



UNIVERSIDAD DE  
GUANAJUATO

# ¿SABÍAS QUE DEJAR PARA MAÑANA LO QUE DEBERÍAMOS HACER HOY ES UN TRASTORNO DEL COMPORTAMIENTO QUE EN PSICOLOGÍA SE LE LLAMA **PROCRASTINACIÓN?**

El término procrastinar se usa para referirse a postergar actividades que deben atenderse, sustituyéndolas por otras menos importantes y sobre todo que resulten placenteras

## ¿conoces las consecuencias de procrastinar?

- 1 **Ansiedad**
- 2 **Frustración**
- 3 **Insatisfacción**
- 4 **Inseguridad**
- 5 **Inferioridad**
- 6 **Estancamiento**
- 7 **Pérdida de confianza**  
y respeto de los demás

**¡ABEJA, evita caer  
en este tipo de riesgos!**



Por una colmena  
**SEGURA**  
ES MEJOR PREVENIR

**Recuerda pensar** antes de actuar  
800 panicug (7264284)  
sos@ugto.mx



Unidad de Prevención  
y Seguridad Universitaria

#SomosAbejasUG

www.ugto.mx/seguridadug



UDEGUANAJUATO