



## Taller 4: "Evoluciona tu flujo de trabajo como una API"

### Rutina analizada: Estudiar para exámenes

Durante el semestre, prepararme para los exámenes fue una de las actividades que más demandó adaptación, reflexión y mejora. Abordé esta rutina como si fuera un sistema versionable, y al igual que una API, fui refinando sus "endpoints", optimizando sus recursos y reduciendo su "latencia" (estrés y tiempo malgastado).

### Versión 1.0 – El método tradicional

#### *Descripción del flujo inicial*

Mi forma de estudiar al principio del semestre se basaba en una serie de pasos poco estructurados:

- Leía apuntes impresos o documentos PDF sin organización previa.
- Subrayaba pasajes con resaltador, sin criterios ni códigos de color.
- Estudiaba en completa soledad, sin intercambio de ideas ni dudas con otros.
- No usaba ninguna aplicación de organización ni temporizadores.
- Solía estudiar a partir de las 9 o 10 de la noche, incluso después de un día agotador.

### Problemas y limitaciones detectadas (bugs del sistema):

Problema	Descripción
Gestión ineficiente del tiempo	Estudiaba apenas 1 o 2 días antes del examen, lo que generaba una carga intensa de último momento.
Estrés alto	El cansancio físico y mental acumulado, sumado al poco sueño, generaban ansiedad y bloqueos mentales.
Rendimiento inconsistente	A veces me iba bien, otras no tanto. Dependía mucho de la memoria inmediata más que de la comprensión.



### ***Resultado general:***

- Tiempo diario promedio: 3 a 4 horas (en vísperas del examen).
- Resultado académico promedio: 7/10.
- Nivel de estrés: 8/10.

### **Versión 2.0 – Flujo de estudio optimizado e iterativo**

#### ***Cambios implementados:***

1. Técnica Pomodoro:  
Intervalos de 25 minutos de estudio concentrado + 5 minutos de descanso.  
Me permitió mantenerme enfocado sin saturarme.
2. Uso de herramientas digitales:  
Notion para organizar temarios, dividir tareas, planificar por días.  
Trello para usar tarjetas de repaso con el sistema de repetición espaciada.
3. Estudio visual y activo:  
Elaboración de mapas mentales y esquemas para entender relaciones entre conceptos.  
Aplicación del método Feynman: explicar los temas a otros o incluso en voz alta para comprobar comprensión.
4. Estudio anticipado:  
Empecé a preparar los exámenes con una semana o más de anticipación, dividiendo contenidos por bloques.
5. Revisión en grupo:  
Organizar sesiones de estudio colaborativo me ayudó a identificar lagunas y consolidar lo aprendido.



### Ventajas observadas:

Ventaja	Impacto
Distribución equilibrada del estudio	Me permitió evitar el agotamiento de estudiar todo en poco tiempo.
Mayor retención y comprensión	Gracias a repasos regulares, mapas mentales y el uso activo de la información.
Menor estrés y mayor confianza	Llegaba al examen sintiéndome preparado, lo cual redujo significativamente la ansiedad.

### Evaluación comparativa con métricas:

Métrica	Versión 1.0	Versión 2.0
Tiempo promedio por día	3-4 horas (solo vísperas)	1-2 horas (durante 7-10 días)
Resultado académico	7/10	9/10
Nivel de estrés (1 a 10)	8	4
Calidad del sueño	Baja	Alta (evité desvelos)
Nivel de comprensión	Superficial (memorización)	Profundo (entendimiento real)

### Conclusión

La comparación entre la versión 1.0 y la 2.0 muestra una transformación clara y beneficiosa. Al tratar mi rutina como un sistema modular, pude identificar componentes ineficientes y sustituirlos por estrategias con mejor rendimiento. El resultado fue una mejora integral tanto en lo académico como en lo emocional.

Componentes reutilizables clave:

- Pomodoro para concentración y descansos.
- Notion y Trello como herramientas de gestión y repaso.



- Planificación anticipada.
- Estudio visual y colaborativo.
- Revisión activa mediante la explicación a otros.

La evolución de esta rutina demuestra que, así como una API mejora con cada versión, también nuestras prácticas cotidianas pueden refactorizarse, optimizarse y documentarse para lograr un rendimiento sostenible y escalable.