

**LA GUÍA
DEFINITIVA**

— DE —

**LECTURA
RÁPIDA**

LA GUÍA DEFINITIVA DE LECTURA RÁPIDA

© Lectura Ágil Todos los derechos reservados.

¿Te gustaría leer y aprender más, pero no tienes el tiempo para hacerlo?

¿Sientes que te estás perdiendo cosas y oportunidades por falta de información o de tiempo?

¿Trabajas largas horas y a veces hasta el fin de semana te encuentras realizando investigaciones para tu trabajo?

¿Te gustaría tener más tiempo para lo que realmente te apasiona o pasar más tiempo con tu pareja o tus hijos?

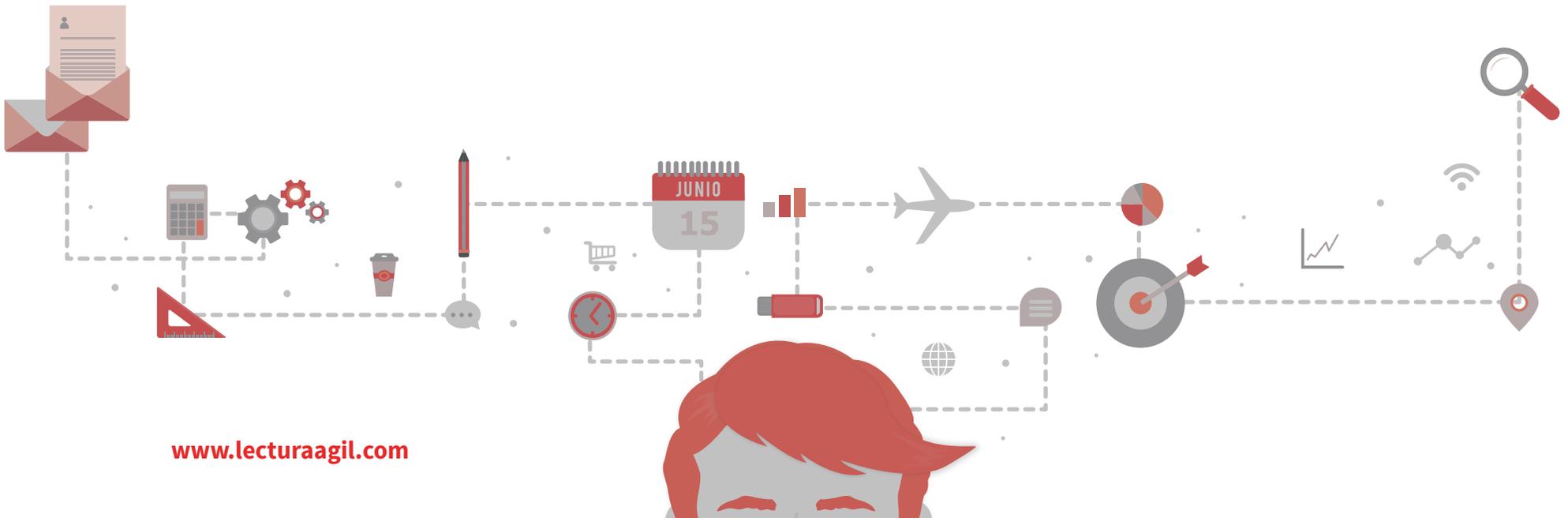
SI HAS CONTESTADO ALGUNA DE LAS PREGUNTAS CON “SI”, HABER ENCONTRADO ESTE DOCUMENTO PODRÍA, LITERALMENTE, CAMBIAR TU VIDA.

EL PROBLEMA:

Estamos en la era de la información, pero la mayoría de las personas todavía utilizan las técnicas de lectura de la era industrial del siglo pasado.

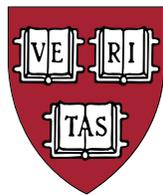
HECHOS SOBRE LA EDAD DE LA INFORMACIÓN

- Cada año se publican más de 20.000 nuevos libros.
- Cada día recibimos 300 veces más información que una persona hace 15 años.
- Estamos generando cada dos días la misma cantidad de información que se había generado desde los inicios de la humanidad hasta el año 2003.



