



**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA**

**SEDE GIRÓN**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA**

**LAS TÉCNICAS Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN LOS ESTUDIANTES  
UNIVERSITARIOS, UNA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA DE TRABAJOS  
REALIZADOS DESDE EL AÑO 2013-2023 DEL ECUADOR.**

Trabajo de titulación previo a la obtención del  
Título de Licenciadas en Psicología

AUTOR: CARPIO NETO STEPHANIE VIVIANA  
CASTAÑEDA LANDA MYRIAM GISSELA

TUTOR: LUCERO ALBÁN PATRICIA DEL CONSUELO

Quito-Ecuador

2023

**CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL TRABAJO  
DE TITULACIÓN**

Nosotras, Stephanie Viviana Carpio Neto, con documento de identificación N° 1725376956 y Myriam Gissela Castañeda Landa con documento de identificación N° 1719771824 manifestamos que:

Somos las autoras y responsables del presente trabajo; y, autorizamos a que sin fines de lucro la Universidad Politécnica Salesiana pueda usar, difundir, reproducir o publicar de manera total o parcial el presente trabajo de titulación.

Quito, 1 de agosto del 2023

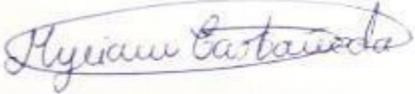
Atentamente,



---

Carpio Neto Stephanie Viviana

1725376956



---

Castañeda Landa Myriam  
Gissela

1719771824

**CERTIFICADO DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO  
DE TITULACIÓN A LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA**

Nosotras, Stephanie Viviana Carpio Neto con documento de identificación No. 1725376956 y Myriam Gissela Castañeda Landa con documento de identificación No. 1719771824, expresamos nuestra voluntad y por medio del presente documento cedemos a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que somos autoras del Trabajo de investigación: “LAS TÉCNICAS Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS, UNA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA DE TRABAJOS REALIZADOS DESDE EL AÑO 2013-2023 DEL ECUADOR” el cual ha sido desarrollado para optar por el título de: Licenciadas en Psicología, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En concordancia con lo manifestado, suscribimos este documento en el momento que hacemos la entrega del trabajo final en formato digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 1 de agosto del 2023

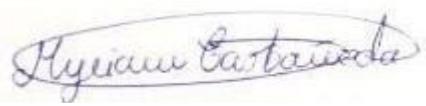
Atentamente,



---

Carpio Neto Stephanie Viviana

1725376956



---

Castañeda Landa Myriam  
Gissela

1719771824

## CERTIFICADO DE DIRECCIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Patricia del Consuelo Lucero Albán con documento de identificación N° 1202606370 docente de la Universidad Politécnica Salesiana, declaro que bajo mi tutoría fue desarrollado el trabajo de titulación: “LAS TÉCNICAS Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS, UNA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA DE TRABAJOS REALIZADOS DESDE EL AÑO 2013-2023

DEL ECUADOR” realizado por Stephanie Viviana Carpio Neto con documento de identificación N° 1725376956 y por Myriam Gissela Castañeda Landa con documento de identificación N° 1719771824, obteniendo como resultado final el trabajo de titulación bajo la opción de: Sistematización de prácticas de investigación y/o intervención que cumple con todos los requisitos determinados por la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 1 de agosto del 2023

Atentamente,



---

Msc. Patricia Lucero Albán  
1202606370

## **Dedicatoria**

A Dios, por la salud, la vida por darme la oportunidad de culminar con éxito una etapa más de mi vida, estar junto a mi familia quienes me han brindado su confianza, su cariño y felicidad.

A mis padres por su constante apoyo y sacrificio en beneficio de mi superación personal y profesional, de hacer posible de concluir mi carrera de Psicología.

Stephanie Viviana Carpio Neto

A Dios por permitirme tener una buena experiencia dentro de mi universidad.

A mis padres por haberme forjado como la persona que soy en la actualidad, muchos de mis logros se los debo a ustedes entre los que se incluye este. Me formaron con reglas y con algunas libertades, pero al final de cuentas me motivaron constantemente para alcanzar mis anhelos.

A mi madre Prof. Norma Landa por siempre tener ese carisma y motivación hacia mí.

A mi padre Prof. Luis Castañeda con sus sabias palabras que todo es posible por sembrar en mi un núcleo inculcándome valores que con esfuerzo y perseverancia los sueños se transforman en realidad.

A mis abuelitos que desde el cielo me cuidan y guían mis pasos Antonio landa y María Rosa Quillupangui que desde lo más sublime han sido mi inspiración y hacer mejor persona siempre recordare con ternura los momentos que pasamos juntos.

A mi mejor amigo Jonatan, ya que el vuelo de hoy es muy importante para describir la satisfacción e ilusión que esto me hace sentir su confianza y lealtad con su apoyo incondicional.

Myriam Gissela Castañeda Landa

## **Agradecimiento**

A la Universidad Politécnica Salesiana, a través de la Carrera de Psicología por todos los conocimientos brindados a lo largo de la carrera que ahora culmino con la presentación del presente trabajo.

A mi tutora Patricia Lucero por su paciencia y apoyo en la realización del presente trabajo para la obtención del título de Licenciada de Psicología.

Stephanie Viviana Carpio Neto

Quiero agradecer a la Universidad Politécnica Salesiana por todos estos años de carrera universitaria y por ser el lugar donde me formé como persona y profesional.

A mi tutora Patricia Lucero por su paciencia y apoyo.

Myriam Gissela Castañeda Landa

## **Resumen**

El documento menciona sobre la importancia en aprender hábitos de estudio correctos para los jóvenes universitarios, incluyendo la necesidad de un espacio de estudio tranquilo y organizado, una postura adecuada, la gestión del tiempo y la motivación. También se da a conocer diferentes hábitos de estudio, como el autoaprendizaje y las habilidades de lectura, y factores que pueden afectar los hábitos de estudio, como la relajación, la atención, la concentración y la actitud. Este documento detalla las técnicas y hábitos necesarios para tomar notas efectivas durante las conferencias y otras actividades de aprendizaje. Además, se menciona que las condiciones ambientales, como el ambiente familiar, el entorno físico, la organización del espacio de estudio, el ambiente social y la disponibilidad de recursos del aprendizaje, afectados es necesario conocer las técnicas y hábitos de estudio.

Durante la elaboración del título se desarrolló un estudio bibliográfico de análisis de contenido en el ámbito universitario los métodos y hábitos de aprendizaje son elementos esenciales para el éxito académico del estudiante.

En la investigación, se realizará un estudio bibliográfico desde un enfoque exploratorio descriptivo, con un enfoque cualitativo y una revisión bibliográfica de trabajos realizados desde el año 2013 hasta 2023 en el Ecuador. Se realizará una búsqueda exhaustiva de estudios, investigaciones y literatura académica relacionada con el tema en indagaciones académicas, bibliotecas digitales y repositorios en línea.

La revisión bibliográfica permitirá explorar, describir métodos y hábitos en la educación a los estudiantes universitarios del Ecuador.

Palabras claves: Universitarios, técnicas y hábitos de estudio.

## **Abstrac**

The document mentions the importance of learning correct study habits for Young university students, including the need for a quiet and organized study space, proper posture, time management and motivation. It also reveals different types of study habits, such as self-study, and motivation. It also reveals different types of study habits, such as self-study and reading skills, and factors that can affect study habits, such as relaxation, attention, concentration, and attitude. This document details the techniques and habits necessary mentioned that the environmental conditions, such as the family environment, the physical environment, the organization of the study space, the social environment and the availability of learning resources, affected it is necessary to know the techniques and study habits.

During the elaboration of the title, a bibliographic study of content analysis was developed in the university environment, the methods and learning habits are essential elements for the academic success of the student.

In the research, a bibliographic study will be carried out from a descriptive exploratory approach, with a qualitative approach and a bibliographic review of Works carried out from 2013 to 2023 in Ecuador. An exhaustive search of studies, research and academic literature related to the topic will be carried out in academic inquiries, digital libraries and online repositories.

The bibliographic review will allow to explore, describe methods and habits in education to the university students of Ecuador.

**Keyword:** University students, techniques and habits of study.

## **Introducción**

En el ámbito universitario, los métodos y hábitos de aprendizaje son elementos importantes para el éxito académico de un estudiante. Este estudio busca la manera en la que abordan los estudiantes el proceso de aprendizaje, gestionando su tiempo y recursos influye directamente en su rendimiento académico y en la adquisición de conocimientos. Por esta razón, resulta de vital importancia investigar y comprender las prácticas de estudio empleadas por los jóvenes universitarios.

Este artículo pretende realizar una exhaustiva revisión bibliográfica de los trabajos elaborados en Ecuador desde el año 2013 hasta el 2023, con el objetivo de indagar los métodos y hábitos de aprendizaje de los estudiantes universitarios del Ecuador. Esta revisión se enfocará en identificar las principales tendencias, fortalezas y debilidades en la forma en que los estudiantes afrontan sus estudios, con el fin de identificar posibles problemas que se desarrollan en las aprender técnicas y hábitos debido a las dificultades de aprendizaje.

