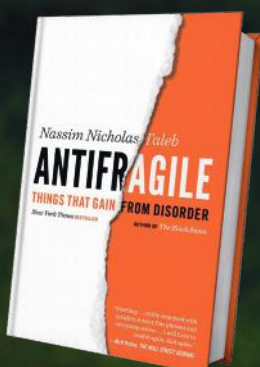


# ANTIFRAGILIDAD: CRECER EN LA ADVERSIDAD

Una filosofía para prosperar en la incertidumbre y el caos



Contenido inspirado en el libro “Antifragile” (Antifrágil) de Nassim Nicholas Taleb



 **EXTRACTOS**  
[www.extractodelibro.com](http://www.extractodelibro.com)

EXTRACTOS es un esfuerzo educativo para estimular el desarrollo personal. Extraemos la esencia útil de libros en inglés y escribimos en español un extracto de aplicación práctica

Este contenido es producto de una interpretación independiente y análisis propio de los editores de EXTRACTOS, respetando las leyes de propiedad intelectual. Cada extracto es una creación original protegida por derechos de autor. Está prohibida la reproducción y distribución abierta de este contenido sin autorización expresa

Siempre existirán dificultades, tiempos duros e incertidumbre en la vida. Esas inevitables adversidades, muchas veces, nos debilitan o nos desmoralizan

Es normal ver estos acontecimientos como algo negativo, sin embargo es posible también verlos como positivos. Vamos aún más lejos: también es posible ver la adversidad como materia prima para volvernos personas más resistentes. Eso es ser antifrágil

La antifragilidad es la capacidad de volverse más fuerte después de cada herida. Es necesaria para prosperar, y propone que, en lugar de intentar controlar el mundo mediante reglas, deberíamos prever aquello que podría salir mal y planificar específicamente para esos eventos

Nassim Nicholas Taleb, ex corredor de bolsa, filósofo y catedrático en el New York University Polytechnic Institute, es conocido por su trabajo en probabilidades y famoso por sus controversiales libros. Sus teorías sobre la antifragilidad sostienen que los individuos pueden fortalecerse con el caos y el estrés, e incluso prosperar en la incertidumbre

En su libro "Antifragile" enseña cómo obtener beneficios del desorden y el caos, cómo lograr que la incertidumbre funcione a nuestro favor, y propone maneras para convertirnos en personas más resistentes a los cambios, e incluso prosperar en medio de la adversidad



# CONOCE LA ANTIFRAGILIDAD

La antifragilidad va más allá de la mera durabilidad o de la resiliencia. Tiene diversos preceptos y a características que, si los identificamos, nos ayudan a prosperar en tiempos difíciles:



## 4 RAZONES PARA SER ANTIFRÁGIL

La antifragilidad es una cualidad que nos permite hacernos más fuertes bajo tensión, y que va más allá de la durabilidad. Estas son las razones para desarrollar antifragilidad:

<b>1</b>	<b>Para Manejar la Incertidumbre</b>	Permite adaptarse a un mundo incierto donde los imprevistos derriban los planes
<b>2</b>	<b>Para Aprovechar la Volatilidad</b>	Nos beneficia de la incertidumbre y la volatilidad en lugar de ser sus víctimas
<b>3</b>	<b>Para Estar Preparados(as)</b>	Nos prepara para eventos que no podemos predecir en lugar de intentar "ver el futuro"
<b>4</b>	<b>Para Seguir Prosperando</b>	Nos adapta para prosperar en la incertidumbre, en lugar de ser arrastrados por el mundo

## 6 CONSEJOS PARA SER ANTIFRÁGIL

La clave para la antifragilidad es tener más posibles beneficios que riesgos, a pesar de las circunstancias y sin importar qué tan duros sean los tiempos. Para cultivarla, debemos:



## PRECEPTOS DE ANTIFRÁGILIDAD

Para el autor, la evolución de la especie es resultado o efecto de la antifragilidad de los seres humanos. Ten en cuenta estos preceptos de la antifragilidad:

