



GUÍA PARA IDENTIFICAR UN MENTOR CON **NRMN**

Guided Virtual Mentorships



-
- Te exhortamos a ser parte de la red de investigadores *National Research Mentoring Network* (NRMN) en <https://nrmnet.net/nih-notice/>.
 - En la sección **Guided Virtual Mentorships** del portal [NRMNet](#) puedes identificar 3 mentores virtuales inscritos en la red y comunicarte para que contribuyan a tu desarrollo académico y ayudarte a buscar más información sobre oportunidades de investigación y estudios graduados.



- Usa el [tutorial anexo](#) del “**Guided Virtual Mentorships**”. Debes crear tu cuenta (*login*) y luego entrar a la sección “*Guided Virtual Mentorships*”. También, puedes ver el video de la sección.
- Contesta 5 preguntas que se usan para buscar en la red NRMN hasta 9 mentores virtuales y que el sistema te recomiende los mejores 3.
- Si es necesario, busca ayuda para contestar las preguntas. Puedes comenzar con tus profesores de inglés.
- Después de seleccionar el mentor, le envías un correo electrónico invitándolo/a a ser tu mentor en NRMN. No tienes que hacerlo inmediatamente.



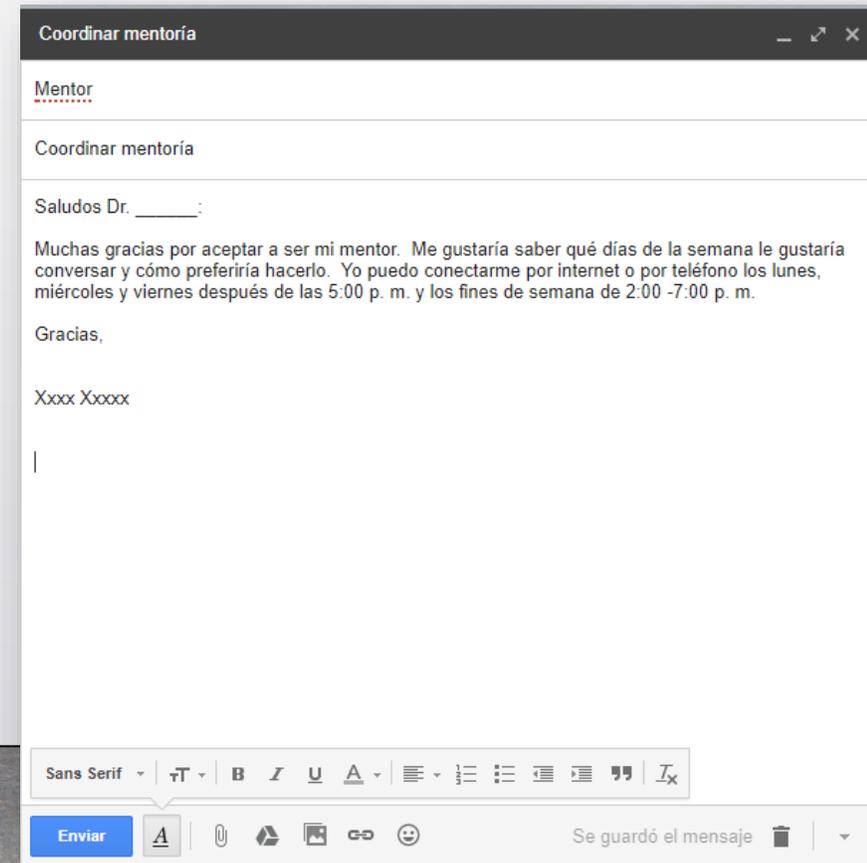


A continuación, algunos consejos para que tengas una excelente experiencia de mentoría que te apoye a cumplir tus objetivos desarrollando liderazgo, autogestión y perseverancia y comiences a construir tu red académica y profesional.

¡Toma la iniciativa!

1. Cuando identifiques el/la mentor/a y él o ella acepten, NRMN les envía una lista de temas y actividades sugeridas para que ambos conversen por móvil, teléfono o *Skype*.

- Debes asumir la iniciativa para que las reuniones con tu mentor/a se completen regularmente. Para esto, tu mentor y tú deben llegar a acuerdos sobre cómo se van a comunicar y si lo hacen 1 o 2 veces a la semana, cada dos semanas, etc.