El estudio sobre métodos y hábitos de aprendizaje se ha convertido en un área de investigación relevante en la educación, se reconoce que los estudiantes enfrentan desafíos particulares al adaptarse a la vida universitaria. El cambio de la educación secundaria a la superior conlleva un aumento en la autonomía y la responsabilidad del estudiante, lo que implica la necesidad de desarrollar habilidades de estudio efectivas.

En este sentido, algunos autores han destacado un medio para adquirir técnicas de estudio que permitan obtener un ejercicio más significativo y una mejor retención de la información. Según Jaén Hernández (2022), el uso de estrategias de estudio adecuadas puede influir positivamente en el rendimiento de los estudiantes. Por otro lado, Dunlosky J. y otros, (2013) señalan que la elección de estrategias de estudio efectivas puede mejorar la comprensión, el recuerdo y la transferencia de conocimientos.

No obstante, a pesar de la importancia de los métodos y hábitos de aprendizaje, es necesario reconocer que muchos estudiantes universitarios enfrentan dificultades en este aspecto. Algunos investigadores han encontrado que los jóvenes tienden a utilizar estrategias métodos de enseñanza ineficaces, por ejemplo, simple repetición de la información o el subrayado indiscriminado de textos (Willingham, 2017). Además, se ha observado una falta de planificación y organización en el tiempo de estudio, así como dificultades para manejar el estrés y las distracciones (Cuesta, 2019).

En el contexto latinoamericano, diversas investigaciones han abordado sobre las técnicas y hábitos en estudiantes universitarios. Gómez et al. (2016) llevaron a cabo una investigación en México para examinar las estrategias de aprendizaje de los estudiantes y su rendimiento del aprendizaje. Los resultados mostraron que aquellos estudiantes que empleaban métodos de enseñanza tales como resúmenes y preparación de mapas conceptuales obtuvieron mejores calificaciones en comparación con aquellos que solo utilizaban estrategias más superficiales, como la simple repetición.

Por otro lado, Pacheco et al. (2018) presentó una investigación en Colombia evaluó el impacto de diferentes rutinas de estudio en el proceso de aprendizaje de los jóvenes universitarios. Sus hallazgos indicaron que el establecimiento de metas claras, la planificación efectiva del tiempo y la adopción de estrategias de estudio activas y reflexivas estaban asociados con un mejor rendimiento académico.

No obstante, existen también perspectivas divergentes sobre los métodos y hábitos de aprendizaje más eficaces. Smith y otros (2016) argumentan que el impacto de las estrategias de estudio puede variar dependiendo de componentes como el tipo de contenido a aprender y las características individuales de los estudiantes. Según estos autores, no existe una fórmula única y universal para el éxito en el estudio, sino que cada estudiante debe encontrar las técnicas que mejor se adapte a tu estilo de aprendizaje y a las demandas de cada asignatura.

En este sentido, es necesario llevar a cabo una revisión bibliográfica que sintetice y analice los trabajos realizados desde el año 2013 hasta el 2023 en Ecuador, para identificar tendencias claves, fortalezas y debilidades de los métodos y hábitos de aprendizaje de los estudiantes universitarios en Ecuador. Esta revisión permitirá obtener una visión integral de las prácticas de estudio y contribuirá a identificar las principales tendencias, fortalezas y debilidades en la forma en que los estudiantes afrontan sus estudios, con el fin de identificar posibles problemas que se desarrollan en aprender técnicas y hábitos debido a las dificultades de aprendizaje.

### **Justificación**

El presente estudio busca investigar y comprender nuestro tema planteado que es empleado para los alumnos y alumnas universitarias en el Ecuador desde el año 2013 hasta el 2023. Esta investigación se justifica por diversas razones que resaltan la importancia de resolver este problema en contexto educativo contemporáneo.

En primer lugar, es ampliamente reconocido que las técnicas y hábitos en la educación tienen importancia en el triunfo académico de los estudiantes universitarios. La manera en que los estudiantes se acercan al proceso de aprendizaje y gestionan sus recursos puede influir directamente en su rendimiento y en la adquisición de conocimientos. La educación superior requiere de un mayor nivel de independencia y responsabilidad del estudiante, lo que implica la necesidad de desarrollar habilidades de estudio efectivas. Por lo tanto, comprender cómo los estudiantes están abordando sus estudios y qué técnicas están utilizando resulta esencial para mejorar la calidad de la educación universitaria en Ecuador.

En segundo lugar, existe evidencia de que muchos estudiantes universitarios enfrentan dificultades sobre sus métodos y hábitos de estudio. Algunas investigaciones han mostrado que los estudiantes tienden a utilizar estrategias poco efectivas, como la simple repetición o el

subrayado indiscriminado de textos, en lugar de emplear técnicas más activas y reflexivas que promuevan un aprendizaje significativo (Willingham, 2017). Además, se ha observado una falta de planificación y organización en el tiempo de estudio, así como dificultades para las distracciones (Cuesta, 2019). Estas dificultades tienden a afectar negativamente el rendimiento de los estudiantes, es crucial investigar cómo se están abordando estas problemáticas en el contexto ecuatoriano.

En tercer lugar, la revisión bibliográfica de investigaciones realizadas en Ecuador desde el año 2013 hasta el 2023 permitirá identificar las principales tendencias, fortalezas y debilidades en métodos y hábitos de aprendizaje de los estudiantes universitarios en la región. Esto proporcionará una visión integral de las áreas investigativas de estudio que permitirá comprender claramente las necesidades y desafíos particulares que enfrentan los estudiantes en Ecuador. A su vez, se podrán extraer lecciones aprendidas de estudios previos y establecer recomendaciones específicas para mejorar los resultados de aprendizaje y eficacia estratégica en el estudio de la educación universitaria en Ecuador.

Además, la base de este estudio es en la escasez de estudios exhaustivos que se hayan centrado en aprender técnicas y hábitos en el contexto ecuatoriano. Aunque existen investigaciones puntuales sobre el tema, no se llevó a cabo la revisión de documentos sistemáticos y estos han sido actualizados en un periodo amplio de tiempo y que incluya una diversidad de enfoques y perspectivas. Por lo tanto, este estudio investigativo llenará un vacío en la literatura existente y contribuirá a la generación de conocimiento sobre las prácticas de estudio en el contexto universitario ecuatoriano.

En conclusión, el presente proyecto de investigación justifica su importancia debido a la relevancia de hábitos de estudio y métodos en el rendimiento estudiantil universitario. La investigación y comprensión de cómo los estudiantes están abordando sus estudios y qué técnicas están utilizando resulta esencial los métodos y hábitos de estudio estudiantil en

Ecuador. Además, la revisión bibliográfica de los trabajos realizados en el país permitirá identificar tendencias, fortalezas y debilidades en las prácticas de estudio.

## Índice de Contenido

PRIMERA PARTE.....	8
I.  Establecimiento del tema.....	8
II. Objetivos.....	10
II.1  Objetivo general.....	10
II.2  Objetivo específico.....	10
III. Eje de la investigación.....	10
IV.  Objeto de la práctica de la investigación.....	11
V.  Metodología.....	13
VI. Preguntas clave.....	14
VII.  Organización y procesamiento de la información.....	15
VIII. Análisis de la información.....	18
SEGUNDA PARTE.....	19
IX.  Justificación.....	19
X.  Caracterización de los beneficiarios.....	21
XI. Interpretación.....	21
XII. Conclusiones.....	30
XIII. Recomendaciones.....	31
XIV. Referencias bibliográficas.....	32
XV.  Anexo 1.....	1
XVI. Anexo 2.....	10

XVII.	Anexo 3 .....	7
XVIII.	Glosario .....	11

## **PRIMERA PARTE**

### **I. Establecimiento del tema**

**Tema del trabajo investigativo:** Trabajo bibliográfico en el campo de la psicología educativa.

**Nombre del proyecto:** Las técnicas y hábitos de estudio en los estudiantes universitarios, una revisión bibliográfica de trabajos realizados desde el año 2013 - 2023 del Ecuador.

**Delimitación del tema:** La investigación actual se enfoca en estudiar los métodos y hábitos de enseñanza de los estudiantes universitarios en el Ecuador, con una revisión bibliográfica de trabajos realizados entre los años 2013 y 2023. Este estudio tiene como objetivo en analizar y comprender las prácticas de estudio adoptadas por los estudiantes en el contexto ecuatoriano, así como identificar las estrategias más eficaces para perfeccionar los resultados del aprendizaje.

La elección de este tema se debe a conocer la importancia de los métodos y hábitos de aprendizaje en el proceso de formación de los estudiantes. El ingreso a la formación superior está asociado con el cambio significativo en el estudio, ya que los estudiantes deben hacer frente a una mayor carga académica, una mayor autonomía y exigencias más rigurosas. Por lo tanto, es fundamental que los estudiantes adquieran habilidades de estudio efectivas que les permiten para enfrentar exitosamente los desafíos académicos y alcanzar un rendimiento óptimo.

