



Monica Avila Forero

Bogotá, Colombia
Conferencista | Capacitador | Moderador | Panelista | Consultor

País de residencia: Colombia

Nacionalidad: Colombia

Idiomas: Español, Inglés

5.0



Comentarios (22)

Áreas de conocimiento

Burnout y agotamiento, Productividad sana, Liderazgo, Liderazgo femenino, Liderazgo consciente, Sostenibilidad, Regeneración, Impacto, Felicidad en el trabajo, Bienestar, Alto desempeño, Habilidades estratégicas, Power skills, Capital cerebral, Alineación de equipos, Onboarding de talento, Reconexión de equipos, Equipos en crisis, Inteligencia Artificial.

Descripción del perfil

Soy Mónica Avila Forero, renovadora de liderazgos y negocios. Llevo más de 15 años acompañando a tomadores de decisiones, equipos ejecutivos y fundador@s a liderar de una forma diferente. Los acompaño a integrar el Bienestar Estratégico en su día a día y del negocio, para aumentar resultados, sin sacrificar su salud ni su legado. Soy creadora del Método A.L.M.A.R.A., un sistema operativo de liderazgo con(s)ciente que integra la bienestar, productividad sana e impacto en las personas y el planeta. A.L.M.A.R.A. es el resultado de +15 años de búsqueda, error y transformación personal y profesional, y el trabajo con más de 3.600 personas en 8 países, en los últimos años. Soy GC Partner® certificada del GC Index®, la única organimétrica que mide cómo cada persona puede generar impacto real en su rol, equipo y organización. (no es personalidad). Juntos, con A.L.M.A.R.A. y el GC Index® cree un marco único que potencializa la energía y la zona de genialidad de las personas para impulsar resultados medibles y sostenibles. Actualmente curso una Maestría en Neurociencia, que alimenta directamente el contenido de mis conferencias con evidencia científica actualizada. Soy también entrenadora global certificada de ClimateLaunchpad, y he acompañado a más de 200 líderes y fundador@ en procesos de construcción y escalamiento de sus empresas, de la mano con una maduración de su liderazgo con(s)ciente y el fortalecimiento de una cultura de impacto. Mis charlas combinan datos duros y narrativa personal en una experiencia que mueve creencias. He hablado en convenciones corporativas, foros de innovación, programas de mujeres líderes y eventos de emprendimiento en más de 8 países de Latinoamérica. Mi portafolio tiene seis conferencias, desde productividad sana y bienestar estratégico como ROI, hasta IA con(s)ciente, liderazgo regenerativo y el método A.L.M.A.R.A. completo como charla insignia. La frase que mejor define mi trabajo es, "hay una forma mejor de liderar y hacer negocios. y funciona".

Conferencias, Cursos o Talleres

La Ecuación de la Energía y el Flow, para una productividad sana

De 1 Hora a 2 Horas

"Más resultados sin más horas. La fórmula que reemplaza el desgaste por la fluidez." Los equipos de hoy no están fallando por falta de esfuerzo, están fallando por exceso de él. La/Él líder promedio pierde el 33% de su jornada apagando incendios por desalineación. Las empresas siguen midiendo productividad en horas trabajadas, no en impacto generado y el resultado es predecible. Agotamiento, desconexión y resultados que no reflejan el esfuerzo invertido. Según Gallup, la falta de engagement le cuesta a la economía global \$8.9 trillones de dólares al año. En esta charla desmonto la creencia más cara que tiene una organización, que más horas equivale a más resultados, y presento mi propuesta basada en mi Método A.L.M.A.R.A., Productividad Sana = Energía + Foco + Intención. (Re)conocemos el elemento propio y gestionable por cada uno, su energía, su foco y capacidad de ir a la acción en alineación con lo anterior. Exploramos qué es el Flow Estratégico, por qué es el multiplicador de rendimiento más subestimado en las organizaciones, y cómo diseñarlo intencionalmente en lugar de esperar que aparezca. Identificamos los saboteadores invisibles, reuniones sin propósito, multitasking, desalineación de roles, y aplicamos neurociencia de la regulación del sistema nervioso para liderar desde la calma y no desde la reactividad. Cada asistente identificará el nivel de estrés en el que se encuentra con el Quiz STRESSscore y sale con claridad sobre cómo organizar sus actividades en alineación con su energía y cómo gestiona su energía y su nivel de estrés. No es una charla motivacional. Es una guía práctica de (re)conocimiento para reconfigurar la relación con el alto desempeño y conectarla, por fin, con el bienestar real. Ideal para: convenciones corporativas, kickoffs de año, eventos de RR.HH. y gestión del talento, retiros de planeación estratégica y programas de bienestar organizacional, charlas para equipos en crisis o desconectados. Formatos: Keynote 45–60 min · Panel

20–30 min · Masterclass 2–3 hrs · Taller profundo con perfilamiento con el GC Index.