- 
2. Antes de comenzar las conversaciones sobre los temas que sugiere NRMN, hablen sobre qué quieres lograr de la mentoría (tus objetivos) y pregunta sobre las expectativas del mentor/a. Además, lleguen a acuerdos sobre los días y la hora de la mentoría.
- Recuerda que los mentores tienen horarios ocupados y tú debes iniciar estas conversaciones.

- 
3. Si el pareo con los mentores en la red no cumple con tus objetivos, puedes invitar a un profesor, profesora, investigador o investigadora que sientas puede apoyarte en tus planes a que se inscriba en NRMNet y así estará disponible para el pareo que te interesa.

Expande tus redes con CienciaPR

4. Puedes encontrar mentores adicionales en [CienciaPR](#). Usa la función de búsqueda para encontrar profesores o científicos en universidades, disciplinas, carreras o etapas de entrenamiento específicas. Envíales un mensaje a través del sistema pidiéndoles que se inscriban en [NRMNnet](#). Utiliza el mensaje ejemplo en la Guía de Mentoría.



- 
- En [CienciaPR](#) puedes identificar profesores, estudiantes graduados y otros profesionales e invitarlos a conectar contigo como mentores en NRMN. Con la búsqueda avanzada, puedes encontrar miembros que sean de instituciones, disciplinas, carreras o etapas académicas específicas.



BLOGS CIENCIAPR

Miembros - Los ciudadanos comunes y la desertificación



Miembros - Instalan antena de rastreo de aves en Isla Maguieyes



Miembros - El Capítulo Zeta Épsilon es Galardonado en la Convención Distrital de Caribe 2016-2017

Más

NOTICIAS CIENTÍFICAS

- Las monas en Puerto Rico viven más al tener lazos sociales estrechos
- El Observatorio de Arecibo estudia dos enormes asteroides
- Raíces del mangle rojo pueden beneficiar la salud

Más

RADIOCÁPSULAS

NUESTROS MIEMBROS



Wilmer Rivera De Jesús



Andy Moreno



Michelle Martínez Montemayor

BÚSQUEDA DE MIEMBROS

Escriba las palabras clave.

[Búsqueda Avanzada](#)
[Directorio de Miembros](#)

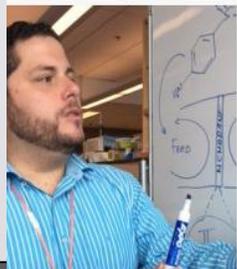
ANUNCIANDO EL UPR-IPERT



Adiestramiento en investigación biomédica y de salud.
 Talleres, certificados, conferencias virtuales y más.
¡Inscríbete aquí!

ANDO DE

l 14 Mayo 2017 - 3:51pm



Búsqueda de Miembros Avanzada

La búsqueda avanzada de miembros te permite hacer búsquedas de cualquier término o términos bajo diferentes parámetros. Puedes separar términos con espacios o puedes buscar frases exactas poniéndolas entre comillas (ej. "Puerto Rico"). Si entras términos bajo categorías diferentes, la búsqueda te devolverá los perfiles que tengan la información seleccionada en TODAS estas categorías (en otras palabras, se asigna la función "AND" entre las diferentes categorías).

Puedes usar un asterisco (*) al comienzo o al final de parte de un término para ampliar los resultados de la búsqueda. Por ejemplo, puede si buscas "microbio*", te devolverá resultados que tengan microbiología, microbiólogo, microbio, microbios, etc.

Como hemos añadido nuevos campos a los perfiles de miembros, tienes la opción de hacer búsquedas con algunos de los parámetros viejos y de hacer búsquedas con algunos de los parámetros nuevos. Como no todos los usuarios han añadido su información geográfica, el mapa puede que sólo enseñe parte de los resultados.

Nombre Apellido(s) Sobre Mi

Institución Ciudad Estado o Provincia

Country Interés Empresarial Posición

Afganistán
 Albania
 Alemania
 Andorra

None
 A little
 Interested
 Very Interested
 I Do Not Know

Academic-University: Research Associate or Technician
 Academic-University: Lecturer or Instructor
 Academic-University: Adjunct Professor
 Academic-University: Assistant Professor
 Academic-University: Associate Professor
 Academic-University: Full Professor (or above)
 Academic-University: Leadership (Chair, Dean, etc)
 Academic-University: Other

Etapa de Entrenamiento Grado Recibido Disciplina Científica

Elementary or High School Student
 Undergraduate
 Masters Student
 PhD Student
 MD or Other Health Degree Student
 MD-PhD Student
 Academic Postdoc
 Industry Postdoc

None
 High School
 Associate Degree
 B.A.
 B.S.
 M.A.
 M.S.
 M.P.H.