La delimitación temporal de la investigación se establece desde el año 2013 hasta el año 2023, con el objetivo de abarcar una década de estudios recientes en el contexto ecuatoriano. Esta elección se basa sobre la necesidad de información actualizada sobre métodos y prácticas de enseñanza utilizados por los estudiantes universitarios en Ecuador, ha

existidos cambios significativos en la productividad en los últimos años en los estudiantes universitarios, los enfoques pedagógicos, el uso de tecnología y las demandas académicas.

Es importante resaltar que esta investigación se enfoca específicamente en el contexto ecuatoriano, ya que las prácticas de estudio pueden variar según los factores socioculturales, el sistema educativo y las particularidades de cada país. Al delimitar el estudio a Ecuador, se busca brindar una perspectiva más precisa y contextualizada sobre métodos y hábitos de aprendizaje para los jóvenes universitarios del país.

La metodología utilizada en esta investigación será una revisión bibliográfica exhaustiva de trabajos académicos, investigaciones y estudios publicados en revistas científicas, libros y otros recursos relevantes. Se realizará una búsqueda sistemática de literatura, utilizando palabras claves asociado con los métodos y hábitos de aprendizaje para estudiantes universitarios en Ecuador. Los comentarios de inclusión y exclusión se utilizarán para seleccionar estudios relevantes que cumplan con los objetivos del estudio.

En conclusión, este estudio tiene como objetivo investigar los métodos y hábitos de estudio de los estudiantes ecuatorianos, con el propósito de identificar estrategias efectivas que puedan mejorar su rendimiento académico. La delimitación temporal de la investigación abarca el período de 2013 a 2023, y se centrará en una revisión bibliográfica exhaustiva de trabajos académicos publicados en el contexto ecuatoriano. En la expectativa de los resultados de este estudio proporcionen información relevante y actualizada que contribuya al desarrollo de programas de apoyo y orientación académica para los estudiantes universitarios en Ecuador.

## **II. Objetivos**

### **II.1 Objetivo general**

Identificar las técnicas y hábitos de estudio que presentan los estudiantes universitarios del Ecuador.

### **II.2 Objetivo específico**

- Describir las técnicas y hábitos de estudio que se presentan con mayor frecuencia en los estudiantes universitarios.
- Identificar posibles problemáticas que se presentan al no haber desarrollado hábitos y técnicas de estudio adecuadas.

## **III. Eje de la investigación**

El eje central de esta investigación es comprender los métodos y hábitos de aprendizaje de los estudiantes universitarios de Ecuador, con el objetivo de identificar posibles problemas que se desarrollan en las mismas debido a las dificultades de aprendizaje. A continuación, se presentan citas de varios autores que respaldan y enriquecen este eje de investigación:

Las técnicas y hábitos de estudio son aspectos fundamentales en el proceso de aprendizaje de los estudiantes universitarios. El desarrollo de habilidades para planificar, organizar, gestionar el tiempo y emplear estrategias de estudio adecuadas puede tener un impacto significativo en su éxito académico (Baker & Brown, 2018).

De la misma manera "tener métodos y hábitos de enseñanza efectivos es esencial para los estudiantes, ya que les permite enfrentar las exigencias académicas, maximizar su aprendizaje y alcanzar un rendimiento óptimo" (Díaz-Morales & Martínez-Martí, 2016). "La identificación y utilización de técnicas de estudio apropiadas puede mejorar la retención de

información, entender conceptos y en la obtención de habilidades, para mejorar el conocimiento en situaciones académicas" (Weinstein & Acee, 2018).

El establecimiento de hábitos de aprendizaje regulares y consistentes es esencial para la excelencia académica de los estudiantes. La disciplina y la constancia en la dedicación al estudio promueven la eficiencia, la concentración y el rendimiento en las tareas académicas. (Pintrich & Groot, 2016)

"Los estudiantes universitarios pueden beneficiarse de estrategias de estudio activas y profundas, tales como analizar, sintetizar y aplicar información. Estas estrategias promueven la comprensión profunda y la transferencia de conocimientos a nuevas situaciones" (Miyatsu y otros, 2019).

#### **IV. Objeto de la práctica de la investigación**

El objeto del estudiando de acuerdo a los métodos y hábitos de enseñanza de los estudiantes universitarios es analizar y comprender en profundidad los diversos aspectos relacionados con el estudio académico, su impacto sobre el rendimiento de los estudiantes. A continuación, se presentan citas de varios autores que respaldan y enriquecen el objeto de la práctica de investigación:

"Las prácticas de las técnicas de estudio y hábitos de estudio nos permiten explorar y descubrir nuevos enfoques, estrategias y metodologías que pueden mejorar significativamente el proceso educativo y logro estudiantil" (Pintrich P. R., 2013).

El autor destaca que la experiencia investigativa en el campo de las técnicas y hábitos que nombra en el proyecto nos permite explorar y descubrir nuevas formas para mejorar el proceso educativo y obtener un logro estudiantil. Su enfoque se centra en la generación de conocimiento basado en evidencia y en ofrecer orientaciones prácticas para mejorar los procesos de estudio.

La práctica de investigación nos proporciona la oportunidad de identificar y comprender los factores que influyen en la adquisición y aplicación efectiva de las técnicas de estudio, así como en la formación de hábitos de estudio que promuevan un aprendizaje autónomo y significativo (Zimmerman, 2008).

Zimmerman resalta la importancia de la práctica de investigación para identificar los componentes que inquietan la adquisición del uso eficaz de los métodos de enseñanza, así como en los hábitos de estudio autónomos y significativos. Su enfoque se basa en comprender la interacción entre los aspectos individuales, sociales y contextuales relacionados con el estudio.

La práctica de investigación en las técnicas y hábitos de estudio es fundamental para generar conocimiento basado en evidencia y ofrecer recomendaciones y orientaciones prácticas a los estudiantes, educadores y profesionales interesados en la mejora de la calidad y eficacia del proceso educativo. (Weinstein & Smith, 2018)

Estos autores subrayan que la práctica de investigación tiene un enfoque en aprender sobre las técnicas y hábitos por el cual es fundamental para generar conocimiento basado en evidencia y ofrecer recomendaciones prácticas a estudiantes, educadores y profesionales interesados en la mejora de la calidad y eficacia del proceso educativo. Su enfoque se centra en avanzar en aprendizaje y estrategias de aprendizaje.

"La práctica de investigación nos permite investigar y comprender la interacción entre los aspectos individuales, sociales y contextuales en ello influir en la adopción y el desarrollo de métodos y hábitos de aprendizaje efectivos " (Artino, 2013).

Artino destaca la importancia de investigar y comprender la interacción entre los aspectos individuales, sociales y contextuales, influir en la aceptación y el desarrollo técnicas y hábitos de estudio efectivos. Su enfoque se basa en comprender cómo los estudiantes

perciben y emplean estrategias de estudio, así como en explorar cómo estas estrategias se relacionan con la autorregulación y la motivación.

En conjunto, estas citas enfatizan la importancia de practicar la investigación en el campo en aprender sobre técnicas y hábitos. Resaltan la necesidad de generar conocimiento basado en evidencia, identificar factores que afectan el proceso de estudio y ofrecer recomendaciones la práctica mejora en el proceso de aprendizaje y resultados. Estas perspectivas respaldan la importancia de llevar a cabo investigaciones rigurosas y bien fundamentadas en este campo para beneficiar a los estudiantes, educadores y profesionales interesados en mejorar el proceso de estudio.

## **V. Metodología**

Este estudio se llevará a cabo utilizando un enfoque exploratorio descriptivo, con un enfoque cualitativo y una revisión bibliográfica de trabajos realizados desde el año 2013 hasta 2023 en el Ecuador. Se realizará una búsqueda exhaustiva de estudios, investigaciones y literatura académica relacionada con el tema en información académica, bibliotecas digitales y repositorios en línea.

Los criterios de inclusión se basarán en la relevancia temática y la adecuación al período de tiempo establecido. Los datos recopilados se analizarán mediante técnicas de análisis de contenido, identificando patrones, tendencias y relaciones en la literatura revisada.

La revisión bibliográfica permitirá explorar y describir sobre los métodos y hábitos de educación a los estudiantes universitarios en Ecuador, así como entender los factores que influyen en sus elecciones. También se examinarán las dificultades o problemas asociados de acuerdo a la temática y se analizarán las implicaciones en el rendimiento académico.

Las conclusiones de la investigación proporcionarán una visión general de los métodos y hábitos de aprendizaje de los estudiantes universitarios del Ecuador, así como recomendaciones en mejorar el aprendizaje y los resultados del aprendizaje en este contexto.

Es importante destacar que este enfoque exploratorio descriptivo y cualitativo se centrará en la revisión de literatura existente y no incluirá la recolección de datos primarios a través de participantes directos.

