

¿Qué hacer mientras eres un estudiante universitario?



Juventud... Precioso regalo. Sin embargo y sin afán de buscar deprimirnos, no nos durará para siempre, por ello te recomendamos disfrutar mucho esta etapa sin dejar de prepararte para la que viene.

Mientras estás cursando tu licenciatura, además de aprovechar tus clases y aprender mucho de todo lo que está a tu alcance en la uni, dedica tiempo a tus seres queridos y a cultivar otros hábitos que te harán más fácil esta etapa y serán de gran utilidad en un futuro.

Lee...

Y mucho. Es mucho más fácil a esta edad y aún tendrás tiempo para realizar ésta, la más productiva de las actividades. Lee todo lo que puedas, desde revistas, hasta manuales, libros, biografías, autoayuda (sí, también), artículos de Internet... Siempre y cuando la fuente sea confiable, te servirán de referencia y para cimentar tus opiniones.

Los beneficios son muchísimos; además de que aprenderás sobre temas relacionados a tu carrera, puedes aprender sobre temas interesantes mientras desarrollas tu agilidad mental también. ¡Qué mejor que enriquecer tu opinión con testimonios de todo el mundo! No hay límites 😊



Hacer amigos

Es muy común que los amigos que hagas en la universidad los conserves para toda la vida. Ya sean tus compañeros de clase, de cuarto, de talleres, de equipo deportivo o cultural... estas personas marcarán tu vida para siempre. Date la oportunidad de conocer nuevas personas acudiendo a todos los eventos que la universidad te ofrece, pues no sabemos de las personas que nos estamos perdiendo por conocer. Además, tampoco sabemos cuándo estas personas podrían ser socios comerciales en el futuro o compañeros de trabajo; el networking es importante y recomendable en esta etapa 😊

Cuida tu cuerpo

Cuando estamos en la universidad creemos y es posible, que nuestra salud sea impecable y difícilmente algo nos dañe. Si esta es tu situación, nos alegramos mucho por ti; disfrútalo. Sin embargo te recomendamos que cuides tu salud ejercitándote, comiendo bien y tratando de dormir a tus horas. No te excedas festejando ;).



Come bien

Lo decimos por experiencia. Le paso al hijo del amigo del primo de un vecino, no a nosotros. Pero a esta edad creemos que cualquier alimento que comamos no tendrá consecuencias a largo plazo. Ya olvídate de subir de peso, una mala alimentación puede traer consecuencias serias como anemia, descompensaciones o diabetes, no te descuides.

Sabemos que comer y comer lo que nos gusta es uno de los más grandes placeres de la vida, pero te recomendamos vigilar desde ahora lo que comes para no arrepentirte después. Recuerda, todo con moderación, tanto la dieta balanceada como la que no lo es tanto.

Cuídate

Igual que la anterior, una vida de excesos en esta etapa puede pasarnos factura (y muy cara) más adelante en nuestra vida. Desvelos, excesos, presiones, aunque inevitables a veces, pueden afectarnos seriamente en un futuro.

Trata de evitar dañar tu cuerpo lo más posible; recuerda que sólo tenemos uno para habitar.



Aprende

Aprovecha tu tiempo de universitario y utilízalo para aprender nuevas habilidades, nutrir tu mente, perfeccionar un idioma...

Adopta buenos hábitos

Lo más difícil de esto es comenzar y cuanto antes mejor. Los hábitos adquiridos duran para siempre si los nutrimos; comienza a desarrollar los tuyos pensando a futuro.

Cuida tus finanzas

Empieza desde ahora a planear y cuidar de tus finanzas para que más adelante, situaciones financieras complicadas no te tomen por sorpresa.



Viaja

Sabemos que quizá tus recursos por el momento estén limitados, pero te recomendamos que aproveches las oportunidades que tengas de viajar y coleccionar experiencias emprendiendo viajes. Claro, fijate que sea a través de una agencia segura y no dejes de avisarle a tu familia en dónde estarás.

No tiene que ser a un lugar caro o lejano, simplemente seguro y enriquecedor.

Dedícale tiempo a tus seres queridos

Te encuentras en un momento de tu vida en el que la mayoría de las personas no tiene presiones y responsabilidades que los obliguen a prescindir de pasar tiempo con familia y seres queridos. Sabemos que viajar de la uni a tu casa puede no ser barato y muy tardado, pero si ahora no encuentras tiempo para visitarlos, te será aún más difícil cuando tengas que trabajar de tiempo completo.

Trata de hacer tiempo para ver a tu familia y amigos, especialmente en fechas importantes, así, nutrirás y cuidarás esas relaciones al hacerles saber que están presentes.

Háblales por teléfono, escríbeles un e-mail, salúdalos en whatsapp, déjales saber que te interesas por su día a día y su bienestar.

¿Qué te parecen estos consejos? Si tienes alguno que, como graduado con más experiencia, puedas compartir con tus compañeros, no dudes en comentarnos.