Ciencias en General
 Ciencias biológicas
 -Biología general
 -Comportamiento
 -Bioquímica o biofísica
 -Bioinformática
 -Biotecnología
 -Botánica o biología de plantas
 -Biología de cáncer

Intereses de Mentoría Información de proyecto Género Título de Posición

High School Students
 Undergraduates
 Graduate Students
 Postdocs
 New Faculty
 Industry Scientists
 Entrepreneurs
 Other

Selecciona uno o más parámetros y dale a "Buscar" para ver los resultados

- Selecciona uno de los miembros de CienciaPR y escríbele un mensaje invitándolo a que sea tu mentor.



Mapa Satélite

Google

Enseñando 1 - 36 de 36

Nombre	Institución	Disciplina Científica Principal
 Jose Orlando Alemán-Díaz	New York University School of Medicine	Bioquímica o biofísica, Medicina
 Abel Baerga Ortiz	Universidad de Puerto Rico, Recinto de Ciencias Médicas	Bioquímica o biofísica
 Adriana Baez	Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras	Biología de cáncer
 Carmen Lydia Cadilla	Universidad de Puerto Rico, Recinto de Ciencias Médicas	Bioquímica o biofísica
 Carmen Lydia Cadilla	Universidad de Puerto Rico, Recinto de Ciencias Médicas	Bioquímica o biofísica
 Zobeida Cruz-Monserrate	The Ohio State University	Biología de cáncer
 Enrique M De La Cruz	Yale	Bioquímica o biofísica

Ver perfil de usuario.

Mi Información -

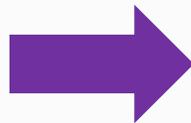


Enrique M De La Cruz

Yale University

Sector y Tipo de Empleo: [Universidad: Catedrático \(Full Prof. or above\)](#)

Interés Científico Principal: [Bioquímica o biofísica](#)



Envía un mensaje privado

Identifica relación profesional

Publicaciones de este miembro

Mis Websites -

Esríbele un nuevo mensaje a *Enrique M De La Cruz*

Para *

Puedes añadir otras personas al email. Separa los nombres o direcciones con comas.

- Si has establecido conexiones en CienciaPR, puedes enviar un mensaje a todas tus conexiones. Ejemplo: "colegas"
- Para añadir personas individuales, comienza a escribir su nombre y escoge el miembro correcto.

Enrique M De La Cruz

Asunto

Mentoring Opportunity?

Mensaje

B *I* U

Dear Dr. De La Cruz,

My name is María Rodríguez and I am an undergraduate at University of Puerto Rico, Cayey. I am very interested in a career in biomedical research and would like to connect to people like you who could mentor me. If you are available for mentoring, I invite you to join the National Research Mentoring Network virtual mentoring portal here: <https://nrmnet.net/virtual-mentoring/>

I would be honored if you agreed to be my mentor through this NIH-funded 4-month program.

Sincerely,

María Rodríguez

Path: p

Enviar mensaje

Consigue mentores para un verano de ciencia

5. Si uno de tus objetivos es hacer investigación durante un intercambio o en verano, o realizar estudios graduados en una institución específica, o instituciones en una región geográfica que te interese, puedes buscar la institución en [CienciaPR](#), identificar investigadores de tu interés e invitarlos a que se unan a [NRMNet](#) para que puedas completar el programa de mentoría con alguno de ellos. Además, una vez seas admitido, puedes buscar estudiantes graduados en las instituciones que te interesan para que te aconsejen sobre cómo acoplarte.



La actividad de mentoría dura aproximadamente 4 meses y es una excelente oportunidad para tu crecimiento personal, académico y profesional.



TUTORIAL

Instrucciones para inscribirte a la **Mentoría Virtual Guiada** (*Guided Virtual Mentorships*)
como Estudiante

1. Crea tu cuenta en [NRMNet.net](https://www.nrmnet.net)

NRMN
National Research Mentoring Network

Search this website ...