## **VI. Preguntas clave**

Preguntas de inicio:

¿Cuál es el método de enseñanza más eficaz utilizado por los estudiantes?

¿Cuáles son los hábitos de estudio más comunes entre los estudiantes universitarios y cómo afectan su rendimiento académico?

Preguntas interpretativas:

¿Cuáles son los factores psicológicos, socioeconómicos y contextuales que influyen en la elección y adopción de técnicas y hábitos de estudio por parte de los jóvenes universitarios?

¿De qué manera los estudiantes universitarios perciben y valoran la utilidad de las técnicas y hábitos de estudio en su proceso de aprendizaje?

Pregunta de cierre:

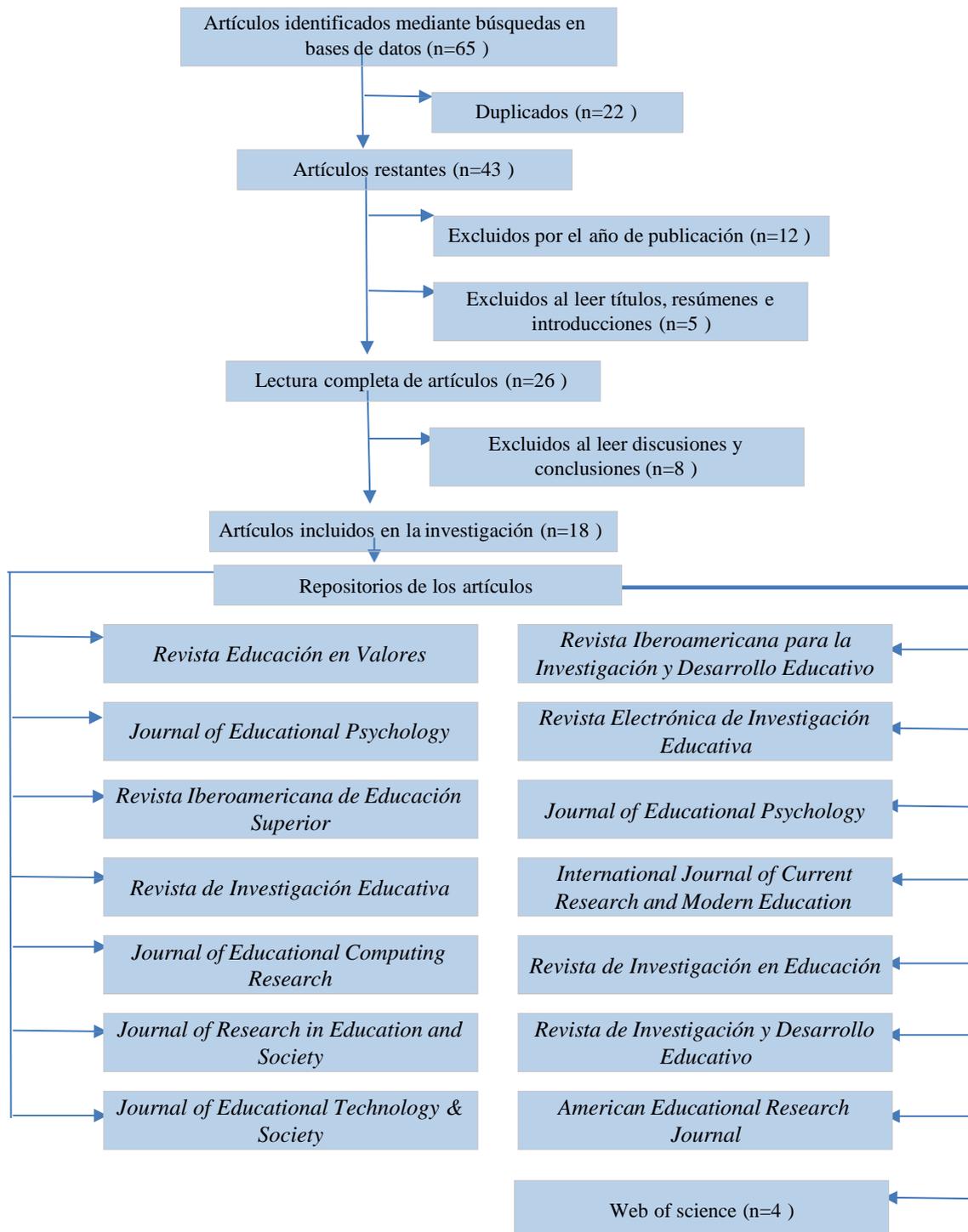
¿Cuáles son las recomendaciones específicas que se pueden ofrecer a los estudiantes universitarios y educadores para promover el uso efectivo de acuerdo al tema planteado?

¿Cuáles son las áreas de investigación futura que podrían enriquecer nuestra comprensión de las técnicas y hábitos de estudio en los estudiantes universitarios?

## VII. Organización y procesamiento de la información

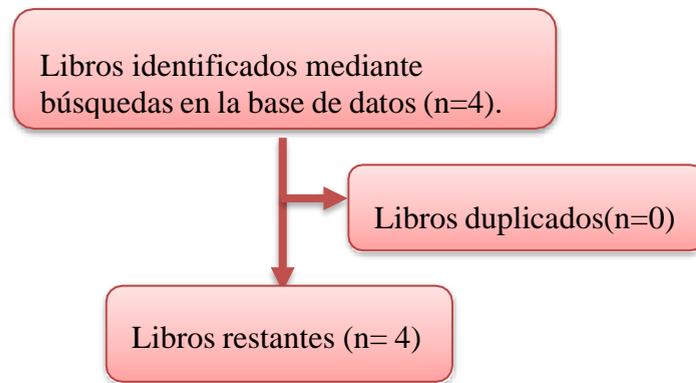
**Figura 1**

*Indagación de artículos científicos*

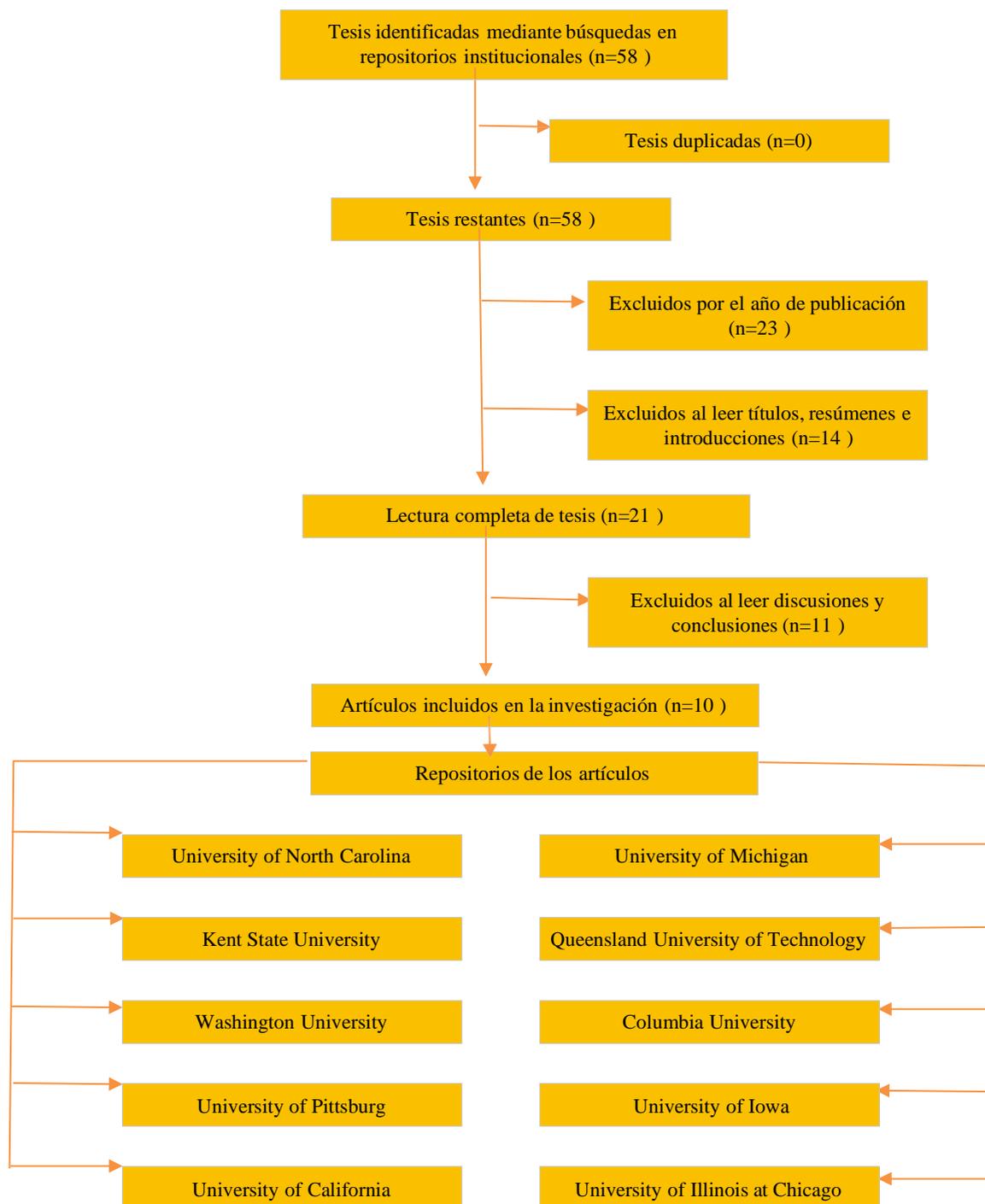


Elaborado/adaptado por: Carpio y Castañeda (2023).

