



# Antes, durante y después

Las 3 etapas de un examen de  
ingreso a la universidad

**ACT**<sup>®</sup>

# Introducción

## ¿Qué es un examen de ingreso a la universidad y por qué deberías tomar uno?

El examen ACT® **MIDE TU APROVECHAMIENTO** en áreas académicas importantes para el éxito universitario y profesional.

Es por eso que ACT se refiere a él como una **EVALUACIÓN DE PREPARACIÓN PARA LA EDUCACIÓN UNIVERSITARIA.**

Aún en un entorno de examen opcional, sigue siendo importante que demuestres que estás preparado. Las universidades usan una evaluación de preparación para analizar en qué medida dominaste ciertas materias durante tu trayectoria en la escuela secundaria y el nivel de desempeño que tendrías en esas materias durante tu primer año de universidad.

### **ESTAS MATERIAS INCLUYEN:**

- Inglés
- Matemáticas
- Lectura
- Ciencias
- Redacción (opcional)

Además de darte una indicación de tu preparación universitaria, tu calificación del examen ACT puede ayudar a emparejar tus intereses con diferentes carreras profesionales y permitir más oportunidades educativas y financieras.

**ESTE LIBRO TE MOSTRARÁ CÓMO PREPARARTE Y QUÉ HACER ANTES, DURANTE Y DESPUÉS DEL EXAMEN ACT.**





# Contenido

## Capítulo 1:

Antes del examen \_\_\_\_\_ 3

## Capítulo 2:

Durante el examen \_\_\_\_\_ 8

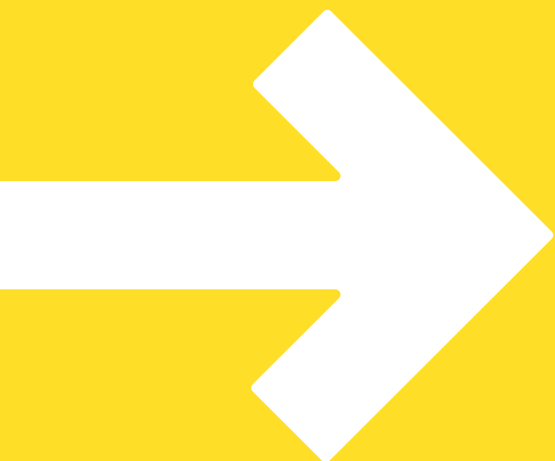
## Capítulo 3

Después del examen \_\_\_\_\_ 11

**Recursos** \_\_\_\_\_ 15







# Capítulo 1

## Antes del examen





# Antes del examen

“¿Qué cursos debo tomar en la escuela secundaria?”

## Tomar los cursos correctos y tener éxito en ellos es como estudiar para el examen.

Hay combinaciones recomendadas de cursos en cada área específica que deberías considerar tomar mientras estás en la escuela secundaria para ayudarte a prepararte mejor para una evaluación de preparación para la educación universitaria. Cuanto más desafiante sea la clase, más preparado estarás para el examen y para los cursos universitarios.

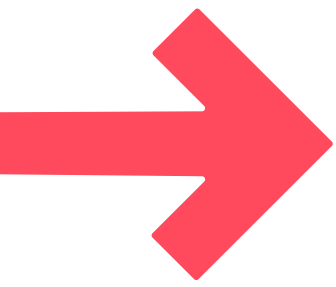
### CURSOS RECOMENDADOS DE PREPARACIÓN PARA LA UNIVERSIDAD

- **Inglés**  
Cuatro años de inglés
- **Matemáticas**  
Tres a cuatro años de matemáticas, que incluyen cursos rigurosos de álgebra I, geometría y álgebra II
- **Ciencias naturales**  
Tres años de ciencias, incluyendo cursos rigurosos de biología, química y física
- **Estudios sociales**  
Tres años de estudios sociales
- **Cursos adicionales**  
Algunas universidades establecen otros cursos como un requisito de admisión, como lo son dos o más años del mismo idioma extranjero o cursos en las artes visuales, música, teatro, drama, danza, computación, etc.

