**Ventajas**:

* La mejora la productividad de las personas.
* Mejora en los hábitos de programación.
* Mejora en la calidad.
* Buena comunicación entre los integrantes.

**Desventajas:**

* Cada uno de los miembros tiene que tener el compromiso y la disciplina de seguir el plan.
* Debe de contar con un buen conjunto de métricas y parámetros de calidad.