

# Plan de acción SMART

---

El modelo SMART lo elaboraron psicólogos como herramienta para ayudar a las personas a fijarse sus metas y alcanzarlas.

- S: specific (específico)**
- M: measurable (mensurable)**
- A: attainable (alcanzable)**
- R: relevant (importante)**
- T: time-bound (con límite de tiempo)**

## Específico

¿Está bien definida su meta? Evite fijarse metas imprecisas o vagas; en lugar de eso, sea lo más preciso posible.

- *En lugar de:* Hacer que todo el equipo esté en buen estado
- *Hágalo específico:* Ponerse en contacto con la empresa de mantenimiento para reparar la centrifugadora con la etiqueta NRL10034

## Mensurable

Exponga claramente cómo sabrá cuándo ha alcanzado su meta. Usar números, fechas y tiempos es una manera de representar objetivos claros.

- *En lugar de:* Para conseguir mejores resultados
- *Haga que sea mensurable:* Bajar la tasa de falsa positividad en la EEC del 32 % al 10 % como mucho

## Alcanzable

Fijar metas imposibles solo acabará en decepción. Haga que sus metas supongan un reto, pero que sean realistas.

- *En lugar de:* Tener la acreditación en un plazo de 16 meses
- *Haga que sea alcanzable:* Lograr la conclusión de la fase 1 de la herramienta LQSI en un plazo de nueve meses

## Importante

Trate de tomar perspectiva y obtener una visión global de las distintas áreas laborales del trabajo del laboratorio. Considere la importancia de cada objetivo en la situación global (meta). Haga que sea importante.

## Con límite de tiempo

Fije una escala temporal para la consecución de cada meta. Incluso si tiene que revisar esto conforme avanza, le será de ayuda para mantenerse motivado.

- *En lugar de:* Hacer la evaluación de instalaciones y seguridad
- *Haga que tenga delimitación temporal:* Hacer la evaluación de instalaciones y seguridad antes del 27 de febrero de 2012

## Un ejemplo de cómo puede formular un buen punto de acción:

*Fecha límite: Persona asignada: Acción específica: Fecha de formulación del punto de acción.*

Ejemplo:

*27-11-2013: O. Anujoo : Terminar la evaluación de instalaciones y seguridad y elaborar un plan de acción basado en su resultado: 16-09-2013*