El examen ACT siempre ha funcionado de esta forma. Pondrá a prueba tu competencia en las áreas académicas básicas de inglés, lectura, matemáticas y ciencias.

Con base en una extensa investigación, ACT ha formado Normas de preparación para estudios superiores que indican que si obtienes una calificación igual o superior a **18 EN INGLÉS, 22 EN LECTURA, 22 EN MATEMÁTICAS y 23 EN CIENCIAS**, estarás listo para la universidad.

Si alcanzas una Norma de preparación para estudios superiores de ACT, entonces tienes una alta probabilidad de obtener una buena calificación en ese curso correspondiente durante tu primer año de universidad.



# Antes del examen

“¿Qué debo hacer meses antes del examen?”

**Hay cuatro cosas que debes considerar hacer cuando se trata de estudiar para una evaluación de preparación para la educación universitaria.**

- **TOMA UN EXAMEN DE PRÁCTICA:** tomar un examen ACT de práctica te permite familiarizarte con el formato y los tipos de preguntas que se hacen. Después de tomar un examen de práctica, toma nota de tus puntos fuertes, pero, lo que es más importante, identifica las áreas en las que puedes mejorar.

Descarga esta guía de estudio gratuita que contiene un [examen de práctica completo](#) e introduce el formato del examen.

- **PLANIFICA TU TIEMPO DE PRÁCTICA Y ESTUDIO:** separa pequeñas cantidades de tiempo para estudiar durante un periodo prolongado. Mantén un calendario de tu horario, pero asegúrate de que sea flexible para las tareas sorpresa, actividades extracurriculares y diversión.

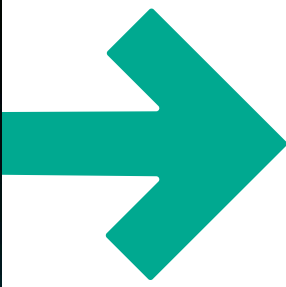
Para obtener más consejos y recursos, visita nuestra [página de planificación universitaria](#).

- **MANTÉN UNA ACTITUD POSITIVA:** practica el pensamiento positivo. Imagínate sentado en el silencioso salón del examen, eligiendo tus respuestas y enfrentándote al desafío del examen.
- **CONSULTA LAS OPCIONES DE PREPARACIÓN PARA EL EXAMEN ACT:** te pueden ayudar a familiarizarte con el formato del examen, sentir confianza y estar listo el día del examen.

[Compara todas las opciones](#) y encuentra la preparación para el examen ACT que se ajuste a tu estilo y preferencia de aprendizaje.

## ¡Asegúrate de que tu inscripción esté completa!

¿Enviaste una fotografía aceptable y esta aparece en tu inscripción? Inicia sesión en [my.act.org](https://my.act.org) para verificar dos veces y [lee las guías](#). No tener una fotografía aceptable en tu inscripción podría ser motivo de una cancelación inesperada de tu examen.



## Antes del examen

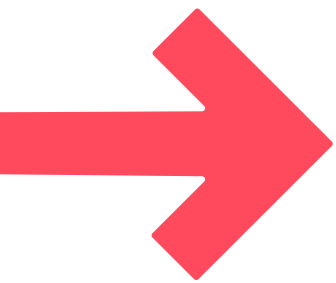
“¿Qué puedo hacer la noche anterior y la mañana del examen?”



## Antes del examen

- **DESCANSA BIEN POR LA NOCHE**  
Las investigaciones indican que puedes mejorar tu calificación si duermes entre 7 y 9 horas la noche anterior al examen.
- **DESAYUNA BIEN** y asegúrate de que el desayuno esté lleno de alimentos para estimular el cerebro. Los alimentos ricos en proteínas y fibra pueden ayudar a optimizar el poder de tu cerebro. Por ejemplo: huevos, frutas, barras de granola, yogur, nueces, pan integral, etc.
- **MANTÉN LA CALMA Y LA SEGURIDAD**  
Recuerda, te has preparado para esto. Ten confianza en lo que sabes.





