

# PILARES DE LA RESILIENCIA



**Resiliencia:**  
capacidad de una  
persona de recuperarse  
de la adversidad y  
crecer a partir de ella.



## 00 INTRODUCCIÓN

[VIDEO](#)  
[INFOGRAFÍA](#)



## 04 FORTALEZAS DE CARACTER

[VIDEO](#)  
[INFOGRAFÍA](#)



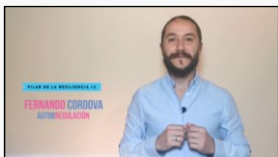
## 01 AUTOCONCIENCIA

[VIDEO](#)  
[INFOGRAFÍA](#)



## 05 CONEXIÓN

[VIDEO](#)  
[INFOGRAFÍA](#)



## 02 AUTOREGULACIÓN

[VIDEO](#)  
[INFOGRAFÍA](#)



## 06 OPTIMISMO

[VIDEO](#)  
[INFOGRAFÍA](#)



## 03 – AGILIDAD MENTAL

[VIDEO](#)  
[INFOGRAFÍA](#)



## 07 DESPEDIDA

[VIDEO](#)

Johnson & Johnson GLOBAL  
COMMUNITY  
IMPACT

doctor  
payaso  
FELICIDAD QUE SIRVE