

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Licenciatura en Medicina Humana

Materia: Medicina del Trabajo

Tema: ensayo

Docente: Dr. Natanael Ezri Prado

Alumna: Vanessa Estefanía Vázquez Calvo

Semestre y grupo: 5 B

Comitán de Domínguez, Chiapas a; 12 de

noviembre 2021.

Planes a Futuro

Tengo muchos planes, pero yo lo dividí en tres: corto, mediano y largo plazo.

Corto plazo: Terminar el quinto semestre sin extraordinarios, pasar el parcial sin reprobación ningún parcial, obtener buen promedio, para así terminar con éxito el 5^o semestre.

Mediano plazo: Terminar la carrera de medicina humana, sin extraordinarios, para así poder tener una de las primeras metas, seguir apoyando a mi hija en todo lo que ella necesite.

Largo Plazo: Obtener mi título, para así tener cerrada y culminada esta meta. Poder pagarle a mi hija clases extras como: natación, ballet, karate entre muchas cosas más. Principalmente pagar una buena escuela para que ella estudie. Continuaría con tener una casa propia y ponerle alberca ya que es el sueño de mi hija. También quisiera tener un carro propio, no uno grande sino uno pequeño estable. Quiero poner un negocio sobre una tienda ya sea de abarrotes, o un local de ropa. Pienso siempre en tener un local.

Creación de inversiones

Pienso en que crea una tanda en la cual puedo invertir en algún negocio para así poder tener invertido el dinero.

Iniciar un negocio conforme a mis posibilidades.

Otra forma es invertir en la bolsa. Ahorita por el momento puedo invertir en poner un negocio enfrente de la UMS, ya que por el momento no hay cafeterías.

Otra manera de invertir es haciendo comida que es lo que estoy haciendo, llevando tortas, gelatinas, galletas, de esta manera puedo obtener ganancias como \$60⁰⁰ - \$80⁰⁰ ya que así aumentaría mi capital.

Por el momento pienso invertir \$300⁰⁰ y en la semana contar al final, cuánto junto, de esta manera podré saber, cuánto ganancia me resultaría.

Por el momento pienso en hacer esto ya que para un negocio se necesita mucho capital para poder iniciar.

Considero que ahorita por el momento es una buena inversión.

Que cambiaría en este momento para alcanzar mis metas.

- 1) Concentrarme más en mi escuela, estudiar mucho, todos los días, leer mucho, participar más en clases. Me esforzaría cada vez más ya que en estos momentos la carrera ya está más estresante.
- 2) Cambiaría mis hábitos alimenticios ya que es importante estar bien tanto físicamente, para poder ser funcional. Ya que necesito bajar de peso, si no me cuido en salud es muy poco probable continuar con mis metas sino consigo tener un peso adecuado, ya que el sobrepeso puede convertirse en obesidad y la obesidad puede ser un factor de enfermedades crónicas como diabetes, HTA. A esto le agregaría hacer ejercicio físico para poder llevarme las metas.
- 3) Organizarme conforme a mis tiempos para así poder realizar todo con tiempo.
- 4) Ser más disciplinada ya que la disciplina es el punto y base fundamental del éxito.