### Ley de Sobrevivencia

Los individuos o sistemas que no se adaptan bien a su entorno se extinguirán



### Longevidad de la Especie

Los individuos o sistemas que sobreviven a su entorno transmitirán sus genes



### Necesitamos Sistemas

Los individuos no pueden sobrevivir sin comprender el sistema en el que viven



### No Podemos Solos

Valorar demasiado al individuo, a expensas del sistema, es perjudicial para todos



### La Experiencia Vale

Si vemos a otra persona resbalar y caer, sabremos tomar la debida precaución



### La Creatividad Salva

Después de grandes tragedias nacen inventos, así como nuevos y mejores sistemas



## LA ANTIFRAGILIDAD EN LOS SISTEMAS

Como hemos visto, los sistemas que promueven la antifragilidad son vitales. Y son producto de variables como el tamaño de los sistemas, variedad de opciones, y concentración del poder



**El banquero**  
[pieza frágil]

Ilustraremos esto con el siguiente ejemplo: considera dos hermanos gemelos. Uno es directivo en un gran banco y el otro es taxista



**El taxista**  
[pieza antifrágil]

- 1 Trabaja dentro de un gran sistema con reglas rígidas y muy reguladas
- 2 Protege el sistema de errores menores y se prepara para fallas mayores
- 3 Depende de la estabilidad y decisiones de la empresa para mantener su ingreso
- 4 Carece de flexibilidad y esto lo vuelve vulnerable a los cambios en el mercado

- 1 Trabaja dentro de un sistema pequeño y con reglas más o menos flexibles
- 2 Trabaja con gran diversidad de clientes, que en su conjunto no tienen poder sobre él
- 3 Aun en momentos duros, siempre tiene alternativas para buscar nuevos clientes
- 4 La flexibilidad le permite maniobrar para generar ingresos y suficiente estabilidad

Si las variaciones y la aleatoriedad son pequeñas, es posible lograr estabilidad

# EL ABC DEL MODELO DE BARRA

Para ser antifrágiles, necesitamos parámetros. El autor propone una guía o modelo antifrágil que ofrece parámetros. Se llama "modelo de barra". Este combina dos extremos, evitando el medio.

## Extremo A:

### medidas extremadamente seguras:

Invertir solo el 10% de tus ahorros para no arriesgarte demasiado

Si la inversión fracasa, el 90% de tu dinero se mantendrá seguro

Tienes margen para recuperarte fácilmente y de manera rápida

1

Para ilustrarlo se utilizan estos ejemplos:

2

## Extremo B:

### muy alto riesgo y alta recompensa

Invertir la mayor parte de tu tiempo en un trabajo estable

Esto te permitirá tener un ingreso estable

Dedicar el resto del tiempo a un arte hasta volverte muy exitoso(a)

## FRASES DE AUTOR

”

No necesitamos saber qué sucederá, solo minimizar el daño por los imprevistos

”

Repensemos la sociedad para que sea inmune o resistente a las deficiencias de la gente

”

Si algo es propenso a dar saltos repentinos, no se puede predecir lo que sucederá

”

Todos deberíamos planificar para el peor escenario posible, el mundo está cada vez más loco

## 4 PASOS PARA DISEÑAR TU BARRA

Como verás, el objetivo último del modelo de barra es maximizar las ganancias y minimizar las pérdidas. Acá te dejamos los pasos a seguir para que puedas construir tu propio modelo:

1

### Analiza tu Situación

Piensa en un área de tu vida en la que podrías aplicar este modelo (negocios o carrera)

2

### Elige un Área

Elige un aspecto específico e identifica los recursos: los seguros y los que se pueden perder

3

### Crea un Plan

Identifica los pasos para proteger estos recursos y medidas para mantenerlos a salvo