**Figura** *Indagación en libros*



Elaborado/adaptado por: Carpio y Castañeda (2023).

**Figura 3***Indagación de tesis universitarias*

Elaborado/adaptado por: Carpio y Castañeda (2023).

En la imagen 1 se indica el primer esquema con la información textual seleccionada para los artículos científicos, son fuentes de bases de datos confiables

En la figura 2 se muestra el libro identificado mediante la búsqueda en bases de datos analizados para el desarrollo del presente trabajo, detallando la recopilación de información, puntualizando aspectos claves de conceptos como definiciones del tema tratado.

consideramos que son fuentes de bases de datos confiables.

En la figura 3 se muestra la revisión de tesis utilizado para desarrollar el trabajo, detallando la recopilación de información de aspectos clave de conceptos como definiciones de técnicas, hábitos de estudio y obtener conocimiento mediante la información obtenida para un mejor aprendizaje, para la realización de este trabajo se utilizó fuentes de bases de datos confiables.

### **VIII. Análisis de la información**

Se realizará un análisis desde el enfoque cualitativo centrándonos en conocer aprender técnicas y hábitos en los estudiantes universitarios.

Los datos contextuales y el marco conceptual que presentamos en este estudio se utilizarán para desarrollar las variables, extrayendo la información en la que nos centraremos en esta investigación.

El estudio a esta investigación nos ayudará a obtener una información más clara y precisa. Según (Bernete, F et al., 2013) en la realización para el análisis de información se utilizará textos tanto físicos como electrónicos los cuales son herramientas que vamos a tener uso para la realización el trabajo de titulación en ello se realizará una lectura comprensiva y crítica.

En base a la metodología cualitativa en la interpretación de estudios recientes se va a recompilar información y en la realización de revisión de publicaciones, tiene un enfoque de se obtuvieron los criterios de inclusión y exclusión.

La manera en la que vamos a recaudar información es mediante una lectura general después se ejecutará el proceso de análisis en relación a las variables que fueron descritas confrontar desde el criterio del autor.

De acuerdo a la información obtenida de libros, revistas y artículos científicos realizamos tres matrices, en las cuales colocamos la información especificando todos los datos de interés para nuestra investigación.

## SEGUNDA PARTE

### IX. Justificación

Este estudio sobre métodos de enseñanza y hábitos de los estudiantes universitarios nos permite acercarnos a los problemas académicos que los jóvenes universitarios pueden encontrar durante sus estudios.

La edad de los estudiantes universitarios según los datos realizados por parte de la Encuesta Nacional de Empleo y Subempleo del Instituto Nacional de Estadística y Censos (Martínez Molina et al., 2019) afirma lo siguiente:

Las edades cronológicas de los estudiantes universitarios del Ecuador son las siguientes:				
	Porcentaje	Hombres o Mujeres	Edad	Área urbana o rural.
Estudiantes matriculados en Universidades del Ecuador	86.26%	Mixto		Urbana
	13.74%	Mixto		Rural
	48.13%	Hombres		Rural
	51.87%	Mujeres		Rural
Estudiantes de pregrado	61.14%		18 a 22 años	
	29.81%		23 a 29 años	
	9.05%		30 años	

Elaborado/adaptado por: (Martínez Molina et al., 2019).

Las principales dificultades que enfrentan los estudiantes universitarios son “La transición de la escuela secundaria a la universidad puede significar una nueva vida en otro lugar, lejos de la familia y conocer nuevos amigos o compañeros, asistir a clases y administrar el tiempo y los recursos materiales de manera efectiva” (Pérez et al., 2013). Al cambio de lugar de enseñanza existe una gran diferencia de exigencias en ellos “La universidad no tiene control sobre la asistencia a clases y la actualización de perfiles, sino que ofrece oportunidades de ocio, culturales y recreativas, especialmente durante festivales, ceremonias de iniciación, becas, etc.” (Pérez et al., 2013).

En relación al estudio en el campo universitario existe “mayor nivel de exigencias y menor contacto personal entre profesores y alumnos, lo que puede afectar a la motivación de aprendizaje, ya que se reduce significativamente cuando los alumnos se encuentran con demasiadas tareas, problemas, ejercicios” (Pérez et al., 2013).

En cuanto a los aspectos emocionales en los primeros años en la universidad existen retos en su estudio universitario para esto “es necesario una construcción subjetiva de sí mismo, una regulación del comportamiento y el desarrollo de habilidades que ayuden a obtener un mejor estudio” (Villegas, et al 2015). Debido a esto se implementa el reconocimiento de hábitos de estudio y con ellos dificultades de aprendizaje esto podría ser debido a que “los estudiantes van a la universidad y presentan distintos problemas de aprendizaje y bajo desempeño académico. Suelen tener materias reprobadas por las bajas calificaciones, también pueden presentar antecedentes de apoyos psicológicos especializados” (Pérez, 2014).

Esta investigación nos hará conscientes sobre el reconocimiento de los métodos y hábitos de aprendizaje en la población universitaria.

## **X. Caracterización de los beneficiarios.**

Los favorecidos indirectos de esta publicación son los estudiantes universitarios de quienes se va a recibir información sobre métodos y hábitos de enseñanza.

Los estudiantes universitarios que presenten deficientes hábitos y técnicas de estudio probablemente tendrán dificultad en el aprendizaje.

La importancia del estudio investigativo sobre las técnicas de estudio es para fomentar la mejora en el aprendizaje y rendimiento estudiantil universitarios y el uso de métodos de enseñanza que no son aplicadas correctamente o por la falta de uso, esto puede tener un impacto negativo en el desempeño en el alcance de “Los hábitos facilitan y benefician la realización de cualquier actividad, porque permiten realizarla de manera más rápida, eficiente y precisa.” (Capdevilla Seder y Bellmunt Villalonga, 2016).

El grupo beneficiario en esta revisión bibliográfica son los estudiantes universitarios que van a adquirir información para poder tener un mejor aprendizaje y además reconocer los beneficios de los buenos hábitos de estudio.

## **XI. Interpretación**

En la elaboración de nuestro estudio hemos optado en realizar una recopilación de información bibliográfica la cual nos enfocaremos en conocer métodos y hábitos enseñando a estudiantes universitarios.

### **Técnicas de estudio**

Los métodos de enseñanza se refieren a las estrategias específicas que los estudiantes usan para procesar y absorber información de manera efectiva, para mejorar su comprensión y retención de los contenidos, y facilitar el aprendizaje. Estas técnicas pueden incluir una variedad de métodos y enfoques, como la lectura activa, la elaboración resumir, hacer ejercicios de práctica y aplicar estrategias de memorización.

Según Pashler et al. (2013):

Habilidades de estudio se refieren a estrategias de trabajos específicos que los alumnos emplean Obtener y almacenar información. Estas habilidades incluyen estrategias de organización, como preparar un resumen con la organización de la indagación, así como prácticas con recuperación, como realizar pruebas y hacer preguntas.

Son esenciales para capacitar a los estudiantes, lograr buenos resultados académicos universitarios, “son planteamientos que los estudiantes pueden usar para completar el proceso de formación uno más activo.” (Delgado Fernández y Ruiz Peralta, 2021) por ende “es un proceso separado que utilizan diferentes aspectos como el entorno con la motivación” (Delgado Fernández y Ruiz Peralta, 2021) el estudiante opta por formarse de acuerdo a su ritmo de aprendizaje. (De la Cruz Nogales, 2009) afirma las habilidades de análisis con una totalidad de instrumentos razonables, asisten amparar la atención y faciliten el proceso de retención e instrucción.

Los autores destacan con las técnicas en estudio incluyen estrategias de organización y prácticas de recuperación. Esto sugiere que los estudiantes pueden mejorar su aprendizaje al estructurar y resumir la información, así como al poner a prueba su conocimiento a través de pruebas y preguntas.

Smith et al. (2016) definen habilidades de enseñanza como:

Procedimientos con enfoques uso estudiantil de manera intencionada a mejorar su aprendizaje y comprensión. Estas técnicas pueden incluir el uso de estrategias de lectura activa, interpretación y uso de mapas conceptuales herramientas de memoria, como la mnemotecnia.