IA Con(s)ciente: La trampa del FOMO tecnológico

Sin especificar

La IA sin intención solo acelera el agotamiento. Hoy el 67% de los usuarios de IA trabajan más horas, no menos. La promesa no se está cumpliendo, no por la tecnología, sino porque el modelo mental no ha cambiado. Estamos adoptando la IA como adoptamos el correo electrónico en los 90: con afán, sin estrategia, sin preguntarnos qué queremos proteger y qué queremos multiplicar. El resultado es lo mismo de siempre con más velocidad y más ruido. Estamos viviendo un FOMO tecnológico disfrazado de transformación digital. En esta charla propongo una integración diferente: la IA como acto de liderazgo con(s)ciente. No desde el miedo a quedarse atrás, sino desde la claridad de saber quiénes somos, qué nos hace únicos como equipo y qué queremos que la tecnología amplifique y qué no. El marco central es el framework 3P's para la IA que permite recuperar tiempo, foco y bienestar real en la era de la inteligencia artificial. Exploramos la paradoja de la productividad tecnológica y cómo salir de ella, el concepto de Capital Cerebral (Brain Capital), solo el 13% de las capacidades humanas es automatizable, y ese 13% es exactamente lo que el estrés destruye primero, y un modelo de ROI de Impacto 4D que integra bienestar del equipo, excelencia, legado planetario y rentabilidad en una sola ecuación. Cada decisión tecnológica es un acto de liderazgo, y un(a) líder con(s)ciente no adopta herramientas por presión, las integra con intención, protegiendo lo que más importa: la cultura, las personas, la misión. La IA que transforma organizaciones no reemplaza lo humano, lo potencia, cuando hay consciencia en el timón. Ideal para: eventos de transformación digital, convenciones de C-suite y liderazgo ejecutivo, foros de innovación human-centric,

empresas en procesos de adopción tecnológica, instituciones educativas y tech summits. Formatos: Keynote 45–60 min · Panel 20–30 min · Masterclass 2 hrs con autodiagnóstico

El Mensaje del Colibrí: Personas y Planeta en el Centro

Sin especificar

La sostenibilidad se convirtió en una palabra tan repetida que perdió su poder. Hemos superado 7 de los 9 límites planetarios, los Objetivos de Desarrollo Sostenible se sienten lejanos y las y los líderes se paralizan ante la magnitud del problema y creen que su acción individual no importa. Esta charla viene a romper esa parálisis. Usando la fábula del colibrí, reconecto a la audiencia con algo que la urgencia climática y corporativa ha desconectado: el poder de la acción pequeña, constante e imparable. No desde la culpa, sino desde el propósito y la intención. El mensaje central es que liderar desde las personas y el planeta en el centro es la decisión de negocio más inteligente que existe hoy. Las empresas regenerativas, aquellas que aplican modelos como el de Net Positive de Paul Polman, ven un +20% en eficiencia. Los modelos circulares generarán \$4.5 trillones para 2030. El 80% del talento joven se compromete más con líderes que tienen propósito regenerativo. Esta charla reconecta a la audiencia con su poder transformador: cada gota cuenta, cada acción desde la integridad genera cambio sistémico. Las empresas son jalonadoras de progreso real cuando ponen personas y planeta en el centro. Lo que se lleva la audiencia: una nueva narrativa sobre impacto (no sostenibilidad, sino impacto), casos reales de rentabilidad desde el modelo Net Positive, la conexión entre bienestar personal y liderazgo regenerativo, y un compromiso propio de acción. La charla más emocional y narrativa del portafolio. Combina historia personal de Mónica, datos de impacto y una invitación profunda a la acción. Ideal para: eventos de tech e innovación, convenciones de emprendimiento, foros de inversores donde el impacto no está en la agenda pero debería estarlo, espacios corporativos que necesitan una sacudida de propósito. Formatos disponibles: Keynote presencial u online (45–60 min) | Charla inspiracional corta (20–30 min) | Masterclass (2–3 hrs) | Taller con modelo Sakbé

(intervención profunda)

Del Wellwashing al Bienestar Estratégico: La platica que estas perdiendo.

Sin especificar

El bienestar no es un beneficio de RR.HH. Es tu estrategia de rentabilidad más subestimada. Las empresas llevan años invirtiendo en bienestar. Frutas en la oficina, yoga un día a la semana, viernes libres, flexibilidad de horario. Sin embargo, el 56% de los líderes está funcionando en burnout (Deloitte). Perder un(a) líder cuesta hasta el 213% de su salario anual. La intención está, pero la mayoría de las iniciativas de bienestar son cosméticas y el wellwashing organizacional está drenando talento, capital y resultados sin que nadie lo haya puesto sobre la mesa. Esta charla le pone números al bienestar. Presento el caso de negocio más contundente que existe hoy para invertir en Bienestar Estratégico, un ROI de hasta 7:1, una reducción del 50% en rotación, y el concepto que el World Economic Forum y McKinsey Health Institute posicionaron como el recurso crítico de la era de la IA, el Capital Cerebral (Brain Capital). Las condiciones de salud cerebral representan el 24% de la carga global de enfermedad. Esta charla transforma la conversación del bienestar, ya no es un tema solo de Recursos Humanos sino como una ventaja competitiva subestimada. Lo que se lleva la audiencia: datos del ROI del bienestar, la distinción entre bienestar cosmético y Bienestar Estratégico, el concepto de Capital Cerebral como nuevo paradigma económico, la fórmula Productividad Sana = Energía + Foco + Intención aplicada al equipo. Ideal para: Juntas Directivas, C-suite, eventos de RR.HH., foros de C-level, transformación cultural. Formatos disponibles:

Keynote presencial u online (45–60 min) | Ejecutiva corta (30 min) | Masterclass con autodiagnóstico (2–3 hrs)

Experiencias

Speaker, mentora y asesora en Bienestar Estratégico

Monica Avila Forero

2019 - Actual

Entrenadora Global

Climatelaunchpad

2021 - Actual

Directora de Programas de Incubación y Aceleración de Empresas

Corporación Ventures y CleantechHUB

2011 - 2025

Directora de alianzas

Pimes Fintech

2017 - 2018

Fundadora

Natural Exports

2002 - 2010

Estudios

Maestría en Desarrollo Sostenible

EOI - España

2010

Especialista en Negociación y Relaciones Internacionales

Universidad de los Andes

2003

Profesional en Finanzas y Relaciones Internacionales

Universidad Externado de Colombia

2002

Perfil en Mentes a la Carta

<https://mentesalacarta.com/conferencistas-capacitadores-coaches/monica-avila>