

# Trabajar y estudiar: El reto de jóvenes universitarios

Trabajar y estudiar a la vez es una de las necesidades de algunos universitarios, aunque ello implica una rutina agotadora y difícil de compaginar con la vida social.

Jóvenes como Shanndé Castro se enfrentan a horarios de trabajo ajustados y pocas horas de sueño, los cuales conllevan a un mayor agotamiento físico y mental.

“A veces hay que sacrificar mis horas de comida (...) la vida de una persona que estudia es muy diferente a la de una persona que trabaja”, expone.

Son varias las razones por las que los estudiantes universitarios deciden dividir su tiempo entre ambas responsabilidades, entre ellas, ayudar con los ingresos del hogar o cubrir sus gastos.

“Nosotros como estudiantes jóvenes tenemos nuestras necesidades, y por la situación económica del país, muchos nos vemos afectados por ello”, manifiesta.

Además, el cansancio por hacer otras actividades como entrenar en un gimnasio se suma al desgaste físico que conlleva trabajar, algunos puntos que a veces no son percatados por los jóvenes, de acuerdo con Castro.

“Voy poco a poco, sabiendo cómo está a veces mi salud física y mental, que no la puedo descuidar”, afirma.

El tiempo que los jóvenes universitarios pueden dedicarse para sí mismos también es ajustado, pero lo toman como un reto para su crecimiento personal y tener conocimientos sobre ser independientes, llevar responsabilidad y contar con una ayuda económica.

## Jóvenes ajustan las rutinas

María Haskour también es estudiante universitaria y, desde hace un año, ha ajustado su tiempo para estudiar y trabajar al mismo tiempo.

Si bien al principio fue complicado acostumbrarse a una nueva rutina, actualmente puede enfrentarlo de una mejor manera.

“En lo emocional tuve un cambio porque me sentía abrumada, que no podía con todo eso, pero gracias a Dios, mi universidad tiene una modalidad de que no todo el tiempo es presencial, también es

virtual, entonces tengo esa facilidad”, comenta.

Comparte que uno de los motivos por los que empezó a trabajar fue encontrar la oportunidad de hacerlo con algo de flexibilidad para igualmente estudiar. Esto le permite cubrir sus gastos, obtener experiencia más independiente y madurar en varios aspectos.

**Con información de Primicia**