Los autores resaltan la importancia de técnicas como la lectura activa, para explicar de elaboración y uso de mapas conceptuales herramientas de memoria. Esto sugiere que los estudiantes pueden beneficiarse al involucrarse activamente con el material, organizar visualmente los conceptos y utilizar técnicas mnemotécnicas para mejorar la retención.

En palabras de (Dunlosky J. y otros, 2013):

Aprender habilidades es un método específico que los alumnos emplean en codificar, planificar y recuperar informe con el objetivo para mejorar su aprendizaje con tecnologías técnicas pueden incluir la práctica distribuida, la intercalación de diferentes temas y el uso de ejemplos concretos para ilustrar conceptos abstractos.

Los autores destacan la práctica distribuida, la intercalación y el uso de ejemplos concretos como técnicas de estudio efectivas. Esto sugiere que los estudiantes pueden mejorar su aprendizaje al espaciar sus sesiones de estudio, mezclar diferentes temas y utilizar ejemplos para relacionar conceptos abstractos con situaciones concretas.

En general, estas citas proporcionan una visión amplia de las habilidades de enseñanza y resaltan significado de estrategias específicas, como en organización, la práctica de la recuperación y el uso de herramientas visuales o mnemotécnicas. Estas técnicas pueden cooperar con los alumnos a optimizar la enseñanza, comprensión y retención con información.

Mediante la investigación profundizaremos acerca de las siguientes técnicas de estudio.

**Observar:** Percibir o notar algo a través de los sentidos.

**Interpretar:** Darle un significado o sentido a algo, especialmente a un mensaje o una investigación.

**Analizar:** Examinar detalladamente algo para comprender sus partes o elementos y su relación entre ellos.

**Estrategias de elaboración:** se separa de cosas simples a complejas, como aprender un nuevo idioma se encuentra el aprendizaje confuso como saber los denominados de los camaradas de aula o estudiar para un examen de anatomía.

**Estrategias de organización:** Técnicas o métodos utilizados para procesar y organizar la información de manera más efectiva.

**Comparar:** Analizar las similitudes y diferencias entre dos o más elementos o conceptos.

**Expresar:** Comunicar o manifestar ideas, pensamientos o sentimientos de forma verbal o escrita.

**Retener:** Mantener en la memoria algo aprendido o experimentado.

**Sintetizar:** Resumir o condensar información para obtener una visión general o comprensión concisa.

**Deducir:** Llegar a una conclusión lógica basada en premisas o evidencias previas. .

**Generalizar:** Extraer una idea, patrón o característica común a partir de casos individuales o específicos.

**Evaluar:** Valorar o juzgar la calidad, eficacia o importancia de algo según criterios establecidos.

**Comprender:** Entender, asimilar o captar el significado y la naturaleza de algo.

## Habilidades con aprendizaje

Las habilidades con destreza son costumbres y prácticas con alumnos emplean de manera sistemática y regular para optimizar su aprendizaje y desempeño académico, los mismos permiten tener habilidades para el uso de las metodologías. Las habilidades de estudio han sido estudiadas desde la corriente cognitiva conductual se ha demostrado el correcto desarrollo académico en los estudiantes según el autor Enríquez (Bedolla Solano, 2018) afirma que ““Éste los hábitos son conductas o conductas que las personas repiten una y otra vez;

Sin embargo, no son congénitas, es decir, no nacen contigo, sino adquiridas.

Este Hábito al ser actividades que perfeccionan para tener un mejor desenvolvimiento, “admitirá comprender la principal forma de trabajo en la vida académica de uno y, por lo tanto, aislarse comportamiento que puede poner en peligro su mayor éxito en la investigación, y su carrera profesional” (Mondragón Albarrán et al., 2017).

Sobre hábitos de estudio de los estudiantes universitarios (Mondragón Albarrán et al., 2017) mencionan que con el mismos “nos llevará al formulario principal trabajo en su vida académica, aislando así comportamientos que puedan afectarlos afectará su futuro éxito académico y su carrera profesional”. Es decir, es primordial que los estudiantes analicen las actividades que más beneficios traen a la hora estudiar y separaren todas aquellas que perjudican su régimen académico.

Las habilidades de aprendizaje son acciones continuas. Los cuales los estudiantes hacen frente a nuevos conocimientos para entenderlos, memorizarlos y aplicarlos, estos modos se forjan día a día para ser perfeccionados, “puede entenderse como continuo.

La repetición del comportamiento puede conducir a resultados de aprendizaje positivos y donde factores como el interés de los estudiantes y la motivación intrínseca.

los hechos lo demuestran” (García García, 2019). Para generar unas habilidades en aprendizaje en los estudiantes es importante que estén motivados, ya sea porque estudian algo que los apasione o vean los resultados que la disciplina les puede brindar.

### **Condiciones ambientales que influyen en las habilidades con aprendizaje**

Las habilidades con aprendizaje es una serie de conductas y actividades que adquieren los estudiantes universitarios por lo tanto mientras más son repetidas estos hábitos se las va aprendiendo diariamente (García García, 2019). Para generar unas habilidades de enseñanza en los estudiantes se los debe motivar para poder obtener resultados positivos.

Las condiciones ambientales desempeñan un papel crucial en efecto de los hábitos de estudio de los jóvenes universitarios. Ahora representan algunas condiciones ambientales que pueden influir en los hábitos de estudio:

#### **Ambiente familiar:**

La presencia de padres comprometidos, participan de una forma positiva en los movimientos, el valor dado a la educación y la comunicación efectiva en el hogar pueden influir en la motivación, la disciplina y en los resultados del aprendizaje del estudiantado en correspondencia con su capacidad de enseñanza (Martínez Chairez y otros, 2020) menciona que:

El ambiente familiar desempeña un papel crucial en la formación y desarrollo de los hábitos de estudio de los estudiantes. La presencia de padres comprometidos, que

establecen rutinas y expectativas claras con respecto al estudio, puede fomentar la disciplina y la responsabilidad en los estudiantes.

De la misma manera Vargas (2017) afirma que “la participación de los padres en el movimiento de estudio de sus descendientes, brindando apoyo emocional, estableciendo horarios regulares de estudio y supervisando las tareas académicas, puede fomentar la disciplina, el compromiso y la responsabilidad en el estudio”.

En definitiva, se puede decir que para que se generen buenos hábitos de estudio por parte del estudiante en el hogar es primordial el compromiso y preocupación de los progenitores en el adoctrinamiento de su ascendiente. En segundo lugar, establecer horarios de estudio crean rutinas que posteriormente desencadenan en hábitos, a la par que se crea una disciplina que mejorará el rendimiento académico del estudiante.

### **Entorno físico**

El entorno en el que los alumnos realizan sus actividades de estudio puede tener un impacto significativo en su concentración y en la calidad de su aprendizaje. Un entorno tranquilo, bien iluminado y libre de distracciones, como ruidos fuertes o interrupciones constantes, puede facilitar la concentración y el enfoque en las tareas académicas (Sundararajan & Gopalan, 2015).

Es importante encontrar un lugar tranquilo sin distracciones (como posters, fotografías, radio, televisor, celulares, entre otros) para que el estudiante pueda realizar sus tareas concentrado, el espacio escogido debe ser respetado por las personas de alrededor.

### **Organización del espacio de enseñanza**

Con planificación del espacio de habilidades también de manera importante. El ambiente limpio, ordenado y dedicado exclusivamente al estudio puede contribuir a un mejor enfoque y a una mayor eficiencia en el trabajo académico. Contar con un escritorio o área de

trabajo adecuada, donde los materiales y recursos necesarios estén fácilmente accesibles, puede favorecer la productividad y el uso efectivo del tiempo de estudio (Kaur & Kaur, 2015).

Para poder estudiar se debe contar con un espacio con buena ventilación, de la misma manera limpio, bien iluminado, también el disponer de una silla ergonómica ayuda a mantener una buena postura y por ende evitar el cansancio. Se debe evitar estudiar en lugares que no son aptas para realizar este tipo de actividades, como en la cama y/o sofá ya que se los asocia con el descanso.

**Temperatura:** Lo ideal debe ser de 20 a 22 °C.

**Ventilación:** Con los espacios demasiado cerrados tiene una disminución de la melatonina del cuerpo lo cual provoca sueño y el desgaste físico esto provoca la falta de concentración.

**La postura:** El cuerpo debe estar de forma erguida con los hombros y espalda recta la distancia del libro debe ser de 30 cm para su mejor lectura y así la persona no se duerma encima del libro.

**La planificación:** Cada persona debe realizar una planificación para la realización de sus diferentes actividades que sea comprensible y entendible.

**Horario y zona de estudio:** Es necesario establecer un horario de estudio y de esta manera tener una mejor organización del tiempo y las actividades o tareas a realizar.

### **Ambiente social**

El contexto social en el evento puede tener un impacto con las habilidades de estudio. La presencia con compañeros de la enseñanza motivados y comprometidos puede fomentar la cooperación, intercambio de ideas y el apoyo mutuo, lo que a su vez puede influir positivamente en la proactividad y en la adopción de habilidades de aprendizaje efectivos.