ABOUT NRMN OUR PROGRAMS PARTNER WITH NRMN UPCOMING EVENTS PUBLICATIONS VIDEO LIBRARY **NRMN LOGIN**

UNLOCKING SCIENTIFIC POTENTIAL THROUGH MENTORSHIP

The National Research Mentoring Network supports your advancement at every career stage of research in the biomedical sciences.

Experience mentorship and professional development programs designed to hone your practices and deepen your connection to the diverse nationwide scientific community.

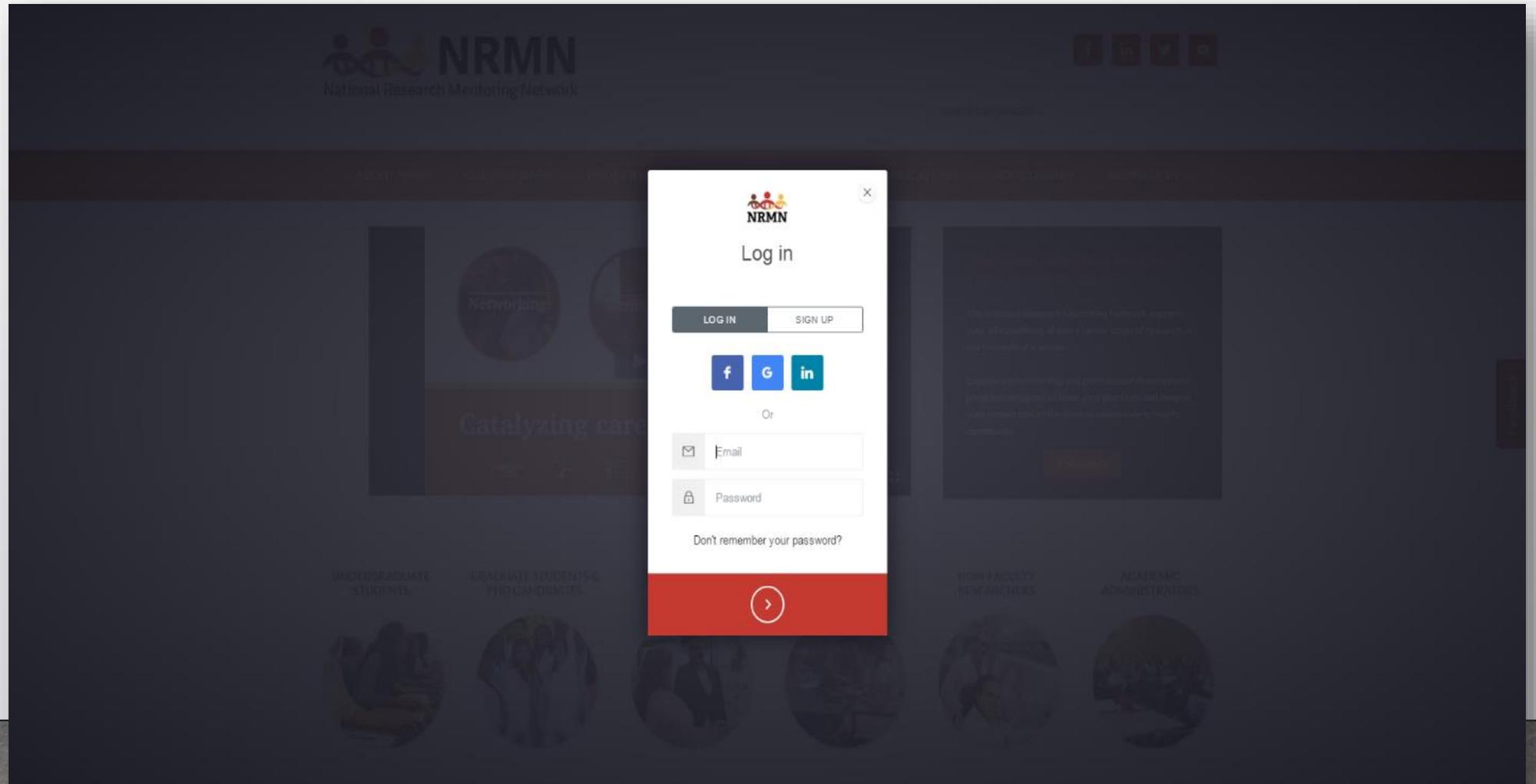
JOIN NRMN

Feedback

UNDERGRADUATE STUDENTS GRADUATE STUDENTS & PHD CANDIDATES POSTDOCTORAL RESEARCHERS JUNIOR & SENIOR FACULTY NON-FACULTY RESEARCHERS ACADEMIC ADMINISTRATORS

