



Manual de Apoyo

Clase 1:

Diseña tu Plan de Carrera
Profesional y Multiplica tu Ingreso

Super Promesa del Programa

Diseña tu plan de carrera profesional en solo 10 horas de capacitación online y logra ganar hasta el triple de tu salario actual. 100% subsidiado por Microsoft, ICEMéxico y Open English

¿Qué es un Plan de Carrera Profesional?

Un Plan de Carrera Profesional es una estrategia estructurada que permite a una persona definir dónde está, a dónde quiere llegar y qué debe hacer para avanzar profesional y económicamente.

Es una herramienta que traduce los objetivos personales y laborales en una ruta concreta de acción, aprendizaje, mejora continua y posicionamiento laboral.

No es solo un plan educativo, ni una lista de cursos. Es una ruta personalizada de desarrollo de competencias, metas de ingreso, y posicionamiento profesional, con un enfoque práctico y alineado a las demandas reales del mercado laboral.

Características de un Plan de Carrera Profesional

Tiene un objetivo claro: alcanzar un ingreso deseado, un puesto específico o un cambio de sector.

Define un punto de partida realista: analiza el perfil actual del profesionista (nivel de estudios, habilidades, ingresos).

Incluye diagnóstico de brechas: identifica qué habilidades faltan para lograr el objetivo.

Propone acciones concretas: formación, certificaciones, proyectos, networking, entrevistas, etc.

Tiene un marco de tiempo definido: suele abarcar de 6 a 12 meses de ejecución.

Es flexible y adaptativo: se puede ajustar según avances, resultados o cambios de contexto.

Ventajas de tener un Plan de Carrera Profesional

- Evita la improvisación laboral: te da dirección y enfoque.
- Aumenta la confianza profesional: sabes qué estás construyendo y cómo.
- Facilita la toma de decisiones: sobre empleos, cursos, certificaciones y negociaciones salariales.
- Te prepara para oportunidades reales: conectándote con las vacantes y tendencias de tu industria.

Beneficios que genera

- **Movilidad profesional ascendente:** puedes pasar de un ingreso promedio a uno superior al de tu nivel académico.
- **Mejores condiciones laborales:** acceso a vacantes con mayores beneficios, estabilidad y reconocimiento.
- **Desarrollo integral:** fortalece tanto habilidades técnicas como blandas.
- **Posicionamiento estratégico:** te diferencia como un perfil competitivo en tu sector
- **Mejora de ingresos:** el plan está diseñado para ayudarte a duplicar o triplicar tu salario en un plazo de 6 a 12 meses.

Objetivo de la Clase 1

Ayudar al participante a reconocer en dónde está actualmente en su camino profesional, identificar qué errores puede estar cometiendo, y visualizar cuál es su siguiente escalón profesional para avanzar hacia un mayor nivel de ingresos y libertad profesional

Sección 1: ¿Por qué no estás ganando lo que podrías ganar?

Los 5 errores más comunes que cometen los profesionistas:

1. Creer que el título es suficiente

Estudios del IMCO y el CEEY muestran que el grado académico ya no garantiza ingresos altos. Hoy el mercado laboral premia las competencias aplicadas y la capacidad de generar valor en contextos cambiantes.

2. No saber vender su perfil profesional

Según OCC y LinkedIn, la mayoría de los profesionistas no tiene un CV optimizado ni un perfil digital actualizado, lo cual disminuye sus oportunidades laborales. Saber comunicar tu propuesta de valor es tan importante como tenerla.

3. Ignorar habilidades blandas y digitales

La OCDE y el Foro Económico Mundial coinciden en que habilidades como el pensamiento crítico, manejo de datos, inteligencia emocional e inglés funcional son las más requeridas en los empleos del futuro.

4. No tener un plan de carrera

No planificar implica dejar tu futuro en manos de otros. La movilidad profesional requiere dirección, estrategia y aprendizaje continuo. Un plan de carrera bien diseñado sirve como GPS profesional.