4

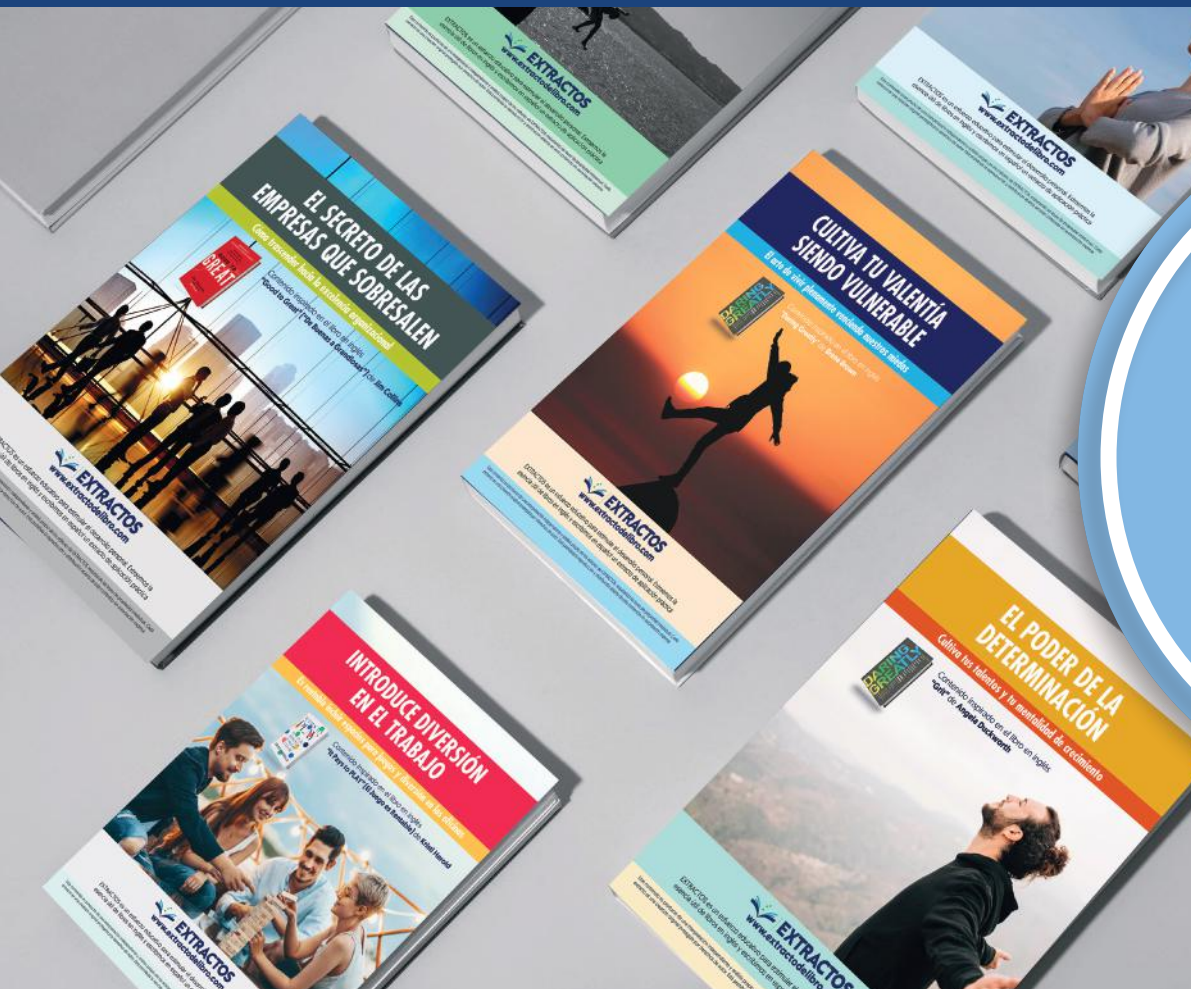
### Establece Metas

Identifica oportunidades de alto riesgo y recompensa con los recursos que te permites perder

# APRENDE MÁS LEYENDO MENOS

Un extracto es la forma más conveniente de aprender. Son resúmenes ilustrados de excelentes libros en 5 categorías: familia, salud, trabajo, mente y superación

**Con una suscripción empresarial coloca a disposición de sus colaboradores una biblioteca privada de extractos**



**Haz click aquí**

para solicitar  
**el extracto**  
de un libro  
en particular que  
te interese

[www.extractodelibros.com](http://www.extractodelibros.com)