RECENT POSTS FEATURED PAGE UPCOMING EVENTS

2. Completa tu perfil en tu cuenta



3. Presiona el botón **Guided Virtual Mentorships**

The screenshot shows the NRMN website interface. At the top left is the NRMN logo (National Research Mentoring Network) with three stylized human figures in red, yellow, and blue. To the right are social media icons for Facebook, LinkedIn, Twitter, and YouTube. Below the logo is a red navigation bar with links for Home, MyNRMN, Guided Virtual Mentorships, and My Training, and a user profile 'Joe Doe' on the right. The main content area is titled 'NRMN Applications' and features three cards: 'MyNRMN', 'Guided Virtual Mentorships', and 'MyTraining'. The 'Guided Virtual Mentorships' card is highlighted with a blue border, and its 'Take Me There' button is also highlighted with a blue border. The 'MyNRMN' card includes the text 'JOIN 5,000+ MEMBERS FROM ACROSS THE COUNTRY!' and an illustration of people labeled 'Mentee', 'Mentor', and 'Administration'. The 'Guided Virtual Mentorships' card features a video player with a play button and the text 'How do you define and deal with failure?' and 'SAMPLE DISCUSSION PROMPT'. The 'MyTraining' card shows a calendar with blue pushpins and the text 'Discover and take part in NRMN programs and events. Use your NRMN calendar to apply to participate in upcoming training programs and workshops, register for online webinars, discussion panels, and more.'

NRMN
National Research Mentoring Network

Home MyNRMN Guided Virtual Mentorships My Training Joe Doe ▾

NRMN Applications

MyNRMN

JOIN 5,000+ MEMBERS FROM ACROSS THE COUNTRY!

Browse profiles of mentors and mentees from around the country and build your network by connecting with users that share interests with you.

Take Me There

Guided Virtual Mentorships

Engage in a one-on-one mentorship involving a weekly discussion over the course of 4 months where you and your partner will receive prompts and suggested discussion topics to guide your interactions each week.

Take Me There

MyTraining

Discover and take part in NRMN programs and events. Use your NRMN calendar to apply to participate in upcoming training programs and workshops, register for online webinars, discussion panels, and more.

Take Me There

Feedback

4. Completa tu perfil para optimizar el pareo con un mentor que te interese.

Secure | <https://accounts.nrmnet.net/profile>

Apps ★ Bookmarks www.cayey.upr.edu [Google Translate](#) [Oficina de Ética Gub-](#) [Real Academia Españ](#) [NYU > Faculty Resou](#) [Instituto de Investigo](#) [Solicitud de comunic](#) >> | Other bookmarks

 **NRMN**
National Research Mentoring Network

[Home](#) [MyNRMN](#) [MyMentor](#) [MyTraining](#)

Please take a moment to provide us with the following personal information. When you are done, your profile will be complete, giving you access to part programming. **This information is confidential and used for research purposes only.**

First Name: <input type="text" value="First name"/>	Current University: <input type="text" value="What university are you attending/working for?"/>
Middle Initial: <input type="text" value="Middle initial"/>	Major / Field of Study: <input type="text" value="What is your major / field of study?"/>
Last Name: <input type="text" value="Last name"/>	Zip Code: <input type="text" value="12345"/>
Member Type: <input type="text" value="I am a Mentee or Mentor"/>	Gender: <input type="text" value="What is your gender?"/>
Citizenship: <input type="text" value="What is your citizenship status?"/>	Race: <input type="text" value="With which races do you most identify?"/>
Parent / Legal Guardian Attended College: <input type="text" value="Did any of the adults who raised you complete a bachelors degree?"/>	Ethnicity: <input type="text" value="Are you Hispanic or Latino?"/>
Cell Phone: <input type="text" value="000-000-0000"/>	Sexual Identity: <input type="text" value="Which of the following describes your sexual orientation/identity?"/>
Education Level: <input type="text" value="Where are you in your education/training?"/>	Disability: <input type="text" value="Do you have any of the following disabilities?"/>
Career Level: <input type="text" value="Where are you in your career?"/>	Which organization referred you? <input type="text" value="Select the organization or group that referred you to join NRMN."/>
Degrees: <input type="text" value="What advanced degrees do you have?"/>	Source of Visit: <input type="text" value="How did you find NRMNet.net?"/>

Need Help? Contact mnc@nrmnet.net

By clicking the Submit button, you agree to National Research Mentoring Network (NRMNet) User Agreement

Feedback



5. Coteja tu email para recomendaciones.

- Nota: Te van a ofrecer 9 opciones de mentores, destacando las primeras 3 opciones que parean con tus intereses.

