

# ¿Qué nos impide ser productivos?



# Un mundo moderno

Vivimos en una época donde ser productivo parece ser un superpoder.

Todo el mundo busca la productividad en sus actividades, sea la que sea.

**Muchas veces perdemos productividad de nuestras actividades en cosas muy simples.**



# ¿Cómo mejorar?



No intentes hacer cambios radicales en tu rutina, empieza por hacer micro-cambios que te ayudarán poco a poco a mejorar.

# Productivity Killers

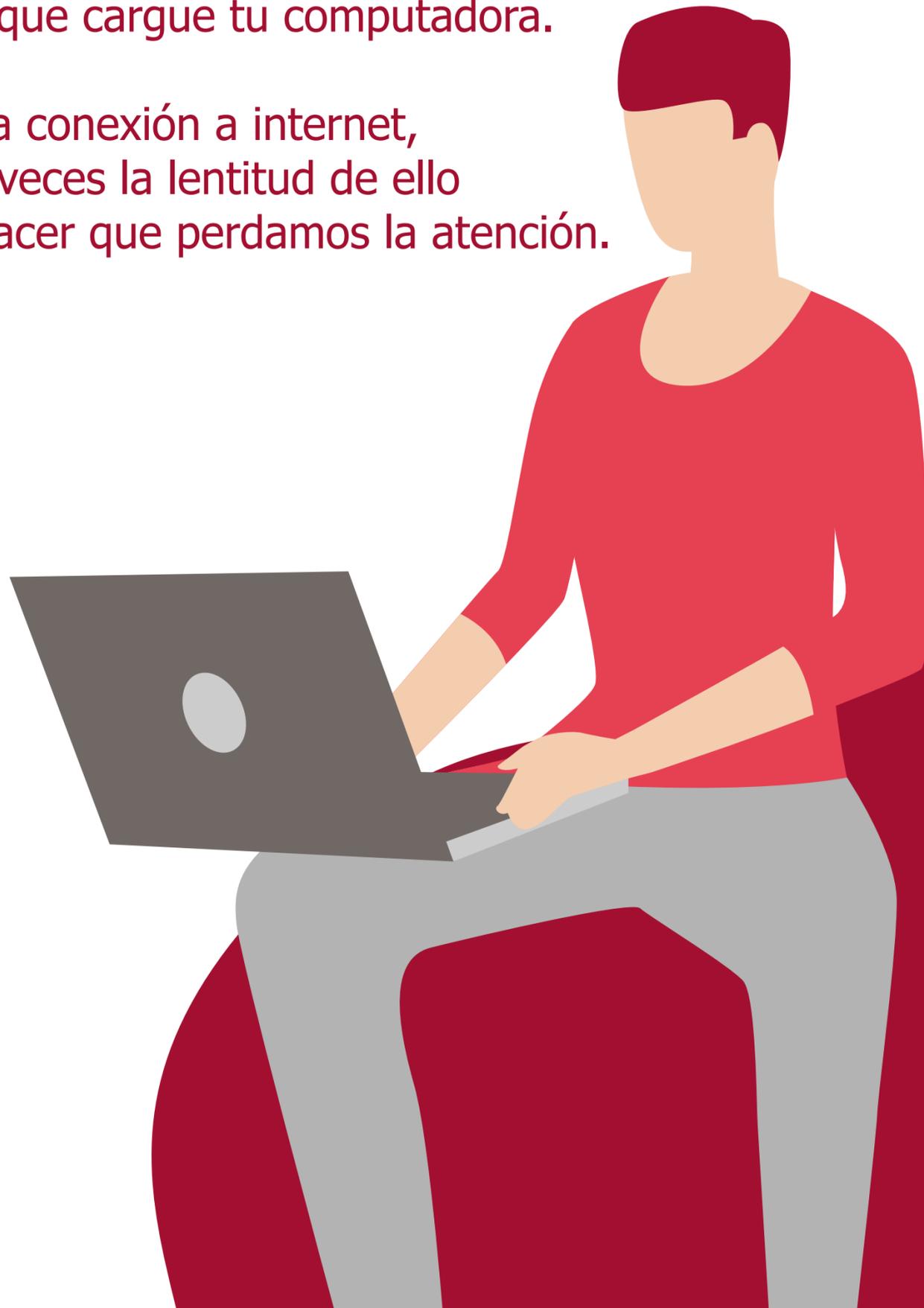
**Sí, son los que muchas veces nos retrasan o no nos dejan hacer las cosas.**

Hoy te compartiremos cómo evitarlos cuando estés en la computadora, en el trabajo, en tu casa y en tu vida.



# En la computadora

- No estés usando el celular mientras esperas que cargue tu computadora.
- Mejora la conexión a internet, muchas veces la lentitud de ello puede hacer que perdamos la atención.



# En el trabajo

- No te tardes más de 10 minutos en servirte un café o ir por agua.
- No vayas a reuniones que no tienen que ver en nada con tu trabajo.
- No empieces tu día sin saber que va a hacer ese día.



# En tu Casa

- No acomodes cosas en lugares que no van.
- No estés viendo la televisión mientras hacer una actividad importante.



# En tu vida

- Aprender algo nuevo todos los días, aprender cosas nuevas te ayudarán a realizar una mejor ejecución de tus actividades.
- No delegando cosas que no te benefician en tus tiempos.
- Haciendo ejercicio, eso te puede beneficiar para empezar tus días de manera más activa.

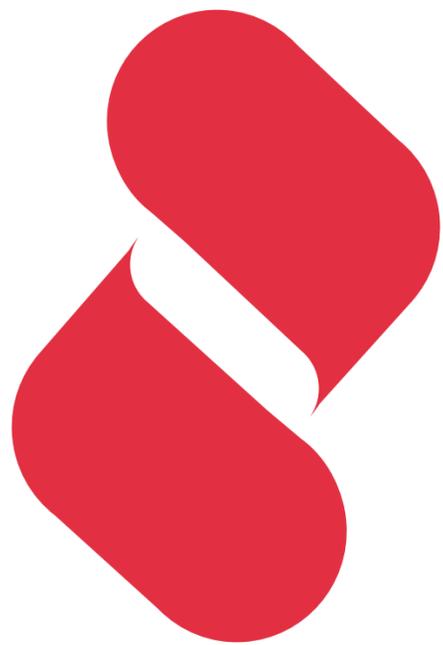


# Cambios



Empieza con algunos cambios de hábitos y poco a poco te darás cuenta en cómo te benefician en tu día a día.

**Visita**



**ZCANIT**

**[www.zcanit.com](http://www.zcanit.com)**

