

Recta final con sabor a café - Levante - 28/05/2017

TESTIMONIOS



«Hago resúmenes a mano porque así memorizo mejor los temas»

ALEJANDRO, 25 AÑOS
ESTUDIANTE DE 4.º DE ADE



«El semestre lo he llevado al día, pero el final de curso es estresante»

MARINA, 19 AÑOS
ESTUDIANTE DE 2.º DE MEDICINA



«Utilizo un subrayador para cada cosa y estudio en voz alta»

LUIS, 18 AÑOS
ESTUDIANTE DE 1.º DE DERECHO



«Durante la temporada de exámenes tomo dos cafés cada día»

ASUNTA, 19 AÑOS
ESTUDIANTE DE 1.º DE BIOQUÍMICA Y CIENCIAS BIOMÉDICAS

Exámenes finales. Miles de estudiantes de la Universitat de València afrontan la recta final del curso escolar preparando los exámenes abusando de café y bebida energética. Hacen más horas que un reloj en la biblioteca y la convierten en su segunda casa ya que muchos, por suerte o por desgracia, comen y cenan allí. Ahora, muchos se arrepienten de no haber ido a clase o de habérselo dejado todo para última hora.

Recta final con sabor a café

► Las bibliotecas de València, abarrotadas de estudiantes con horarios imposibles que afrontan los exámenes decisivos

PABLO ALBERT VALÈNCIA

■ Los más de 65.000 alumnos de la Universitat de València (UV) encaran el periodo más duro del curso académico: los exámenes finales. Desde el pasado 15 de mayo y hasta el 7 de julio -fecha en la que finalizan las pruebas evaluativas en segunda convocatoria- los estudiantes viven y comen, literalmente, en las bibliotecas de los diferentes campus de la Universitat.

Sus dietas están formadas por grandes cantidades de café y diversas bebidas energéticas y, en el mejor de los casos, por platos preelaborados que comen in situ para no perder su silla en la biblioteca. Y es que pese a que las salas de estudio adoptan el formato 24 horas en periodos de examen -a excepción de la del campus de Tarongers que finalizará su horario intensivo el 30 de junio-, «como no madrugues, hasta la hora de comer por lo menos, despidete de encontrar un sitio para poder estudiar», cuenta un grupo de estudiantes de Magisterio mientras toman un café en la puerta de la biblioteca.

Sobre las técnicas de estudio que emplean los alumnos para poder salir airosos de este periodo decisivo, hay de todo: desde subrayadores de varios colores para diferenciar un tema de otro hasta pósters con las palabras clave de cada unidad didáctica, pasando por los dibujos para memorizar conceptos y los tradicionales esquemas. Un sinfín de opciones que, de lejos, no son las únicas.

Carmen y Marina, estudiantes de 2º de Medicina, cuentan a **Levante-EMV** que intentan llevar el semestre al día pero reconocen que «el final de curso está siendo muy estresante». Las dos amigas explican que en su caso, la planifi-



Estudiantes en la biblioteca del Campus de Tarongers. M.A. MONTESINOS

Los expertos recomiendan estudiar en tandas de 45 minutos y realizar un breve descanso

La mayoría de los estudiantes madruga para coger un sitio en la biblioteca y come allí para no perder la silla

cación le ayuda «muchísimo», realizan esquemas y una programación al dedillo para no quedarse atrás.

Luis e Ismael, en el primer año de la doble titulación en Derecho y ADE, confiesan que en comparación con el semestre anterior, «nos hemos relajado y estamos muy estresados». Ismael opta por realizar mapas conceptuales y memorizar mientras que Luis prefiere estudiar en voz alta y utilizar subrayadores de varios colores, «uno para las fechas, otro para los artículos y otro para las instituciones». Ambos coinciden en una cosa: «se nos acumulan los libros para leer».

Asunta tiene 19 años y ha comenzado Bioquímica y Ciencias

Biomedicas este curso y explica que no abusa «ni de la cafeína ni de las bebidas energéticas», matizando que de normal solo se toma un café «y cuando llegan los exámenes puedo hacerme dos al día».

Al contrario que Luis e Ismael, Asunta lleva este semestre mejor que el primero porque «ahora ya sé lo que es, a principio de curso perdía mucho tiempo en organizar pero ahora me planifico, sé por donde van las cosas».

Como la carrera que estudia «es un poco diferente al resto porque aquí tienes que entender y no memorizar», Asunta puntualiza: «cuando acabo cada tema, lo repaso, hago esquemas, miro ejer-

cicios y hago muchos problemas».

Alejandro tiene 25 años, está en 4º de ADE y comenta con un compañero de clase mientras habla con este periódico que este curso le está costando más. «Tengo asignaturas de casi todos los cursos porque al volver del Erasmus y reconocer las materias cursadas, se me trastocó todo el plan de estudios» y pide, en aras de favorecer a estudiantes venideros, que «se faciliten los contratos académicos porque si no es todo un desastre».

En cuanto a las técnicas de estudio que realiza, cuenta: «hago resúmenes a mano porque así memorizo mejor el contenido, me planifico mucho y tomo mucho café», y añade que nunca se ha presentado a un examen sin dormir. «Al contrario, soy de los que piensan que el día antes del examen hay que descansar».

Lo que recomiendan los expertos

Precisamente, los hábitos como los que sigue Alejandro son los que hay que adoptar. Los expertos recomiendan la planificación con antelación de un calendario de trabajo de cada asignatura, distribuir los temas y procurar no dejar ningún contenido para el final. De este modo, el día previo al examen se puede dedicar a repasar y afianzar lo aprendido.

Los especialistas afirman que los tiempos de estudio deben estructurarse en periodos máximos de 45 minutos a los que debe seguir un breve descanso para después proseguir con el estudio y que es muy importante la programación de otras actividades durante la temporada de exámenes, como practicar algún deporte o salir a caminar.