

¡Le funcionan! 5 “leyes” de Janet Gutiérrez para destacar en ciencias



Ganadora del Premio Nacional de Ciencias 2020 y catedrática del Tec de Monterrey comparte acciones que adoptó para destacar en su carrera y cumplir ese objetivo.

11/02/2021

Pixabay

Porfirio Ramos Negrete

A propósito del **Día Internacional de la Mujer y la Niña en la Ciencia** que se celebra cada **11 de febrero**, la ganadora del **Premio Nacional de Investigación 2020, Janet Gutiérrez**, nos comparte **5 hábitos** que adoptó en su vida para tener éxito profesional.

La intención de la catedrática del **Tec de Monterrey**, es **motivar mayor participación de las mujeres en las ciencias** y aclara que estos hábitos aplican para todas las personas.

*“Niñas, mujeres, el tipo de persona que seas es independiente de lo que puedes llegar a ser como profesionista; **tener pensamiento científico es importante***

para cada individuo que habitamos el mundo”.

El pensamiento científico es importante para cada individuo en el mundo.



La investigadora piensa que las condiciones del mundo actual no son las que la humanidad sueña y que **para transformarlo son necesarias la ciencia y la tecnología.**

*“Ciencia y tecnología no es sólo una persona en el laboratorio que utiliza bien una computadora; estas también van ligadas de las ciencias sociales y las humanidades. **Nos requerimos a todos para tener un pensamiento crítico y cambiar al mundo”.***

Estos son los **5 hábitos que la doctora Gutiérrez** aplicó en su vida y que a la postre, le significaron ganar el máximo premio al que aspiran una científica o científico en México.

1. Priorizar actividades

Para este paso, la investigadora considera importante **tener orden y dar relevancia las cosas que realmente importan**, para dar pie al segundo paso.

*“Ciencia y tecnología no es sólo una persona en el laboratorio que utiliza bien una computadora; estas también van ligadas de las ciencias sociales y las humanidades. **Nos requerimos a todos para tener un pensamiento crítico y cambiar al mundo**”.*

2. Tener metas claras

*“Levantarte cada día con la claridad de que en la manera en que realices tus actividades, te ayudarás como persona y profesionalista, y **ser crítico de las actividades que no te van a agregar valor**”.*

3. Aplicarse al hacer las cosas

Para lograrlo es necesaria una buena organización del tiempo. La doctora Gutiérrez señala que **las cosas que no vale la pena hay dejarlas ir**, para dar la bienvenida a las que si se visualizaron.

4. Enfoque desde el inicio

Gutiérrez Uribe considera que, si bien es cierto que las mujeres pueden realizar varias cosas a la vez, es necesario **se concentren en los objetivos marcados** para lograr las metas.

Enfocarse para no desviarse en la consecución de objetivos



*“Se va a escuchar muy loco, pero de chiquita veía las revistas de mis tías, una de ellas manejaba un slogan que decía: **para la mujer que lo quiere todo**. Me quedó muy clavado en la mente y dije: **pues sí, la verdad sí lo quiero todo como mujer**”.*

5. Dedicar tiempo para diversas actividades profesionales y personales

*“Tener una familia, tener una carrera, tener tiempo para pensar en cómo avanzar como personas, **equilibrar actividades que puedan surgir en el camino y ser***

adaptable”.

Como en toda aplicación científica, existen “leyes” con apartados a observar que refuerzan una hipótesis. A continuación, algunos que recomienda la doctora Gutiérrez.

Buscar equilibrio entre los diferentes aspectos de la vida



MOTIVACIÓN PROPIA

La motivación es algo que cada persona debe aprender a crear. La interacción con personas o factores externos puede afectar en la manera de actuar y tomar decisiones.

*“Si tienes muy claro lo que quieres ser, **no va a importar si alguien te dice algo que te pueda desanimar, porque tienes muy claro cuáles son los pasos que vas a seguir**; no es fácil, pero nadie te va a venir a ayudar más que tú misma”.*

APRENDER A DECIR “NO”

*“Aprender a decir **no voy a ver unas horas la televisión** y mejor lo voy a dedicar a leer más. **No a relaciones tóxicas**, hay millones de personas; con algunas de ellas podrás formar **círculos de interacción positiva donde tú y los demás crecen al mismo tiempo**”.*

Priorizar actividades



ENCARAR LOS MOMENTOS RETADORES

La doctora **Janet Gutiérrez** relata que un momento retador en su vida fue la maternidad.

*“Para muchas mujeres, **el momento de ser mamá te pone en muchos dilemas**, en lo particular este espíritu maternal que tenemos, en mi caso sí entró el conflicto de ¿por qué no puedo estar todo el tiempo con mis hijos?”.*

Enseñar a sus hijos y practicar independencia personal le fueron de ayuda, así como apoyarse en otras personas y de servicios.

*“La guardería de **campus Monterrey** me hizo sentir tranquila; pude hacer otras cosas además de ser mamá, y **me generó un nivel de organización que no había tenido antes**”.*



No olvidarse de los aspectos de la vida personal

TENER MENTORES

Escoger una maestra o maestro favorito, platicar y soñar juntas o juntos, ayuda a **encontrar maneras creativas de salir adelante en los retos** que se presenten.

*“La mayoría de los que tenemos la vocación de ser maestros tenemos esta visión de ver a cada uno de los alumnos que pasan, incluso de los que no toman clase con nosotros; **verlos convertirse en algo mucho mejor de lo que somos como profesores**”.*

SIGUIENTES METAS

Tras ganar el **Premio Nacional de Investigación 2020**, se abrieron nuevas expectativas y metas por cumplir para **Janet Gutiérrez**.

La ingeniería va ligada a las ciencias sociales y las humanidades



“Apoyar la generación de empresas de base tecnológica, sí tengo un sueño de emprendimiento y de desarrollo, pero la realidad es que **son contadas las nuevas empresas de base tecnológica en México, quiero apoyar proyectos relacionados a ello**”.

Otro aspecto relevante para la maestra **Gutiérrez** es el de **incentivar a las nuevas generaciones a conectar sus proyectos e ideas creativas con fondos de inversión**, con gente que construye tecnología y usar esas conexiones para una reconstrucción del país.

“Apoyar la generación de empresas de base tecnológica, sí tengo un sueño de emprendimiento y de desarrollo, pero la realidad es que **son contadas las nuevas empresas de base tecnológica en México,**

quiero apoyar proyectos relacionados a ello”.

Finalmente, la doctora **Gutiérrez** se despide con un mensaje para las mujeres, niñas y todas las personas que buscan sobresalir y encontrar su lugar en el mundo.

“Jamás pienses que **tu destino** está advertido por el lugar en que naciste o por como naciste, sino que **está regido por ti misma o mismo**, y la fuerza que te hace levantare cada mañana y convertirte en una mejor persona”.

TAMBIÉN PUEDES LEER:

