

# Gestión de tiempo: una herramienta para ser más productivos

Según la **Universidad de California** las personas tardan en promedio 23 minutos y 15 segundos en volverse a concentrar, acciones tan sencillas como ver una foto o revisar las redes sociales pueden hacernos perder la atención y más en estos tiempos de home office, personalmente considero que estamos en un proceso de adaptación aprendiendo a sobrellevar el teletrabajo y las labores del hogar, por ello resulta fundamental hacer un análisis de cómo gestionamos nuestro tiempo.

Ya sea en la oficina o en el hogar, los pendientes siempre seguirán sumándose. Por ello, un paso esencial en la gestión del tiempo es conocer qué es realmente un pendiente urgente y qué puede esperar, gracias a la tecnología hoy podemos acceder a diversas aplicaciones que nos pueden ayudar cuales son esas pequeñas cosas ocupan nuestro tiempo y sobre ello tomar medidas correctivas en nuestro nuevo horario. He seleccionado algunas apps que considero serán de ayuda para este proceso de modificación de gestión de tiempo puedes usarlas para temas laborales o deberes personales.

## Wunderlist

El primer paso es “organizar”. Para ello, esta aplicación nos ayudará a crear listas de las tareas del día. Sin embargo, al finalizar la jornada laboral nos daremos cuenta que no siempre

se puede cumplir con todo lo escrito. Por eso es importante concentrarnos en las tareas más importantes y saber organizar las que quedan pendientes sin saturarse.

## **ATracker**

¿Quieres saber cuánto tardas en realizar cada una de tus actividades?, entonces esta aplicación te funcionará. Es una herramienta compatible con distintos dispositivos, y lo que hace es arrojar estadísticas a través de gráficos en donde se puede ver cómo se gasta (o invierte, mucho mejor) el tiempo en la oficina.

Al ver los gráficos sabrás cuántas actividades se hicieron, cuánto tiempo se invirtió en cada una, cuáles tomaron más tiempo. Esta información es valiosa para tomar decisiones y llevar una gestión de tiempo en el trabajo.

## **Trello**

Esta aplicación es ideal para además realizar tareas en grupo o de manera personal ya que puede adaptarse a los distintos tipos de actividades. Si eres un directivo o manejas un equipo, esta aplicación es ideal para conocer cómo están gestionándose las tareas, puedes compartir notas y adicionar comentarios.

# Rescuetime

Si realmente desear tener un análisis de las actividades que realizas en el día y cómo estás invirtiendo el tiempo, esta aplicación analiza toda la actividad de tu computadora y celular y te envía graficas de las actividades que te hacen perder el tiempo. Con ello puedes realizar un cambio en tus procesos laborales y ser más productivo.

# StayFocusd

Y para finalizar, si quieres tomar acción y combatir aquellas páginas que te distraen tanto, StayFocusd te permite bloquear todas las redes sociales o páginas que representan una distracción constante, puedes programar el bloqueo por el tiempo que necesites y luego desactivarlo al culminar tu objetivo.