6. Revisar los perfiles de los potenciales mentores para obtener más información y ayudarte a tomar tu decisión de escoger a un mentor o mentora virtual.

QUESTIONS ABOUT ME

5%
there

? *About this question*

The following pages ask questions about you. Some questions contribute to matching and others collect demographic information that we use to understand our user population.

Some answers are prepopulated from your registration through NRMNet.Net.

Please click the "Next" button until you receive a question you have not yet answered.

What is your country of citizenship?

United States

Filter: Choose up to 5

- United States
- South Georgia and the South Sandwich Islands
- Korea, Democratic People's Republic of
- Macedonia, the former Yugoslav Republic of
- Saint Helena, Ascension and Tristan da Cunha
- Canada
- Andorra

next»

QUESTIONS ABOUT MY MATCH

75%
there

? [About this question](#)

The next series of questions ask about your preferred match partner.

What advanced degrees or programs would you like your mentor to have completed?

Bachelor (BS, BA, BAS) ▾

Filter: Choose up to 5 or "No preference" 

- Bachelor (BS, BA, BAS)
- Associate (AS, AA, AAS)
- Some Graduate School
- Masters Degree
- PhD
- Post-doctoral Training/Appointment
- MBA

«back

next»

QUESTIONS ABOUT ME

90%
there

The last set of questions populate your user profile. These questions include personal statements, employment, and college experience items. All of the remaining questions will be profile visible.

Personal Tagline
(100 character limit)

Your tagline sits directly below your name on your profile -- It should be a short desc
Your tagline sits directly below your name on your profile -- It should be a short descriptor of you.
E.g., Parasitologist at UTEP & big soccer fan!

About Yourself
(one paragraph
for others to see)

Please provide a paragraph (or two) about yourself to help others learn more about you. Bios that include professional and personal interests help your potential partners understand the whole you. For example, sharing why you love your STEM field; a brief and accessible description of your

Mentoring
Aspiration (one
paragraph
for others to see)

Please describe what you hope to gain from your mentoring experience. A personal statement about why you are interested in a mentorship is meaningful to potential partners. Include why you are seeking a mentorship now; how you hope to benefit from mentorship, or how you have

Picture
(Optional, can be
added later,
1MB size limit.)



Browse >
No file selected

«back

next»

7. ¡Decide cuál es el mejor mentor o mentora para ti!

The screenshot displays the NRMN MentorNet website interface. At the top left is the NRMN logo (National Research Mentoring Network) with a count of 1398 Mentees and 793 Mentors. The top right features the MentorNet logo with the tagline "Experience a Better Future A Division of Great Minds in STEM™" and navigation links: MY NETWORK, MY PROFILE, RESOURCES, NRMN, CONTACT US, LOG OUT.

The main content area shows a user profile for "NRMN tester2" with a test message. To the right, under "Recommendations", there are three cards for mentors: Andrew Feig (Chemistry Professor and Associate Dean, Wayne State University), Sarah Fritz (Visiting Assistant Professor of Biology), and Blake Riggs (Examining organelle inheritance at San Francisco State University). Below this is a "My Network" section with a note to click on a photo to invite a former mentor or to chat.

At the bottom, there is a video player for "How To Send An Invitation To A Recommended Mentor" and a message: "Please watch this 8-minute Orientation Video to help you prepare for a successful guided virtual mentorship!". A question mark icon and contact information "Questions? Let us know at program@mentornet.net" are also present, along with a close button for the message.

The footer contains links for home, logout, and report a problem.

8. Envíale una nota por email para conectar con ese mentor y luego espera que te confirme su disponibilidad.

The screenshot displays the NRMN MentorNet website interface. At the top, the NRMN logo (National Research Mentoring Network) is on the left, and navigation links (MY NETWORK, MY PROFILE, RESOURCES, NRMN, CONTACT US, LOG OUT) and the MentorNet logo (Experience a Better Future, A Division of Great Minds in STEM™) are on the right. Below the navigation bar, there are statistics: 1398 Mentees and 793 Mentors. The main content area features a profile for Sarah Fritz, a Visiting Assistant Professor of Biology. Her profile includes a photo, a bio, and a list of her research interests and experience. At the bottom of the profile, there are two buttons: "Click to invite this person to be your mentor" and "Click to remove this recommended mentor".