# Antes del examen

“¿Qué debo llevar al examen?”

**Lee y toma nota. No querrás olvidar nada o arriesgarte a que no te permitan entrar al examen.**

## Antes del examen

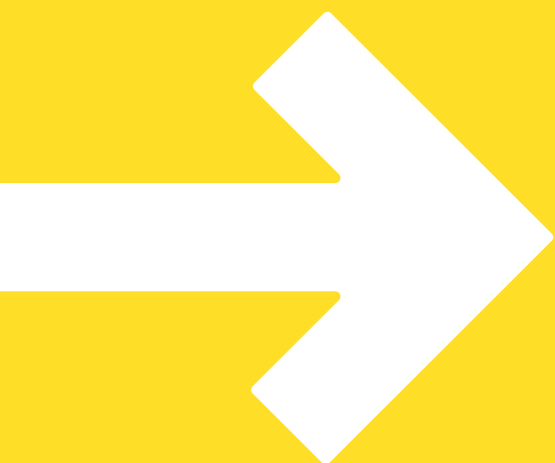
- UNA COPIA IMPRESA DE TU RECIBO DE PAGO
- IDENTIFICACIÓN FOTOGRÁFICA ACEPTABLE
- UNA CALCULADORA PERMITIDA
- UN RELOJ PARA DISTRIBUIR TU TIEMPO
- LÁPICES DEL N.º 2 AFILADOS Y DE PUNTA SUAVE CON BUENAS GOMAS PARA BORRAR
- REFRIGERIOS O BEBIDAS PARA CONSUMIR FUERA DEL SALÓN DEL EXAMEN

Se puede encontrar más información sobre qué llevar [aquí](#).

Es recomendable reunir estos materiales la noche anterior para ayudar a evitar el estrés innecesario el día del examen.

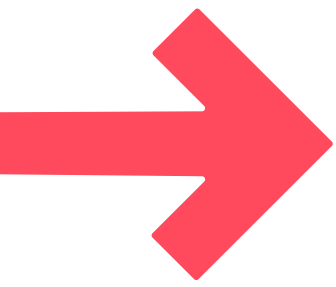






## **Capítulo 2**

### Durante el examen



## Durante el examen

“¿Cuáles son algunos consejos para tomar el examen?”

**¡Llegó la hora de tomar el examen! ¿Qué debes hacer una vez que estés en el salón tomando el examen?**

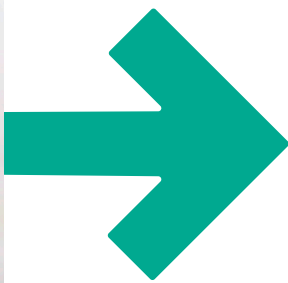
Aquí hay algunos consejos generales para el examen:

- **DISTRIBUYE TU TIEMPO** No dediques demasiado tiempo a una sola pregunta.
- **PUNTAS AFILADAS** Si estás tomando el examen en papel, usa un lápiz afilado del N.º 2 con una buena goma para borrar.
- **CONTESTA TODAS LAS PREGUNTAS** No se te penalizará por respuestas erróneas.
- **DESCARTA OPCIONES** Si estás confundido, elimina tantas respuestas incorrectas como puedas y luego haz una conjetura fundamentada.

Encuentra más consejos y videos [aquí](#).







## Durante el examen

“¿Qué tipo de calculadoras puedo llevar?”

**ACT RECOMIENDA QUE LLEVES UNA CALCULADORA PERMITIDA CON LA QUE ESTÉS FAMILIARIZADO PARA USARLA ÚNICAMENTE EN EL EXAMEN DE MATEMÁTICAS. SI TU EXAMEN ES EN LÍNEA, HAY UNA CALCULADORA DISPONIBLE EN LA PLATAFORMA DEL EXAMEN, PERO AÚN ASÍ PUEDES LLEVAR UNA CALCULADORA PARA USARLA.**

Recuerda, para el examen ACT, no es necesario que uses una calculadora. Todos los problemas se pueden resolver sin necesidad de una calculadora.

