

# PAES: experto entrega consejos para rendir mejor en la prueba

Entre hoy y el miércoles se toma la Prueba de Acceso a la Educación Superior de invierno y Mauro Quintana, director del Centro de Estudios Matemáticos y reconocido en redes sociales, hace sus recomendaciones.

Ignacio Silva

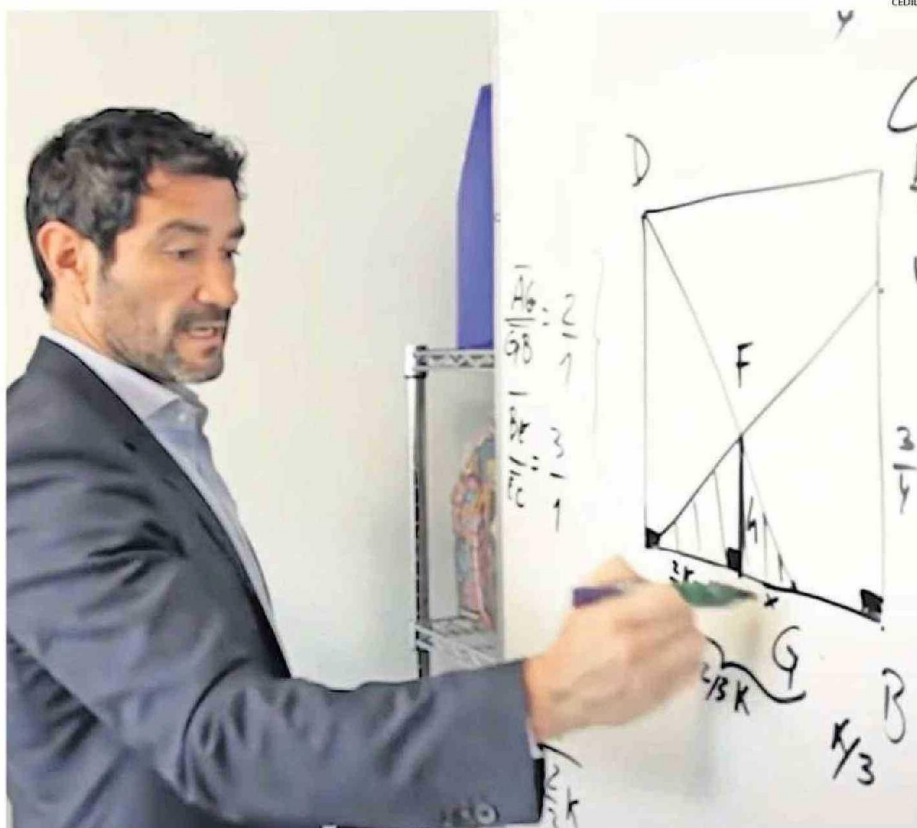
**E**n 2019, cuando la prueba de acceso a la universidad todavía era conocida como PSU, Andry tenía el sueño de estudiar Ingeniería Civil en una universidad de renombre.

El desafío no era sencillo, e implicaba rendir una prueba de matemáticas casi perfecta. Fue en ese entonces que conoció el Centro de Estudios Matemáticos (CEM) y, cuenta, decidió ingresar al preuniversitario organizado por la institución.

¿El resultado? Según comenta el joven, logró subir su puntaje de 700 a 832 puntos de una prueba cuyo máximo puntaje era 850, con lo que logró entrar a la carrera en la Universidad Católica.

Es uno de los cientos de testimonios que se pueden ver en el Instagram de Mauro Quintana (@profemauroquintana), director del CEM y profesor que lleva más de 20 años especializándose en preparar alumnos para las diversas versiones de la prueba de acceso a la universidad y que es conocido por desarrollar un método con el que ha ayudado a conseguir varios puntajes nacionales de la medición. Tanto es así que, según su testimonio, en el proceso de admisión 2024 más de 35 estudiantes de su preuniversitario obtuvieron 1.000 puntos en la prueba de acceso a la educación superior de matemáticas (PAES M1).

Para el docente, teniendo en cuenta que este lunes comienza a rendirse la Prueba de Acceso a la Educación Superior



EL PROFESOR MAURO QUINTANA TIENE 20 AÑOS DE EXPERIENCIA EN PREPARACIÓN DE PRUEBAS DE ADMISIÓN UNIVERSITARIA.



MILES DE ESTUDIANTES RENDIRÁN EL EXAMEN.

(PAES) de invierno, hay directrices claras que pueden ayudar a tener un desempeño idóneo. “Los días anteriores a la prueba, recomiendo

PAES al reposo y la rutina. “Hay que evitar cambios en la dieta, en el sueño, no hagan deportes extremos, ojalá pasar un fin de semana tranquilos y cuidarse, no salir o evitarlo porque es exponerse a riesgos innecesario”, sostiene. “Puede pasar desde que se te pierdan los documentos, te los roben, hasta tener algún tipo de accidente o percance que vaya a causar un estrés innecesario”.

No se trata, entonces, de intentar repasar ni mucho menos aprender materias que no se hayan estudiado a lo largo del año.

“Así como el dicho, dicen que la suerte se reparte a las cinco de la mañana en la biblioteca. Lo que quiere decir que el estudio persistente y continuo a largo plazo, funciona. No existen los milagros. De hecho, la prueba de matemáticas premia al que estudia a conciencia el tiempo necesario”, explica el experto.

## ¿Qué otros consejos o recomendaciones en las horas previas a cursar la prueba?

Dormir, descansar, no hacer cambios en la dieta, incluso elegir bien la ropa, que sea cómoda, abrigada, calcular el timing que hay hacia la hacia el colegio donde les toque dar la prueba, tener el lápiz adecuado, la goma y confiar en lo que sabe. Algo que puede relajar en estos momentos de tensión, es también saber que no es una prueba definitiva, porque se puede dar nuevamente en diciembre. Entonces, piensen en esta instancia como un gran entrenamiento y en base a eso planificar. ☺

que sigan repasando los temas que ya son dominados por alumno, de la M1 específicamente, temas cortos de baja profundidad. Hay temas complejos como por ejemplo funciones o geometría en general que ya no son abordables. Ahora es momento de reforzar lo que se maneja, más que de aprender”, aclara el especialista. “Es tiempo de establecer un corte en los horarios y adecuarlos para la prueba”.

Otro aspecto relevante es el estudio previo a la evaluación real. “Por nin-

gún motivo, hacer ensayos de aquí en adelante, no queremos profecías autocumplidas antes de la prueba real”, apunta Quintana. “Normalmente el estrés va unido o enlazado a la falta de seguridad en el conocimiento. Es importante repasar y la víspera tomársela libre, estar tranquilos, dormir bien, comer rico, saludable”.

## EVITAR

Más que dedicarle al estudio, según Mauro Quintana es importante pasar las últimas horas previas a la