Por otro lado, un ambiente social negativo o distractor puede perjudicar la concentración y el rendimiento académico (Usher & Kober, 2014).

#### **Aspectos positivos:**

1. Se reconoció la importancia de las técnicas y aprender hábitos para un mejor desempeño académico en los estudiantes universitarios en ellos tener actitudes positivas, la decisión, organización, responsabilidad y compromiso, así como la necesidad de establecer objetivos y metas para no tener la deserción escolar.
2. Para poder tener un buen rendimiento académico se realizó una investigación sobre tipos de métodos de aprendizaje y hábitos para mejorar las habilidades para el aprendizaje, se destacaron factores determinantes en hábitos de aprendizaje y obtener mejores resultados en el estudio y el trabajo.

#### **Aspectos negativos:**

1. Se mencionan algunos factores que pueden afectar negativamente los hábitos de estudio como el cansancio, la desmotivación, falta de recursos educativos y de la tecnología y de la presencia de un ambiente social negativo o distractor.
2. El cambio de lugar de aprendizaje como la secundaria a la educación superior es un gran desafío para los alumnos, debido a que es un lugar diferente que se enfoca en optar diversas técnicas en aprender y adquirir habilidades de estudio.

En cuanto a este estudio se dio a conocer sobre las diversas técnicas y hábitos que los estudiantes universitarios deben reconocer para potenciar positivamente su aprendizaje, el documento está regido por las investigaciones realizadas por diversos autores por ende da a conocer para desarrollar este proyecto.

## **XII. Conclusiones**

- En el desenvolvimiento de la investigación se encontró poca indagación relevante al contexto ecuatoriano, debido a esto no fue posible validar en forma amplia el contexto investigativo en relación a esta temática en nuestro país.
- La falta de conocimientos en relación a la utilización de los métodos positivos en el aprendizaje dentro del proceso educativo, nos conduce a pensar que los estudiantes no promueven plenamente sus habilidades y destrezas para la adquisición de conocimientos duraderos.
- Mediante el estudio bibliográfico realizado a los estudiantes universitarios carecen de información acerca de las técnicas y hábitos de estudio es por esto que se dio a conocer la importancia que tienen al aprender estos términos para obtener un correcto estudio el cual impide tener un mejor rendimiento académico.
- En relación con la utilización de aplicaciones tecnológicas por parte de los estudiantes universitarios es importante mencionar que algunas de estas aplicaciones si les facilitan el desenvolvimiento académico para tener una información más específica y ampliar sus conocimientos solventando dificultades, logrando sus objetivos al respecto de lo aprendido en clases.
- Se resalta la importancia de acompañar al estudiante al momento de leer y entender el texto, la comprensión lectora de los estudiantes no siempre es buena, por lo que el puntaje académico a veces no cumple con las expectativas del docente, ello también se ve reflejado en los exámenes, en la realización de deberes, lo que puede influir en la motivación de los estudiantes y por ende causar la deserción de los jóvenes universitarios.
- En la organización en algunas universidades del Ecuador se evidencia que no disponen de una instrucción didáctica ni los recursos de infraestructura necesarios

para motivar a los estudiantes a iniciar el proceso de estudio de manera continua y así facilitar el proceso de adquisición de las técnicas y hábitos que favorecen el rendimiento académico.

### **XIII. Recomendaciones**

- Continuar ampliando la investigación de este tema en nuestro contexto, así como la incorporación de datos estadísticos, teniendo en cuenta que esto es muy relevante para potencializar el rendimiento académico en nuestros estudiantes universitarios.
- Dar a conocer a los docentes sobre los métodos activos de enseñanza y su impacto positivo en la comprensión lectora, con el objetivo principal de adquirir conocimientos, en ello solventar dificultades en el estudio.
- Realizar un conversatorio en las instituciones del Ecuador referente a la temática presentada a los jóvenes universitarios para dar a conocer sobre las técnicas y hábitos de estudio que benefician su estudio, aprendizaje para no tener dificultades en su rendimiento académico.
- Aperturar la utilización de recursos tecnológicos en el aula como aplicaciones para descargar libros gratuitos, uso de programas de aprendizaje, permitiendo a los estudiantes universitarios ampliar sus conocimientos y motivando en sus estudios, en ellos logrando cumplir sus objetivos.
- Evaluar periódicamente a los estudiantes universitarios, para determinar el progreso en el rendimiento del aprendizaje, observando los avances cognitivos alcanzados esto podría ser de gran ayuda a los docentes para realizar mejores técnicas en el estudio y disminuir las dificultades que presentan el alumnado.
- Utilizar las instrucciones detalladas anteriormente a los estudiantes universitarios para lograr adquirir mejores técnicas y hábitos de estudio, para que no presenten dificultades e incluso es necesario motivarles durante el proceso del aprendizaje.

#### XIV. Referencias bibliográficas

1. Artino, A. R. (2013). Academic self-efficacy: From educational theory to instructional practice. *Perspectives on Medical Education*, 1(2), 76-85.
2. Baker, L., & Brown, A. L. (2018). *Metacognition, self-regulation, and learning: An overview. Handbook of metacognition in education.*
3. Bedolla Solano, R. (30 de 05 de 2018). Programa educativo de técnicas y hábitos de estudio para lograr aprendizajes sustentables en estudiantes de nuevo ingreso al nivel superior. *Educación superior*(2), 1-22. <https://doi.org/1022-6508>
4. Bernete, F, Marín, A. L., y Noboa, A. (2013). Análisis de contenido (cuantitativo y cualitativo). En *Conocer lo social: estrategias y técnicas de construcción y análisis de datos.* (págs. 1-44). Madrid, Madrid: Universidad Complutense de Madrid. [https://eprints.ucm.es/id/eprint/24160/1/Bernete%20\(2013b\).pdf](https://eprints.ucm.es/id/eprint/24160/1/Bernete%20(2013b).pdf)
5. Capdevilla Seder, A., & Bellmunt Villalonga, H. (1 de Marzo de 2016). Importancia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico del adolescente: diferencias por género. *34*(1), 1-16. <https://doi.org/253261>
6. Cuesta, M. (2019). Hábitos y técnicas de estudio en estudiantes universitarios: Una revisión sistemática de la literatura. *Revista Educación en Valores*, 9(2), 27-38.
7. De la Cruz Nogales, F. M. (2009). Las estrategias de aprendizaje: técnicas para el estudio. 1-10. <https://doi.org/1988-6047>
8. Delgado Fernández, J. R., & Ruiz Peralta, K. A. (10 de Octubre- Diciembre de 2021). Técnicas de estudio y rendimiento académico en estudiantes de secundaria. *Journal of science and research*, 6(4), 1-21. <https://doi.org/2528-8083>

9. Díaz-Morales, J. F., & Martínez-Martí, M. L. (2016). Procrastination, impulsivity, and academic performance: The role of study strategies and examination stress. *Frontiers in Psychology*, 7(1386).
10. Díaz-Morales, J. F., Escribano, C., & Jankowski, K. S. (2019). Procrastination, impulsivity, and time management among university students: A longitudinal study. *Journal of Educational Psychology*. *Journal of Educational Psychology*, 111(4), 775-784.
11. Dunlosky, J., Rawson, K., Marsh, E., Nathan, M., & Willingham, D. (2013). Improving students' learning with effective learning techniques: Promising directions from cognitive and educational psychology. *Psychological Science in the Public Interest*, 14(1), 4-58.  
<https://journals.sagepub.com/stoken/rbtf/Z10jaVH/60XQM/full>
12. Dunlosky, J., Rawson, K., Marsh, E., Nathan, M., & Willingham, D. (2013). Improving Students' Learning With Effective Learning Techniques: Promising Directions From Cognitive and Educational Psychology. *14*(1), 4-58.  
<https://doi.org/10.1177/1529100612453266>
13. García García, Z. (14 de 08 de 2019). Hábitos de estudio y rendimiento académico. *8*(10), 1-14. <https://doi.org/2256-1536>
14. Gómez, J., Martínez, E., & Sandoval, G. (2016). Estrategias de aprendizaje en estudiantes de educación superior y su relación con el rendimiento académico. *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, 7(18), 24-41.
15. Hanrahan, M. (2015). The effect of learning environment factors on students' motivation and learning. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 20, 1388-1392.
16. Hernández, R. (2018). La influencia de la disponibilidad de recursos de estudio en los hábitos académicos de los estudiantes. *Revista de Investigación Educativa*, 36(2), 435-