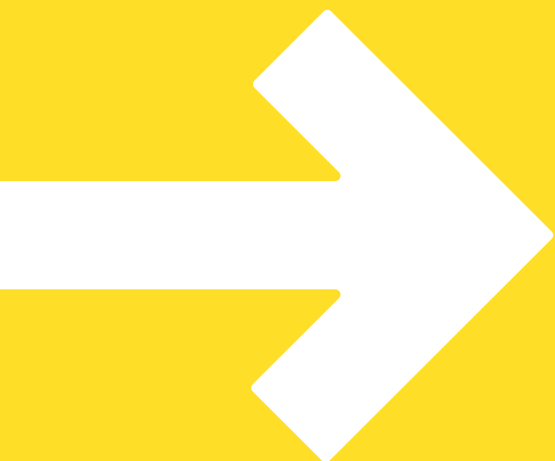
Asegúrate de revisar la [Política de calculadoras de ACT](#) para obtener información sobre los requisitos actuales y las calculadoras específicas que puedes utilizar.

## “¿Cómo puedo mantener la calma?”

**¡TENER ANSIEDAD DEBIDO AL EXAMEN ES PERFECTAMENTE NORMAL! RESPIRA PROFUNDAMENTE UNAS CUANTAS VECES Y DITE A TI MISMO:**

- “Conozco este material”.
- “Me siento tranquilo y seguro”.
- “He hecho lo mejor que puedo y estoy orgulloso de mí mismo”.
- “Soy inteligente y capaz”.
- “Soy muy bueno para tomar exámenes”.

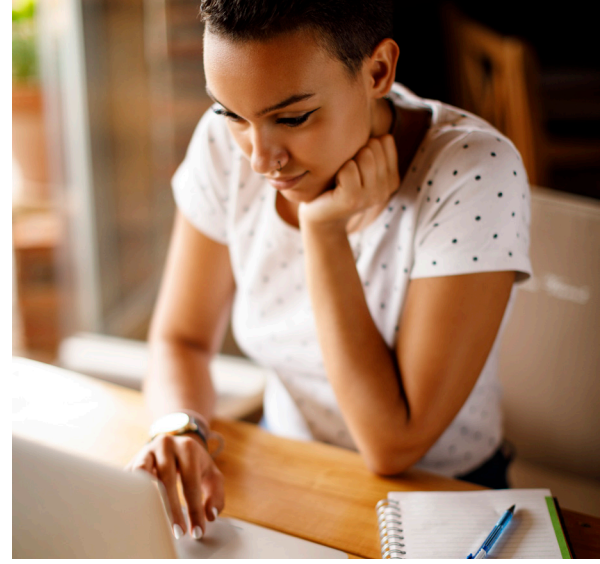
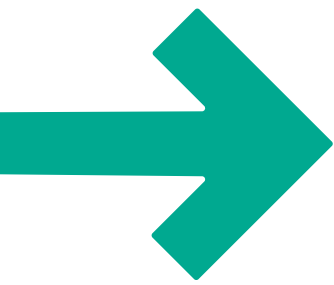




## Capítulo 3

### Después del examen





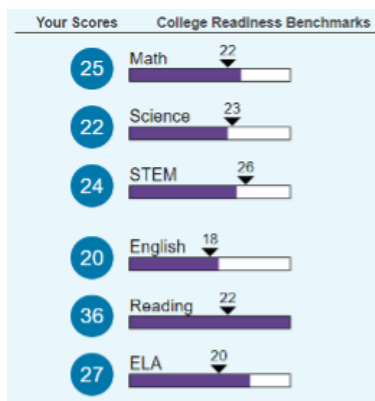
# Después del examen

## ¿Qué puedo aprender de mi reporte de calificaciones y MyACT?

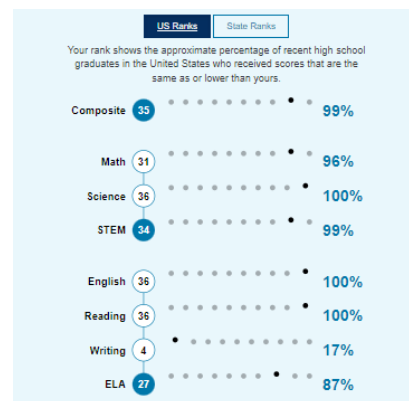
### Tomaste el examen y recibiste tus calificaciones.

