

# 5 Tips Infalibles para No Procrastinar y salvar el semestre



01

## Crea un plan de estudio organizado

Divide los temas por día y asigna bloques de tiempo para cada materia. Usa herramientas como Google Calendar o una agenda física para mantenerte al día. ¡Nada de dejar todo para el último día!

02

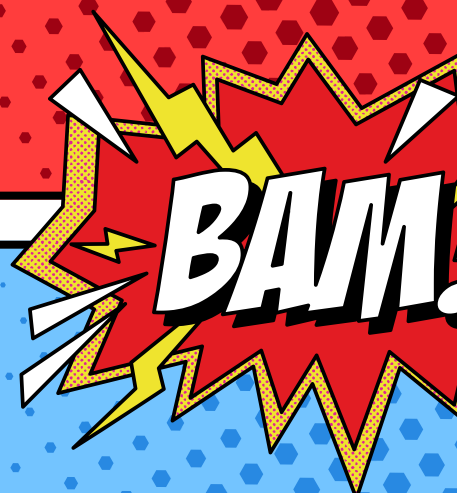
## Aplica la técnica Pomodoro

Estudia en intervalos de 25 minutos con 5 de descanso. Este método te ayudará a mantener la concentración y evitar el agotamiento.

## Elimina distracciones

Apaga las notificaciones de tu celular 📵 y crea un espacio de estudio limpio y cómodo. Si necesitas música, opta por playlists de enfoque en plataformas como Spotify.

03



04

## Prioriza las tareas difíciles

Empieza por lo más complicado cuando estés más fresco. Así tendrás energía para avanzar en lo que más esfuerzo requiere y terminarás el día con las tareas más ligeras.

## Cuida tu mente y cuerpo

Descansa lo suficiente 🛌, hidrátate 💧 y come snacks saludables 🥑 para mantener tu energía. ¡Recuerda que tu bienestar es clave para rendir al máximo!

05

## Bonus Tip: Celebra tus avances

Cada vez que completes un tema o tarea, date un pequeño premio. Esto te motivará a seguir adelante.