La información disponible está creciendo potencialmente y lo que marca la diferencia entre los que seguirán hablando de crisis y los que triunfarán en los próximos años será **la habilidad de aprender más información... En menos tiempo.**

Universidades como Harvard u Oxford
llevan años enseñando estas técnicas...
Y esta guía te enseña las bases para
conseguirlo tú mismo



HARVARD
UNIVERSITY



LECTURA ÁGIL ES LA MAYOR PLATAFORMA DE LECTURA RÁPIDA EN EL MUNDO HISPANOHABLANTE

- Nuestro blog tiene más de 200.000 suscriptores
- Tenemos más de 150.000 seguidores en Facebook
- En los próximos 10 años, nuestro objetivo es convertir a 1.000.000 de personas en lectores ágiles



¿TE IMAGINAS CÓMO SERÍA SI PUDIERAS LEER MÁS RÁPIDO?

- ¿Qué quieres aprender?
- ¿Quieres aprender un nuevo idioma...?
- ¿O iniciar un nuevo negocio?
- ¿O estar preparado para un examen...?

LAS POSIBILIDADES SON,
LITERALMENTE, INFINITAS...

¡OK! EMPEZAMOS...

Para leer más rápido, tenemos que reconocer nuestros antiguos hábitos de lectura y reemplazarlos por nuevos hábitos.

**“SI BUSCAS
RESULTADOS
DISTINTOS, NO
SIGAS HACIENDO
LO MISMO QUE
HASTA AHORA”**

ALBERT EINSTEIN



VIEJO HÁBITO N°1

Un lector lento recita la lectura en su cabeza. Pero nuestro cerebro piensa en imágenes, no en palabras.

Si contemplas una imagen puedes captar miles de palabras en cuestión de segundos y si ves un signo de “stop” en la carretera o el logo de “coca cola” en un cartel, no tienes que leer las palabras, sino que captas su significado instantáneamente.

Para leer más rápido tienes que comenzar a minimizar esta voz interior.

VIEJO HÁBITO N°2

Un lector promedio pasa una tercera parte de su tiempo re-leyendo las mismas partes del texto.

¿Te ha pasado alguna vez que has leído unos párrafos mientras estabas pensando en algo completamente diferente y tenías que re-leerlos por completo?

Para leer más rápido tienes que dejar de re-leer las mismas partes del texto.

VIEJO HÁBITO N°3

Un lector lento lee palabra por palabra.

Nuestros ojos funcionan como una cámara fotográfica y cada vez que leen una palabra tienen que enfocar. Esto se denomina “fijación”.

Cada fijación cansa la vista, cansa el cerebro y ralentiza la lectura.

Para leer más rápido tienes que aprender a leer más de una palabra con cada fijación.

¿CÓMO ROMPER ESTOS VIEJOS HÁBITOS?
VAMOS A COMENZAR A MEJORAR TU
VELOCIDAD DE LECTURA.

USA TU MANO O UN BOLÍGRAFO PARA LEER MÁS RÁPIDO.

Los ojos están naturalmente atraídos por movimiento. Si sigues por debajo de los renglones con la mano un un bolígrafo (cerrado), puedes guiar tus ojos.

Si empiezas a mover tu “guía” más rápido, tu lectura se acelera.

ENTRENA TU VELOCIDAD.

Durante la lectura intervienen tres aspectos: velocidad, comprensión y memoria. Tenemos que mejorar cada uno de ellos.

Comenzamos con la velocidad, porque si quieres leer más rápido, primero tus ojos tienen que aprender a ver más rápido.

La meta del entrenamiento de velocidad es leer intencionadamente más rápido de lo que normalmente harías y no vas a comprender todo, pero en este momento no es el objetivo.

Para el entrenamiento necesitas un libro. Lo ideal es un libro de no-ficción que sea fácil de comprender. No importa si es un libro que ya has leído.

¿TIENES EL LIBRO?



SEGUIMOS.