Con el examen ACT, hay dos aspectos que debes asegurarte de verificar en el reporte de calificaciones y dos en la pestaña de planes en la pantalla de inicio de [MyACT](#).

#### EN TU REPORTE DE CALIFICACIONES:

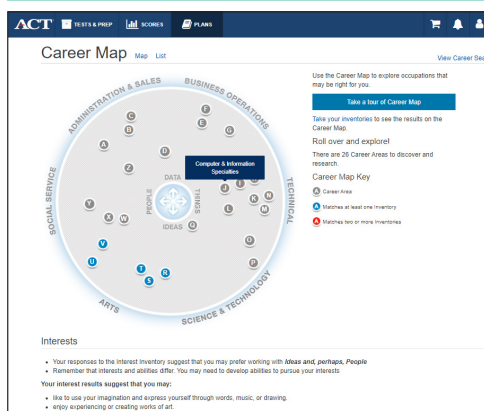


**SABER SI ESTÁS LISTO PARA LA UNIVERSIDAD** Si obtienes una calificación igual o superior a las Normas de preparación para estudios superiores, tendrás una buena oportunidad de aprobar una clase universitaria de primer año.



**COMPÁRATE** Las posiciones muestran el porcentaje de estudiantes recién graduados que tomaron el examen ACT y recibieron calificaciones que son iguales o menores que las tuyas.

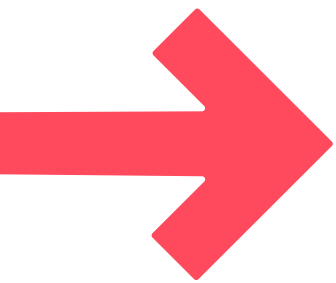
#### EN LA PESTAÑA DE PLANES:



**DESCUBRE CARRERAS PROFESIONALES** Usa tu mapa de carreras personalizado para descubrir profesiones que se alineen bien con las respuestas que proporcionaste en tu inventario de intereses.



**COMPARA LOS INTERESES CON LAS CARRERAS UNIVERSITARIAS** Averigua si tus intereses son similares a los de los estudiantes que eligieron la carrera universitaria que estás considerando.



## Después del examen

¿Debería volver a tomar el examen?

**Aconsejamos volver a tomar el examen después de más escolarización y un poco de preparación.**

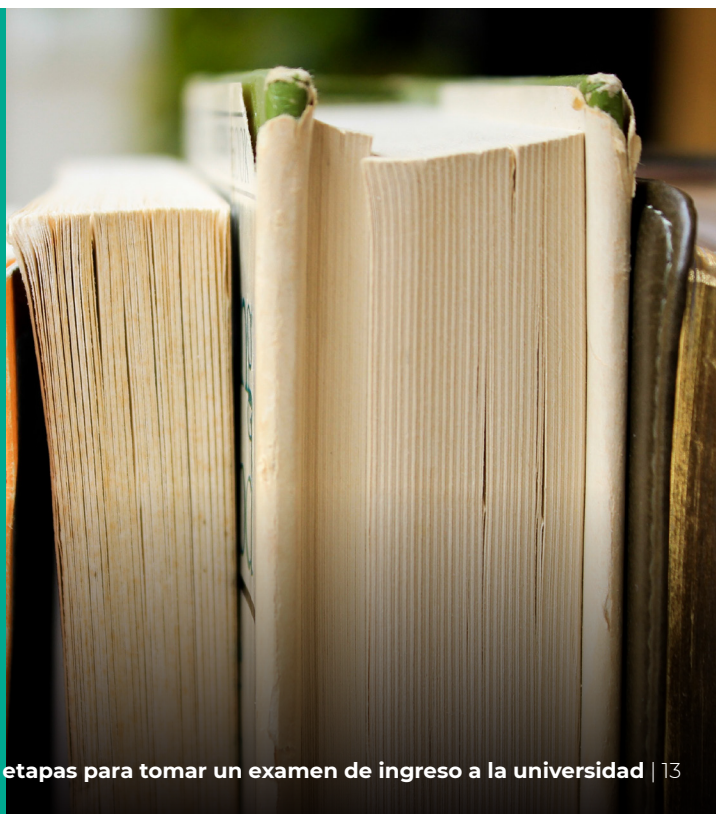
De esta manera, puedes usar tu primera calificación como una norma comparativa, identificar áreas de mejora y luego trabajar en estas áreas hasta que estés listo para la universidad o continuar fortaleciendo tus conocimientos.

