

CEREBRO DIGITAL

Sistema diario

01 IDEAS CLAVE

- Un sistema define cuándo entra la IA y qué revisas.
- Agrupar tareas similares reduce interrupciones.

02 MARCO DE TRABAJO

Momento -> Entrada -> Proceso -> Revisión -> Salida.

03 PONLO EN PRACTICA

Diseña dos bloques del día con entrada, resultado y revisión.

04 EJEMPLO APLICADO

A las 9:00 recopila pendientes; al cierre revisa resultados y decide.

05 PLANTILLA REUTILIZABLE

Momento []; entrada []; proceso []; revisión []; salida [].

06 COMPRUEBA TU RESULTADO

¿Cumple el objetivo? ¿Usa datos reales? ¿Respetar límites? ¿Puedes verificarlo?

TU RESPUESTA / NOTAS
