



El podcast: "Te cuento mi historia" fue elaborado por Redcups y consta de 15 episodios que se encuentran publicados en YouTube.

Espacios se encuentran disponibles en YouTube

Escuche el podcast: “Te cuento mi historia”, un espacio de expresión estudiantil

9 de Junio 2022 Por: [Geovanni Jiménez Mata](#) ^[1]

Iniciativa visibiliza las situaciones que experimentan los estudiantes durante sus carreras

La **Red Costarricense de Universidades Promotoras de la Salud (Redcups)**, presentó recientemente la **primera temporada del podcast “Te cuento mi historia”**, una serie de **cápsulas de audio** en las que **estudiantes** de las **universidades estatales** del país exponen con un estilo narrativo sus **experiencias de vida con una orientación inspiradora**.

El aislamiento y la inquietud generalizada que vivió Costa Rica y el mundo entero debido a la **pandemia**, son el punto central de varias de las narraciones; esto acompañado por los

obstáculos que dicha situación y el mismo **trajín del estudio** conllevan: imposibilidad de asistir a lecciones presenciales, desmotivación, cambios abruptos en los hábitos, entre otros.

Las **situaciones complicadas personales y familiares** tampoco son ajenas a lo que se puede escuchar en los **15 episodios de la serie**. Desde un enfoque muy íntimo y sentimental, los y las jóvenes cuentan sobre las barreras en ese ámbito que han debido superar para poder seguir adelante con sus estudios.

Anderson Taylor Cordero es uno de **los estudiantes del Tecnológico de Costa Rica (TEC)** [2], que protagoniza un capítulo del *podcast*. En su espacio titulado: “Familia en desconcierto”, el originario de Guácimo de Limón narra el cambio de actitud que tuvieron sus abuelos cuando la noticia de la llegada de la pandemia comenzó a promoverse por los medios de comunicación del país. “No lo podíamos creer cuando nuestros abuelos nos pidieron que no fuéramos más a su casa. Comenzamos a preguntarnos qué fue lo que pasó y por eso se crearon discusiones y pleitos familiares. Al final, descubrimos que lo que sucedió fue que mi abuela estaba asustada por el COVID-19”, cuenta el joven de 25 años.

Según el estudiante de Ingeniería en Computadores [3] en el Campus Cartago, la **experiencia que vivió** siendo parte de esta iniciativa fue **importante** porque le permitió **aprender a desarrollar un *podcast*** y a descubrir lo mucho que se puede crecer **escuchando las experiencias ajenas**. “Fue algo muy provechoso para reflexionar sobre lo diferentes que somos y a la vez que tenemos muchas cosas en común, así que, aprender de lo bueno y lo malo, es algo que me llevo de esta actividad”, aseguró Taylor.

De acuerdo con el **doctor Biery Loaiza Soto**, docente de la Escuela de Cultura y Deporte del TEC [4], este tipo de oportunidades de expresión son necesarios porque abordan la salud desde un punto de vista distinto al acostumbrado y que es fundamental para las personas. “La salud no solamente se trata de la parte **biológica y física**, sino que también se trata del aspecto **emocional**. Esta **iniciativa de la Redcups es muy relevante** porque **promueve conductas y estilos de vida saludables** en la población universitaria”, comentó el experto.

El *podcast* “**Te cuento mi historia**”, se encuentra disponible desde finales de mayo en la **plataforma YouTube** y para escucharlo, usted solo debe **ingresar al siguiente enlace**:

Te cuento mi historia - I Temporada 2022 [5]

Lea también



[6]

Universidades saludables: una apuesta a una formación integral del estudiante [6]

Source URL (modified on 06/27/2022 - 09:21): <https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/node/4216>

Enlaces

[1] <https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/users/geovanni-jimenez-mata>

[2] <https://www.tec.ac.cr/>

[3] <https://www.tec.ac.cr/programas-academicos/licenciatura-ingenieria-computadores>

[4] <https://www.tec.ac.cr/escuelas/escuela-cultura-deporte>

[5] https://youtube.com/playlist?list=PL-VUa2sbBdO5MkINI3Z__LYQpnhId58fQ

[6] <https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/2018/10/03/universidades-saludables-apuesta-formacion-integral-estudiante>