

**Ana Sánchez Blázquez**

Redacción E&J



Lo que no te enseñan en la facultad: cómo sobrevivir a una guardia penal sin perder el juicio (ni el buen humor)

Si existe una prueba de fuego para los abogados penalistas —especialmente para quienes están empezando su carrera— es el turno de guardia. Esa jornada incierta, sin horarios definidos, que puede arrancar tranquila y terminar en una comisaría a las tres de la madrugada, con un cliente en shock, un policía impaciente y la impresora sin tóner. A diferencia del trabajo de despacho, aquí no hay margen para la improvisación: quien llega preparado sobrevive mejor, trabaja con más claridad y evita errores costosos. Por eso, cada vez más abogados experimentados arman su propio “kit de supervivencia” para guardias, un manual no oficial que combina herramientas tecnológicas, hábitos saludables y consejos nacidos del barro procesal.

El primer elemento del kit no es físico, sino digital. Llevar en el móvil un set de apps básicas puede marcar la diferencia entre perder media hora escribiendo a mano una asistencia urgente o resolverla en minutos. Una buena recomendación es tener una carpeta con acceso

...

[SUSCRÍBETE >](#)[para una conversión completa a PDF |](#)