

# ESTRATEGIAS CIENTÍFICAS PARA ESTUDIAR MEJOR

elSiglo.mx

- **INFORMACIÓN NOVEDOSA Y DIVERTIDA**  
Subraya, crea historias detalladas,  
haz gráficas o mapas mentales



- **SEPARA LOS TIEMPOS DE ESTUDIO**  
No te satures; divide la información en  
trozos pequeños y revísalos consistentemente

- **COME ALGO SALUDABLE**  
El cerebro necesita glucosa;  
opta por frutas en vez de golosinas



- **ESTUDIA EN LUGARES DIFERENTES**  
Mejora la concentración y relaciona una  
experiencia nueva con la información



- **HAZ UN POCO DE EJERCICIO**  
Esto crea, mejora y fortalece las  
conexiones neuronales

- **RESUME LOS PUNTOS**  
Da más claridad, organización y  
ayuda a repasar más fácilmente