NRMN
National Research Mentoring Network

1398 Mentees | 793 Mentors

MY NETWORK | MY PROFILE | RESOURCES | NRMN | CONTACT US | LOG OUT

MentorNet
Experience a Better Future
A Division of Great Minds in STEM™

A little bit about: Sarah Fritz

My mentoring aspiration...
The exceptional mentorship I experienced while an undergraduate student at Gettysburg College was pivotal in my pursuit and successful completion of a Ph.D. in Biomedical Science. With a desire to "pay it forward", I seek to provide the same guidance and inspiration as a mentor in the NRMN while growing as an educator and mentor as well.

I major(ed) in ...
Ph.D., Biomedical Science at The Ohio State University
B.S., Biochemistry and Molecular Biology at Gettysburg College

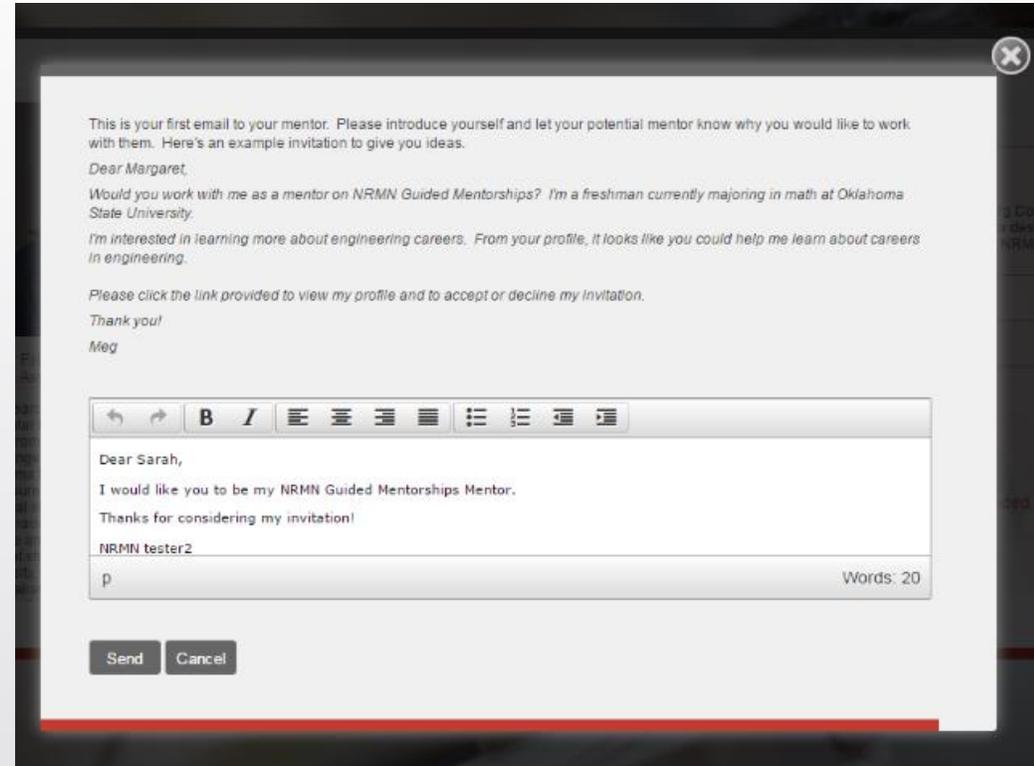
I have completed...
Bachelor (BS, BA, BAS)
PHD

I have experience in...
Biochemistry
Biology
Cellular Biology and Anatomical Sciences
Molecular Biology
Genetics
Microbiology and Immunology

Click to invite this person to be your mentor | Click to remove this recommended mentor

home | logout | report a problem

9. Recibirás un email cuando tu mentor acepte tu invitación oficialmente y luego recomenzarás a recibir avisos, así que debes estar pendiente. ¡Tu mentor y tú recibirán el mismo aviso!



10. Coordina el mejor horario/días para reunirse virtualmente con tu mentor y decidan el medio de comunicación que quieran utilizar en su relación de mentoría.





¡FELIZ MENTORÍA!