

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



Ejemplo de “copiar-pegar”: Técnica de estudio de YouTubers que usan Notion hiperorganizado.

- Resultado: no se adaptó bien, perdía más tiempo organizando que estudiando.

Ejemplo de reutilización efectiva: Técnica de repaso activo (flashcards de Anki) de otro estudiante.

- Resultado: integración exitosa y sostenible en mi flujo de estudio.

Reflexión final:

-  Reutilizar es útil si el contexto es similar y el esfuerzo de adaptación es bajo.
-  Adaptar es clave cuando se trata de hábitos personales, energía, y motivación.