5. No invertir en sí mismos

La CEPAL afirma que la capacitación continua es uno de los principales factores para romper el ciclo de estancamiento laboral. Capacitarse no es gasto: es inversión con retorno en ingresos.

"No es que el mercado esté mal, es que muchos profesionistas no están jugando bien el juego."

Sección 2: Escalera de Valor Profesional

Basado en datos del INEGI, IMCO y Observatorio Laboral

NIVEL	PERFIL	OBJETIVO PROFESIONAL	INGRESO MENSUAL	TIEMPO ESTIMADO
Estudiante	Inscrito en universidad	Desarrollar habilidades	\$0 - \$3,000 MXN	3 a 5 años
Recién egresado	Menos de 2 años de experiencia	Insertarse en el mercado	\$6,000 - \$10,000 MXN	1 a 2 años
5 años de experiencia	Empleado con dominio operativo	Especializarse y certificarse	\$12,000 - \$18,000 MXN	3 a 5 años
10 años o posgrado	Trayectoria consolidada	Acceder a liderazgo o consultoría	\$20,000 - \$35,000 MXN	5 a 10 años
Independiente	Freelancer o consultor	Construir marca personal	\$25,000 - \$50,000 MXN	2 a 5 años
Empresario	Dueño de negocio	Escalar y automatizar	\$60,000 - \$200,000+ MXN	Variable

Reflexión: Tu posición actual no define tu destino. Lo que importa es cuál es tu siguiente paso.

Sección 3: Los 5 pasos para lograr movilidad social y profesional

1. Reconoce tu punto de partida

Basado en metodología de diagnóstico ocupacional. Es necesario conocer tus ingresos actuales, habilidades duras y blandas, nivel de formación, y estatus socioeconómico (ver CEEY).

2. Define tu meta de movilidad

El enfoque por competencias indica que definir un puesto meta y condiciones deseadas permite alinear esfuerzos formativos hacia un objetivo concreto (en lugar de formarse al azar).

3. Identifica tu brecha de habilidades

Con base en el marco de habilidades de CONOCER y el WEF, se puede hacer un contraste entre las competencias actuales y las requeridas por el mercado. Este paso permite priorizar qué aprender primero.

4. Diseña y ejecuta un plan de carrera profesional

Inspirado en la teoría del aprendizaje experiencial (Kolb), el plan debe incluir acción, reflexión, mejora continua y validación de resultados (proyecto integrador, certificación, entrevistas, etc.).

5. Aprende a negociar tu valor

Basado en teorías de capital humano y capital simbólico (Bourdieu). El profesional debe presentar su valor en términos de resultado, no de esfuerzo, y saber comunicarlo en contextos de negociación.

Lecturas recomendadas:

- Informe de movilidad social en México (CEEY): <https://ceey.org.mx>
- Compara Carreras (IMCO): <https://compara.carreras.imco.org.mx>
- Encuesta Nacional de Ingreso y Gasto en los Hogares (ENIGH - INEGI): <https://www.inegi.org.mx>
- Foro Económico Mundial: Reporte de habilidades del futuro 2023
- Observatorio Laboral: <https://www.observatoriolaboral.gob.mx>

Fuentes consultadas:

- CEEY (2023). Encuesta ESRU de Movilidad Social.
- INEGI (ENIGH 2022 - ENOE 2023).
- IMCO (Compara Carreras 2023).
- Observatorio Laboral (STPS - CONOCER).
- BBVA Research: Estratificación socioeconómica en México 2023
- CEPAL: Aprendizaje a lo largo de la vida y desarrollo económico en América Latina
- Datos internos de ICEMéxico.

Actividades sugeridas para el alumno (Tarea):

- Realizar su prueba de PYXOOM
- Reflexionar: ¿En qué escalón de la escalera de valor estoy?
- Definir su meta de movilidad en ingresos, puesto y plazo.
- Detectar al menos 3 habilidades que necesita desarrollar para lograr su objetivo.

Este manual es material complementario para la Clase 1 del programa Plan de Carrera Profesional de ICEMéxico.