### ¿POR QUÉ SUGERIMOS ESTO?

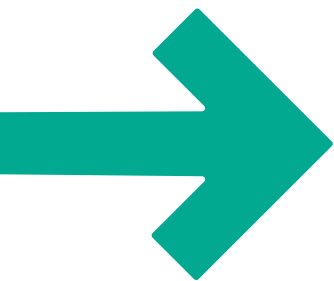
Tomar el examen más de una vez te permite ver tu mejoría con el tiempo e identificar si estás en el camino hacia la preparación para la universidad. Además, aprendes mucho a medida que progresas en tu trayectoria por la escuela secundaria. Las cifras hablan por sí solas. De los estudiantes que volvieron a tomar el examen ACT el año pasado, la mayoría mejoró su calificación.

**“¿Sabías que puedes usar tus propios resultados del examen ACT para mejorar tu preparación?”**

ACT ofrece a los estudiantes la oportunidad de comprar sus propias respuestas, las preguntas del examen y la clave de respuestas. Esto se llama la Divulgación de la información del examen (TIR) y se ofrece en tres fechas de examen al año. **Tu TIR es una excelente herramienta para mejorar tu calificación si planeas volver a tomar el examen, más estudiantes mejoraron sus calificaciones (y por una calificación más elevada) después de comprar su TIR en comparación con otros estudiantes que no participaron en la TIR u otra preparación para el examen.** Obtén más información en [act.org/tir](https://act.org/tir).





