



iiii 5 TIPS PARA MEJORAR TU LECTURA!!!!

1) *No hay que subestimar la importancia del entorno en la lectura*

Encontrar el lugar perfecto para comenzar tu experiencia de lectura ágil es esencial. Una zona tranquila y un área iluminada donde puedas organizar tus pensamientos, concentrarte y donde te sientas como en casa es el primer paso hacia el éxito. Tú seguirás más alerta si estás sentado en posición vertical en un escritorio que estando acurrucado en la cama, así que no caigas en la trampa de sentirte demasiado cómodo (si tiendes a dormirte durante la lectura, probablemente este es tu problema). Recuerda, un entorno libre de desorden es una mente libre de desorden. Para alcanzar tu velocidad potencial en la lectura, tómate tu tiempo para hacer tu entorno acogedor.



2) *Guía a tus ojos*



Si has estado buscando un uso alternativo para tus palillos o agujas de tejer, lo has encontrado. Estas herramientas serán tus mejores amigas cuando se trata de **mejorar la velocidad de lectura**. Utiliza el palillo para guiar a tus ojos y absorber grandes cantidades de información en un corto periodo de tiempo. Para mantener tu lugar en la página, sigue las frases a medida que las lees con tu herramienta de elección, para así evitar que las palabras se vean borrosas al incrementar tu velocidad de lectura.

Más de una vez, oculto tras una resma de papel, probablemente te has encontrado a ti mismo deseando que el día tuviera más horas. No te preocupes. La lectura rápida puede darte ese poco de tiempo extra que necesitas. Los breves consejos que verás a continuación sólo rozan la cima del Iceberg, pero con práctica, puedes duplicar tu velocidad de lectura actual y, finalmente, llegar hasta 1.000 palabras por minuto.

3) *No mires hacia atrás*

La última cosa que debes hacer es dar saltos hacia atrás. Estos saltos te frenan y son innecesarios, ya que cualquier palabra que piensas que puedes haber perdido, ha sido absorbida por los ojos mientras tú leías la siguiente frase. Sigue leyendo y entrena tu cerebro hasta que realmente comprenda que nunca vuelves atrás. La guía te ayudará con esto. Recuerda, no te preocupes, ¡tus ojos son más inteligentes de lo que piensas! Un lector normal pasa hasta un 30% de su tiempo de lectura re-leyendo las mismas partes del texto.



4) *Velocidad de Lectura más rápida, mejor comprensión.*



Es un hecho. La velocidad promedio de un adulto en Europa está entre 200 y 250 palabras por minuto, pero el cerebro es más feliz a 400 palabras por minuto o más. A esta velocidad, la información puede ser fragmentada y almacenada rápidamente en tu memoria. La fragmentación constituye la base de la lectura rápida y es una de las formas en la que la seis veces ganadora del Campeonato Mundial de Lectura Rápida, [Anne Jones](#), ha sido capaz de mantener sus títulos rompiendo récords leyendo 4.700 palabras por minuto con total comprensión. Un lector lento pierde, a menudo, la concentración durante la lectura y empieza a soñar despierto pensando en cualquier cosa, menos en lo que está leyendo en ese momento. Por encima de las 400 palabras por minuto el cerebro está más ocupado y no se distrae tan fácilmente.

5) *La regla de oro de la velocidad de lectura: La regla de «un poco más»*

Si bien es importante que te exijas, no pongas presión sobre ti mismo para convertirte en un gurú de la velocidad de lectura en una noche. La regla de «un poco más» ha demostrado que la mejora de la velocidad de una palabra adicional por minuto, a la vez aumentará tu confianza y rendimiento poco a poco pero no tus niveles de estrés.

