Published on *Hoy en el TEC* (https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec)

Federico Sáenz (izq.) y Daniel Rozen de paseo por Praga, en 2019. Ellos son las voces de **Ingeniería para la Vida,** un podcast en el que quieren compartir su experiencia de 13 años como ingenieros. Foto: Cortesía de F. Sáenz.

Asesoría profesional

‘Ingeniería para la Vida’: un podcast para ir más allá de la universidad

22 de Febrero 2022 Por: Johan Umaña Venegas [1]

Desde Arizona y Estocolmo, dos profesionales dan consejos a los futuros ingenieros e ingenieras de Latinoamérica

Encuéntrelo en Spotify, Apple Podcast, Google y SoundCloud

Una mala experiencia en la práctica profesional llevó a **Daniel Rozen Golan** [2] a diseñar una **máquina para hacer café en el espacio**

. **s** [3] aprendió, con un pequeño chasco, que **las costumbres d** **ladar al ambiente laboral**, literalmente no se puede “dormir

e [4]n el trabajo”.

Son experiencias profesionales, y personales, que estos dos **egresados de Ingeniería en Mantenimiento Industrial** [5]**, del Tecnológico de Costa Rica (TEC)** [6], buscan compartir con los **estudiantes de todas las ramas de la ingeniería, de Costa Rica y Latinoamérica**.

El podcast se llama **Ingeniería para la Vida** [4], un espacio para contar **lo que los y las jóvenes no siempre aprenden en las aulas.** Eso que Rozen y Federico llaman: **"el abismo entre la universidad y el mundo real".**

Sáenz es *senior IT Director* y *Business Relationship Manager* en Medtronic [7] (empresa líder mundial en tecnología, servicios y soluciones médicas), en Arizona, Estados Unidos.

Mientras que Rozen se desempeña como *Release train engineer*, en Scania Group [8] (empresa global de camiones, buses, motores y servicios), en Estocolmo, Suecia.

" “La motivación del podcast es que la ingeniería es un estilo de vida, al final de cuentas lo que aprendemos en la universidad y cuando lo llevamos a nuestra vida profesional inevitablemente fluye a nuestra vida personal. Por eso el nombre de Ingeniería para la Vida, porque la ingeniería nos enseña a ver las situaciones como problemas por resolver. Sin querer ser negativo, a final de cuentas la vida es un gran problema por resolver, en donde encontramos oportunidades de hacer muchas cosas, con el gran objetivo de llegar a ser felices”. " *Ing. Federico Sáenz Salas*

En cada entrega del podcast puede escuchar a dos amigos conversar sobre sus primeros pasos como ingenieros, con temas como:

- **Práctica profesional.**
- **Crear redes profesionales.**
- **Hacer un currículum.**
- **Relevancia de las habilidades blandas para crecer profesionalmente.**
- **Cómo construir una hoja de vida.**

También tienen planeado entrevistar a ingenieros e ingenieras, costarricenses y de otras nacionalidades, con destacadas posiciones en empresas internacionales.

" "Uno cuando estudia realmente no sabe lo que viene después de la universidad. Yo jamás me hubiera imaginado que terminaría donde estoy, sino que uno va viendo las oportunidades que van saliendo y se tiene que ir acomodando a esas oportunidades. Pero hay que elegir si quiere seguir esos caminos". " *Máster Daniel Rozen Golan*

Pueden encontrar los primeros episodios en las siguientes plataformas:

- Spotify [4].
- Apple Podcast. [9]
- Google Podcast [10].
- SoundCloud [11].

Damos un adelanto de lo que encontrará más adelante en el podcast **Ingeniería para la Vida,** dividido en los siguientes temas:

Tres consejos

Daniel y Federico comparten los tres principales consejos que hubieran querido escuchar cuando estaban estudiando ingeniería:

Federico:

1. Darme la tranquilidad de que todo va a salir bien. Al momento de pasar de la U al trabajo es un impacto mentalmente fuerte y me hubiese encantado tener más apoyo y recibir confianza de que todo iba a salir bien.
2. Saber qué esperar a la hora de entrar al mundo laboral, cosas como qué me va a pedir mi jefe, cómo es una dinámica en una reunión, cómo tengo que hablar al cliente...
3. Mantenerme un poco más de cerca con el *network* que había hecho en la universidad. Muchas personas probablemente están pasando por lo mismo y cuando nos poníamos en contacto solo hablábamos de 'cómo va tu proyecto', pero tal vez me hubiera gustado tener conversaciones más profundas y sensibles con los compañeros, para sentirme más acompañado durante ese periodo de transición.

Rozen:

1. Que la vida es una montaña rusa y que uno no sabe dónde va a terminar.
2. La importancia de la resiliencia. Eso lo aprendí en la universidad y para mí ha sido fundamental, cuando tengo un golpe, pensar ¿cómo levantarme lo más pronto posible?
3. Las habilidades blandas son muy importantes, más si uno se encuentra en una cultura lejana a la propia. Porque las habilidades blandas te ayudan a acomodarte rápidamente en otro lugar. Si uno se tiene que pasar de país a país, tiene que tener la mentalidad abierta.

Mensaje para estudiantes de primer ingreso

Federico:

– En este momento el enfoque debe ser la universidad y todo lo que viene adelante va a llegar a su tiempo. Pero si pueden empezar a hacer algo que les va a ayudar por el resto de su carrera y el trabajo, es empezar a hacer esa red de contactos. Ahora más que nunca, que no estamos en presencial, es muy importante establecer esos contactos. Es una red de apoyo al final del día.