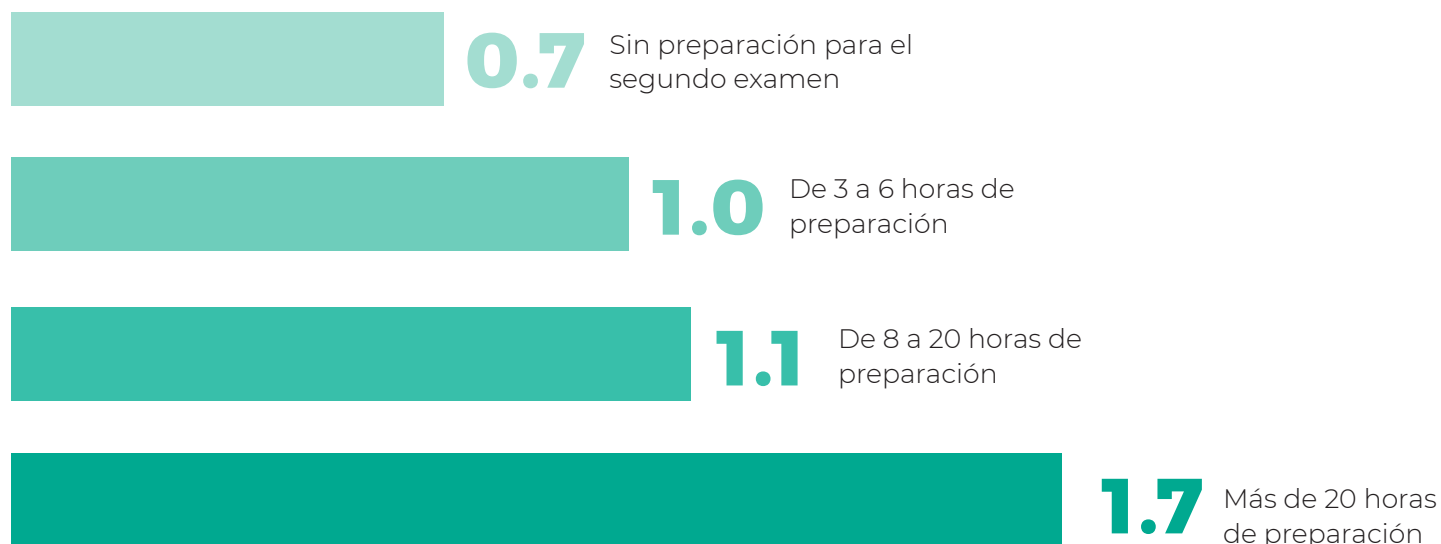


## Después del examen

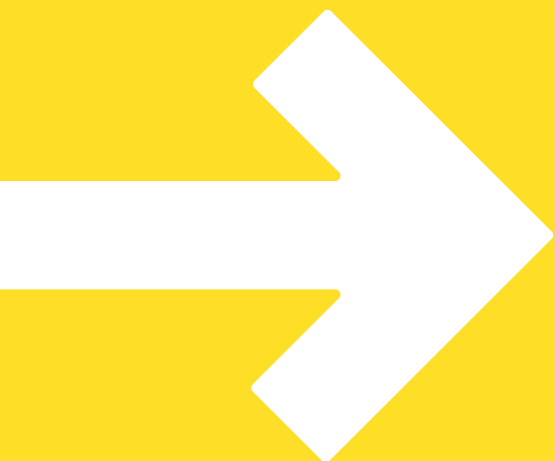
¿Cuánto debo estudiar para retomar el examen?

Muchos factores determinan si tu calificación aumentará o no, **pero el aumento promedio de calificación se basa comúnmente en cuánto tiempo pasas preparándote para un segundo examen:**

**Cambios de aumento promedio en la calificación global del examen ACT del primer al segundo examen según la cantidad de preparación**



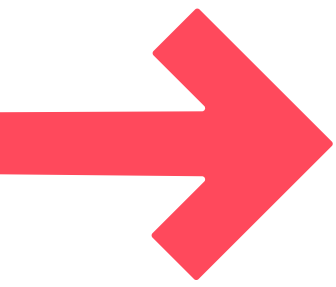
**Aumentar tu calificación, incluso por un punto, ¿tendrá un impacto?**  
**¡POR SUPUESTO!** Podría aumentar tus oportunidades financieras, las posibilidades de admisión y las posibilidades de obtener una beca.



## Recursos

Recursos útiles que ayudan a prepararte





# Recursos

**En última instancia, el aspecto más importante de prepararse para una evaluación de preparación para la educación universitaria es tu estado mental.**

Recuerda creer en ti mismo. Mantén la calma y la confianza. Tu actitud podría jugar un papel importante en la calificación que obtengas en una evaluación de preparación para la educación universitaria.

Aumenta tu confianza antes del examen y prepárate para la universidad haciendo clic en estos recursos útiles y consultándolos:

Pon a prueba tus conocimientos con los [recursos y preparación para el examen gratuitos](#) de ACT.

## **PREPARACIÓN ASEQUIBLE PARA EL EXAMEN**

- [Divulgación de la información del examen \(TIR\) de ACT](#)
- [Clase oficial en línea en vivo de ACT® impulsada por Kaplan](#)
- [Curso oficial de ritmo determinado por el estudiante ACT®, impulsado por Kaplan](#)
- [La guía oficial de preparación de ACT®](#)
- [Guías oficiales de las materias del examen ACT®](#)

Tomar el examen ACT no tiene por qué ser estresante si te preparas y sabes qué esperar.

**RECUERDA, ¡ESTO SERÁ FÁCIL PARA TI!**





Conéctate con nosotros **act.org**