RECUERDA, NO VAMOS A LEER PARA
COMPRENDER, SINO PARA ENTRENAR
LA VELOCIDAD. LA META ES ENTRENAR
TUS OJOS PARA VER MÁS RÁPIDO.
UNA VEZ QUE TE ACOSTUMBRES A
ESTO AÑADIMOS ESTRATEGIAS DE
COMPRESIÓN* Y MEMORIA.

* Una pregunta que nos hacen frecuentemente es si al incrementar la velocidad de lectura se pierde comprensión. La respuesta: Durante los primeros entrenamientos de velocidad la comprensión baja. Pero una vez rompas los viejos hábitos de lectura y la lectura ágil se convierta en tu forma habitual de leer, tu comprensión será incluso mejor que la de un lector normal. La razón es que el cerebro de un lector lento se aburre, se distrae fácilmente y empieza a pensar en cualquier cosa menos lo que está leyendo. Al aumentar la velocidad de lectura, el cerebro está más ocupado y se concentra mejor, lo que mejora la comprensión. Además de esto trabajaremos la comprensión con estrategias específicas para ello.

PRIMERO VAMOS A DETERMINAR TU PUNTO DE PARTIDA

1. Prepara un temporizador o cronómetro para que te avise después de 1 minuto
2. Lee en tu libro durante 1 minuto y haz una marca en donde terminas
3. Cuenta cuántas palabras tiene de media cada renglón de tu libro (cuenta por ejemplo las palabras de cinco renglones y divide el número total de palabras por cinco)
4. Cuenta cuántas líneas has leído y multiplica el número de líneas por el número promedio de palabras por línea
5. Apunta aquí cuántas palabras has leído: _____

EJERCICIO:

ENTRENAMIENTO DE VELOCIDAD

ASEGÚRATE DE UTILIZAR TU MANO O EL BOLÍGRAFO PARA GUIAR TUS OJOS

1. Comienza a leer en tu libro a tu velocidad normal (con buena comprensión) durante 10 minutos. recuerda hasta dónde llegaste y si quieres marca este punto en tu libro.
2. Vuelve a leer el mismo texto (hasta donde llegaste antes) en 7 minutos.
3. Vuelve a leer el mismo texto (hasta donde llegaste antes) en 6 minutos.
4. Vuelve a leer el mismo texto (hasta donde llegaste antes) en 5 minutos.
5. Vuelve a leer el mismo texto (hasta donde llegaste antes) en 4 minutos.

TEST DE LECTURA

Después de terminar el entrenamiento de velocidad, lee durante **1 minuto cronometrado** en tu libro.

Cuenta las líneas que has leído y multiplica este número con el promedio de palabras por línea en tu libro que calculaste antes.

¿CUÁNTO HAS MEJORADO?

EL RESULTADO ES SORPRENDENTE, ¿VERDAD?

Puedes comparar la experiencia con conducir tu coche en la autopista. Si conduces durante un tiempo a alta velocidad, cuando vuelves a conducir a una velocidad normal, ¿cómo te sientes? ¿te da la sensación de ir muy despacio?

La razón es que una vez que te acostumbras a una alta velocidad, la velocidad “normal” se siente más despacio.

PRÓXIMOS PASOS

Primero, te animo a practicar el entrenamiento de velocidad durante unos días. Mejorar tu velocidad de lectura es como entrenar un músculo. En cuanto más entrenes, más crecerá.

Por otro lado, si quieres nuestra ayuda personalizada para doblar y hasta quintuplicar tu velocidad de lectura y estás listo para trabajar también tu comprensión y memoria, echa un vistazo a nuestro curso Lectura Ágil.

Es un curso 100% en línea e incluye un software de entrenamiento automatizado.

Garantizamos que doblas tu velocidad de lectura en 21 días.

El incremento promedio de nuestros alumnos es de 188% y al terminar el curso, muchos llegan a leer 1.000 palabras por minuto.

Tenemos un vídeo de aproximadamente 20 minutos de duración, donde nuestro profesor senior, Felipe Bernal Montes, explica todos los detalles del curso y de las técnicas que enseñamos.

 **SI TE INTERESA, HAZ CLIC AQUÍ PARA VER ESTE VÍDEO.**