La red de apoyo se puede hacer virtual o se puede hacer física. De hecho yo trabajo en un ambiente 100% virtual, empecé mi nuevo trabajo totalmente virtual y la importancia de tener a quién hablarle, aunque sea por correo, o por los mensajes de Teams, la forma que sea, es muy importante.

Eso les va a ayudar a salir adelante en su carrera y en este momento, que las cosas parecen tan complicadas, sepan que hay otras personas que se sienten igual y va a ser de suma importancia enfrentar esto como un grupo, para quitarse un poco de presión encima.

Cómo sobrevivir a una ingeniería

Daniel:

– Tener la meta clara, tener el norte claro de que esto es un reto para mí y aquí yo me voy a probar a mi mismo. Esta va a ser la mejor oportunidad que los que están estudiando ingeniería van a tener para probarse a sí mismos.

Se los aseguro que lo van a poder lograr, siempre y cuando tengan la disciplina correcta. Es probable que se vayan a sentir abrumados, pero yo diría que si desde un inicio crean la disciplina y las rutinas necesarias van a salir adelante.

Quiero hacer una analogía, que puede sonar un poco extraña. Siempre está la comparación de ¿quién es mejor?, si Messi o Ronaldo. Dicen que Messi es un genio, no necesita trabajar, mientras que Cristiano Ronaldo es la persona que se levanta desde las cinco de la mañana para trabajar, para ser mejor que el día anterior. Si a mi me preguntan quién quiero ser, yo quiero ser Cristiano Ronaldo, porque sé que trabajando día a día, construyendo esa persona que yo quiero ser, voy a salir adelante.

Federico:

– ¿Cómo no volverse loco? Hay que tener muy buen sentido del humor. Hay que pasarla bien, aprender a reírse de los errores, aprender a reírse de las cosas negativas. Y después, como dice Rozen, volver a intentarlo.

Combinar la vida profesional y la personal

Federico:

– La combinación de vida personal y vida profesional es sumamente importante entenderla desde el día uno. Porque uno como profesional joven tiende a entrar con toda la energía y quiere ser el héroe, el que hace todo y destaca ante los demás. Esa estrategia funciona por un tiempo, pero llega el famoso *burn out*, y después la salud empieza a afectarse y ya el desempeño baja.

Yo tuve la suerte de que ingresé a una empresa en la que se daba énfasis a la vida personal. Así que aprendí que el trabajo va y viene, la vida personal no. Es muy importante ver el trabajo como lo que es, es un medio para llegar a algún lugar en la vida, ya sea otro lugar profesionalmente o monetariamente, pero no es todo en la vida. La vida personal está primero, como la familia, la salud.

Mi consejo es que el trabajo es un medio, y a veces demanda un poco más de nosotros, pero siempre hay que buscar el balance y no tiene nada de malo tener una intención de buscar ese balance, pedir vacaciones, disfrutar el fin de semana, desconectarse.

Enfrentar el mercado laboral

Daniel:

Ya se sabe que los trabajos que van a existir en cinco años no hay gente para esos puestos. Me refiero a que el mercado laboral es tan cambiante que aún no se sabe cuáles son los puestos que van a tener demanda en cinco años. Uno se tiene que hacer a la idea de que el mercado laboral va a cambiar constantemente y uno lo tiene que aceptar.

Entonces, una vez que uno identifica un área que a uno le gusta, lee constantemente, se mantiene informado. Volvemos al tema de la disciplina, que no se acaba cuando uno sale de la universidad. Hay que seguir estudiando, leyendo y mejorando.

¿Cómo enfrentar el mercado laboral? Mejora continúa, entender las tendencias, hacia dónde van esas posiciones y tratar de anticiparse, adquiriendo los conocimientos adecuados.

El podcast Ingeniería para la Vida se realiza en colaboración con la Oficina de Comunicación y Mercadeo [12] del Tecnológico.

Pueden contactar a Rozen y Federico por medio de las redes sociales de Ingeniería para la Vida:

- Facebook. [13]
- Instagram [14].

Source URL (modified on 03/03/2022 - 15:41): https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/node/4091

Enlaces
[1] https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/users/johan-umana-venegas
[2] https://www.linkedin.com/in/danielrozen/
[3] https://www.linkedin.com/in/federicosaenz/
[4] https://open.spotify.com/show/6ei3tXx2tSRGaFKVnZsMlr?si=a95e5d28478e435b&nd=1
[5] https://www.tec.ac.cr/programas-academicos/licenciatura-mantenimiento-industrial
[6] https://www.tec.ac.cr/
[7] https://www.medtronic.com/cr-es/index.html
[8] https://www.scania.com/
[9] https://podcasts.apple.com/cr/podcast/ingenier%C3%ADa-para-la-vida/id1606956862
[10] https://podcasts.google.com/feed/aHR0cHM6Ly9mZWVkcy5zb3VuZGNsb3VkLmNvbS91c2Vycy9zb3VuZGNsb3VkOnV
[11] https://soundcloud.com/daniel-rozen-63124481?utm_source=clipboard&utm_medium=text&utm_campaign=social_sharing
[12] https://www.tec.ac.cr/unidades/oficina-comunicacion-mercadeo
[13] https://www.facebook.com/Ingenieriaparalavida.podcast
[14] https://www.instagram.com/ingenieriaparalavida.podcast/