



Taller 5: "¿Vale la pena reutilizar todo?"

Reflexión sobre copiar y reutilizar soluciones

Al analizar distintos intentos de aplicar rutinas de otros aplicadas sobre uno mismo se noto lo siguiente:

Casos donde "copiar-pegar" no funcionó del todo

- Rutina de estudio tipo "Pomodoro YouTuber"
- Qué copié: Técnica Pomodoro estricta (25 min estudio, 5 min pausa, 4 ciclos).
- Resultado: Generaba más estrés que productividad. Sentía que el temporizador me interrumpía justo cuando estaba concentrado.
- Personalización necesaria: Ajusté los bloques a 45 minutos y pausas más largas cuando terminaba una tarea completa.
- Lección: Las técnicas deben adaptarse a tu ritmo mental y tipo de tareas. No todo lo que le sirve a alguien con otro estilo de vida o energía es útil para ti.

Uso de apps de organización como Notion (plantillas de terceros)

- Qué copié: Plantilla completa de productividad semanal y hábitos de un influencer.
- Resultado: Se veía bien, pero la usaba solo unos días porque era demasiado compleja.
- Personalización necesaria: Simplifiqué el diseño, eliminé secciones que no usaba (como "mood tracker" o "journaling diario").
- Lección: Copiar estructuras complejas puede abrumarte. Hay que simplificar y adaptar para que encaje con tu realidad.

Casos donde la reutilización fue efectiva

- Planificación semanal de comidas (inspirado en Pinterest)
- Qué copié: Lista fija de recetas fáciles para los días de semana.
- Resultado: Funcionó muy bien. Ahorra tiempo, dinero y evita improvisar comidas.
- Adaptación mínima: Solo cambié algunas recetas por versiones más saludables o más económicas.
- Lección: Cuando una estructura cubre una necesidad práctica básica, puede reutilizarse casi sin cambios.

Técnica "Time blocking" en Google Calendar

- Qué copié: Asignar bloques de tiempo a tareas específicas cada día.
- Resultado: Muy útil para organizar la semana y reducir la ansiedad.
- Adaptación: Fui más flexible, dejando bloques vacíos para imprevistos.
- Lección: Algunas metodologías generales son poderosas si las aplicas con criterio.



**ESCUELA POLITÉCNICA NACIONAL
FACULTAD DE INGENIERÍA DE SISTEMAS
INGENIERÍA DE SOFTWARE**

**Alejandro Minda
Nick Valverde**

Conclusión

No todo se puede ni se debe reutilizar sin pensar. La clave está en evaluar si lo que estás tomando en cuenta encaja con tus objetivos, contexto y estilo de trabajo. Adaptar toma más tiempo, pero suele ser más sostenible. Reaprovechar puede ser eficiente si se trata de estructuras universales o procesos simples.