IMPORTA

En una obra es fácil tener visión de túnel: enfocarse en la tarea, cumplir el plazo, llegar a casa sano y salvo. Y eso importa. Pero también importa cómo nos comportamos en el día a día. La verdad es que cada uno de nosotros puede influir en la cultura del trabajo, para bien o para mal, a través de cómo hablamos, cómo nos apoyamos y cómo damos el ejemplo. Eres el referente de alguien, lo quieras o no.

Recuerda:

- **El liderazgo no requiere un título.** Lideras cada vez que ayudas, defiendes a un compañero o reconoces un error. Tu forma de trabajar, hablar y tratar a los demás marca el tono para todo el equipo.
- **Las pequeñas acciones suman.** Ofrecer ayuda, preguntar cómo está alguien o notar cuando alguien no parece estar bien. Estos gestos construyen confianza. Crean un entorno más seguro y respetuoso. A menudo importan más que los grandes gestos.
- **Puedes ser la razón por la que alguien se queda.** O por la que alguien se anima a hablar. Incluso la razón por la que alguien supera una semana difícil. Muchos no hablan de lo que cargan, pero sí recuerdan cómo los trataste.
- **Nuestras decisiones moldean la cultura.** Si ignoramos la falta de respeto, la permitimos. Si tomamos atajos, otros también lo harán. Pero si elegimos responsabilidad, respeto y seguridad, los demás seguirán ese camino.

## CÓMO MARCAR LA DIFERENCIA

- **Haz seguimiento.** Si alguien ha estado callado, distraído o no parece estar en su mejor momento, pregúntale cómo está. Ese gesto simple puede ser justo lo que necesitaba.
- **Da el ejemplo en seguridad.** Incluso cuando nadie esté mirando. Especialmente cuando nadie esté mirando.
- **Comparte tu conocimiento.** Si llevas más tiempo, orienta a alguien nuevo. Si eres nuevo, habla cuando veas una mejor forma de hacer las cosas. Toda perspectiva aporta valor.
- **Habla con respeto.** Ya sea sobre seguridad, comportamiento o salud mental, usa tu voz. Demuestra que te importa el equipo, no solo la tarea.
- **Reconoce el esfuerzo.** Un “buen trabajo” o “gracias por tu ayuda” puede cambiar el día de alguien.
- **Brinda apoyo cuando alguien lo necesite.** Todos pasamos por momentos difíciles. Ofrece apoyo, recursos o involucra a un líder o a RR. HH. si hace falta ayuda adicional. Todos necesitamos apoyo a veces.

**Recuerda: no tienes que hacerlo todo, pero puedes hacer algo. Y ese algo puede ser exactamente lo que otra persona necesita.**

**Reflexión final:**

**¿A quién en la obra podrías acercarte esta semana? No porque parezca un problema, sino porque es una persona.**

Get Access to  
Mental Health  
Resources Now





Get Access to  
Mental Health  
Resources Now



## Registro de asistencia

Fecha: \_\_\_\_\_

1 _____	16 _____
2 _____	17 _____
3 _____	18 _____
4 _____	19 _____
5 _____	20 _____
6 _____	21 _____
7 _____	22 _____
8 _____	23 _____
9 _____	24 _____
10 _____	25 _____
11 _____	26 _____
12 _____	27 _____
13 _____	28 _____
14 _____	29 _____
15 _____	30 _____