

Análisis de Riesgos Personales

Alexys Gomez Elizalde

Descripción Personal

Soy estudiante universitario de la carrera de ciencias de la computación. Mi día a día implica balancear mis responsabilidades académicas con mis pasatiempos y trabajos informales, lo cual puede ser un reto, ya que 24 horas al día no son suficientes además de que mi energía no es ilimitada. Además, me preocupo por mi salud física y mental, y trato de mantener un equilibrio en mi vida social y los hobbies.

Tipificación de Riesgos Personales

- **Riesgo de salud (asma y salud mental):** Soy asmático por lo que el ejercicio o esfuerzo lo tengo que tener controlado para no tener una crisis de asma. Además, por la carga de tareas y las calificaciones trato de cuidar mi salud mental. Existe el riesgo de tener una crisis de asma en algún momento al hacer ejercicio o una depresión si descuido mi salud mental.
- **Riesgo financiero (falta de ahorro):** De vez en cuándo tengo trabajos que me permiten tener dinero pero no es lo suficiente para poder costear cosas extras que se necesiten por lo que dependo bastante del dinero que recibo de mis padres.
- **Riesgo académico (bajo rendimiento):** Al entrar a la facultad tuve una racha de bajo rendimiento académico por lo que ahora voy bastante atrasado en cuanto a el plan de estudios y el tiempo de la carrera por lo que me ha atrasado en otras áreas de la vida como el conseguir un empleo con relación a la carrera.
- **Riesgo tecnológico (pérdida de datos importantes):** Mis estudios dependen de mi computadora y almacenamiento digital. Una falla en el equipo podría causar la pérdida de datos y cuentas importantes.
- **Riesgo tecnológico (almacenamiento):** Debido al acceso constante a grandes volúmenes de información de proyectos escolares o personales y tecnología, podría pasar que haya problemas para guardar y filtrar documentos, notas, prácticas, relevantes.

Matriz de Riesgos

	DESCRIPCIÓN	PROBABILIDAD	IMPACTO	NIVEL DE RIESGO
R1	SALUD	2	5	10
R2	FINANCIERO	2	2	4
R3	ACADÉMICO	4	2	8
R4	TECNOLÓGICO	3	3	9
R5	TECNOLÓGICO	4	1	9

	BAJO (1-2)	MEDIO (3-4)	ALTO (5)
PROBA IMPACTO			
BAJO (1)		R5	
MEDIANO (2)	R2	R3	
MEDIO (3)		R4	
ALTO (4)			
MUY ALTO (5)	R1		

Plan de Contingencia

1. Asma y salud mental

- **Acciones preventivas:** Organizar mejor mi tiempo para incluir descansos regulares y hacer ejercicio para mejorar mi salud mental.
- **Acciones reactivas:** Si llego a sentirme agotado, tomarme un día libre o reducir temporalmente mis horas de estudio.
- **Estrategias personales:** Establecer un horario fijo para dormir al menos 7 horas diarias y hacer actividades como natación o caminar.

2. Falta de ahorros

- **Acciones preventivas:** Crear un presupuesto mensual y destinar un porcentaje fijo mínimo a ahorros.

- **Acciones reactivas:** En caso de emergencia financiera, reducir gastos innecesarios y buscar fuentes alternativas de ingresos, como trabajos o venta de objetos.
- **Estrategias personales:** Llevar un registro de mis gastos para tener control sobre mi situación financiera.

3. Bajo rendimiento

- **Acciones preventivas:** Utilizar un calendario para planificar las entregas y estudiar regularmente en lugar de dejar todo para último momento.
- **Acciones reactivas:** Si no puedo terminar una tarea a tiempo, comunicarme con los profesores para pedir prórrogas o ajustes en las fechas de entrega.
- **Estrategias personales:** Priorizar tareas según su relevancia y dedicar tiempo específicos para estudiar.

4. Pérdida de datos importantes

- **Acciones preventivas:** Hacer copias de seguridad automáticas de todos mis archivos importantes en la nube y tener actualizadas las aplicaciones que tienen guardado de datos.
- **Acciones reactivas:** En caso de pérdida de datos, utilizar servicios de recuperación de datos o intentar restaurar desde las copias de seguridad.
- **Estrategias personales:** Mantener mi equipo actualizado y en buen estado para evitar fallas técnicas.

5. Almacenamiento

- **Acciones preventivas:** Utilizar herramientas de gestión de información y guardado en la nube, limitar el acceso a fuentes irrelevantes.
- **Acciones reactivas:** Conseguir almacenamiento extra de emergencia y usar las opciones de limpieza automática que tienen los almacenamientos en la nube.
- **Estrategias personales:** Conseguir unidades de almacenamiento preparadas para usar en el semestre y hacer una limpieza de datos mensual.