17. Jaén Hernández , U. R. (2022). Análisis de las técnicas de estudio en estudiantes universitarios de enfermería de nuevo ingreso. 6(1). <https://doi.org/2309-6373>
18. Johnson, L., & Christensen, R. (2015). Educational technology: The influence of environment, cognitive style, and need for cognition on student achievement. *Journal of Educational Computing Research*, 42(4), 487-499.
19. Kaur, J., & Kaur, H. (2015). Impact of study environment on the academic performance of students. *Journal of Research in Education and Society*, 6(2), 85-94.
20. Lai, K. W. (2016). The effects of digital resources on student learning: A review of research. *Journal of Educational Technology & Society*, 19(2), 191-200.
21. Martínez Chairez, G. I., Torres Días, M. J., & Ríos Cepeda, V. L. (11 de 02 de 2020). El contexto familiar y su vinculación con el rendimiento académico. *Revista de Investigación educativa de la rediech*, 11. <https://www.redalyc.org/journal/5216/521662150008/html/>
22. Martínez Molina, O. A., Stefos, E., Rojas Carrasco, O. A., Hinojo Lucena, F. J., Borrell, J. J., Zamora, E., & Zamora Unellez, E. (Noviembre-Enero de 2019). Los Estudiantes de Pregrado en Ecuador: Un Análisis de Datos. (O. A. Martínez Molina, Ed.) *Undergraduate Students in Ecuador: A Data Analysis*, 4(295-14548), 8-445. <https://doi.org/2542-2987>
23. Miyatsu, T., Nguyen, K., & McDaniel, M. (2019). *Strategic learning: How to be a more active learner. In Memory and Metacognition in Learning*. Routledge. <https://doi.org/10.1177/1745691617710510>
24. Mondragón Albarrán, C. M., Cardoso Jiménez, D., & Bobadilla Beltrán, S. (2017). Hábitos de estudio y rendimiento académico. Caso estudiantes de la licenciatura en

- Administración de la Unidad Académica Profesional. 8(15), 3-25.  
<https://doi.org/2007-7467>
25. Mondragón, C., Cardoso, D., & Bobadilla, S. (2017). Hábitos de estudio y rendimiento académico. Caso estudiantes de la licenciatura en Administración de la Unidad Académica Profesional Tejupulco, 2016. *Revista Iberoamericana para la Investigación y Desarrollo Educativo*, 8(15).  
<https://www.redalyc.org/pdf/4981/498154006024.pdf>
26. Pacheco, D., Ramírez, A., & López, G. (2018). Hábitos de estudio y su influencia en el aprendizaje de estudiantes universitarios. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 20(1), 62-71.
27. Pashler, H., Bain, P., Bottge, B., Graesser, A., Koedinger, K., McDaniel, M., & Metcalfe, J. (2013). *Organizing Instruction and Study to Improve Student Learning (NCER 2007-2004)*. U.S. Department of Education.  
[https://ies.ed.gov/ncee/wwc/Docs/PracticeGuide/organizing\\_instruction.pdf](https://ies.ed.gov/ncee/wwc/Docs/PracticeGuide/organizing_instruction.pdf)
28. Pérez, V., Valenzuela Castellanos, M., Díaz, A., González Pienda, J. A., & Carlos Núñez, J. (2013). Dificultades de aprendizaje en estudiantes universitarios de primer año. *scielo*, 3. <https://doi.org/07180462>
29. Pérez, M. C. (2009). *Técnicas de estudio*. San Marcos.
30. Pérez, V., Valenzuela Catellanos, M., Díaz, A., González Pienda, J. A., & Nuñez, C. J. (2013). Dificultades de aprendizaje en estudiantes universitarios de primer año. *Scielo*, 1-16. <https://doi.org/07161840>
31. Pintrich, P. R. (2013). The role of metacognitive knowledge in learning, teaching, and assessing. *Theory into Practice*, 41(4), 219-225.  
[https://doi.org/10.1207/s15430421tip4104\\_3](https://doi.org/10.1207/s15430421tip4104_3)

32. Pintrich, P., & Groot, E. (2016). Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance. *Journal of Educational Psychology*, 82(1), 33-40.
33. Salamea, R., & Cedillo, L. (2021). Hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje en estudiantes universitarios. *Dialnet*, 1-20.
34. Sánchez, E. (2017). Hábitos de estudio. *Cuadernos de Educación y Desarrollo*.
35. Smith, M., Karpicke, J., & Roediger, H. (2016). *Techniques to Enhance Learning and Retention*. In J. W. Pellegrino, M. L. Hilton, & L. R. Bohn-Gettler (Eds.), *Education for Life and Work: Developing Transferable Knowledge and Skills in the 21st Century*. National Academies Press.
36. Smith, S. M. (2017). Does educational intervention affect medical student's study skills, knowledge, and stress. *Plos One*, 12(3). <https://doi.org/e0175907>
37. Subsecretaría de Educación Media Superior. (2014). *Manual para impulsar mejores hábitos de estudio en planteles de educación media superior*.
38. Sundararajan, N., & Gopalan, V. (2015). Study environment and its influence on learning. *International Journal of Current Research and Modern Education*, 1(1), 407-414.
39. Usher, E. L., & Kober, N. (2014). Academic performance and psychological and social factors in adolescents. *Educational Psychologist*, 47(1), 36-51.
40. Vargas, M. (2017). La importancia de la participación de los padres en el estudio de sus hijos. *Revista de Investigación y Desarrollo Educativo*, 1(1), 34-48.
41. Weinstein, C. E., & Smith, J. D. (2018). *The study of learning and study strategies: Moving the field forward*. In *Learning and Study Strategies: Issues in Assessment, Instruction, and Evaluation*. Routledge.

42. Weinstein, Y., & Acee, T. W. (2018). *Learning strategies: The how of learning*. In *The Cambridge Handbook of Cognition and Education*. Cambridge University Press.
43. Willingham, D. T. (2017). *The reading mind: A cognitive approach to understanding how the mind reads*. United States of America: Jossey-Bass a Wiley Brand.  
<https://doi.org/9781119301387>
44. Zimmerman, B. J. (2008). Investigating self-regulation and motivation: Historical background, methodological developments, and future prospects. *American Educational Research Journal*, 45(1), 1-20.  
<https://doi.org/10.3102/0002831207312909>

**XV. Anexo 1**

N°	Año	Título	Autor	Tipo de documento			Tema			Repositorio o biblioteca virtual.
				Tesis	Artículo de revista	Libro	Técnicas de estudio	Hábitos de estudio	Rendimiento académico	
1	2021	Hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje en estudiantes universitarios	Salamea, R., & Cedillo, L.		X			X		Base de datos Google académico (Dialnet).
2	2021	Técnicas de estudio y rendimiento académico en estudiantes de secundaria	Fernández, D., & Peralta, R.		X		X		X	Base de datos Google académico ( <i>Journal of science and research</i> )
3	2019	Strategic learning: How to be a more active learner. In Memory and Metacognition in Learning	McDaniel, M. A., Howard, D. C., & Einstein, G. O.		X		X	X		Base de datos Google académico.
4	2019	Los Estudiantes de Pregrado en Ecuador: Un Análisis de Datos	Stefos.		X					Base de datos Google académico.

5	2019	Factores familiares en el rendimiento académico de los estudiantes	Valiente, M. D.		X				X	Base de datos Google académico. (Revista de investigación)
6	2019	Hábitos y técnicas de estudio en estudiantes universitarios: Una revisión sistemática de la literatura	Cuesta, M.		X		X	X		Base de datos Google académico (Revista educación en valores).
7	2019	Procrastination, impulsivity, and time management among university students.	Díaz-Morales, J. F., Escribano, C., & & Jankowski, K. S		X					Base de datos Google académico ( <i>Journal of Educational Psychology</i> )
8	2018	Handbook of Self-Regulation of Learning and performance	Dale H. Schunk and Jeffrey A. Greene				X			Base de datos Google académico (Handbook).
9	2018	La influencia de la disponibilidad de recursos de estudio en los hábitos académicos de los estudiantes	Hernández, R	X					X	Base de datos Google académico (Tesis)

10	2018	Hábitos de estudio y su influencia en el aprendizaje de estudiantes universitarios	Pacheco, D., Ramírez, A., & López, G.		X			X		Base de datos Google académico (Revista Electrónica investigación educativa).
11	2018	The study of learning and study strategies: Moving the field forward. In Learning and Study Strategies	Weinstein, C. E., & Smith, J. D		X					Bases de datos Google académico ( <i>Issues in Assessment, Instruction, and Evaluation.</i> Routledge)
12	2018	Learning strategies: The how of learning. In The Cambridge Handbook of Cognition and Education	Weinstein, Y., & Acee, T. W.			X				Bases de datos Google académico (Cambridge University Press.)
13	2018	The reading mind: A cognitive approach to understanding how the mind reads	Willingham, D. T			X				Bases de datos Google académico (John Wiley & Sons)
14	2017	Hábitos de estudio y rendimiento académico. Caso estudiantes de la licenciatura en	Carmen Marlene Mondragón Albarrán		X			X		Base de datos Google académico. (Scielo)

		Administración de la Unidad Académica Profesional Tejupilco, 2016	Daniel Cardoso Jiménez Salvador Bobadilla Beltrán							
15	2017	Hábitos de estudio	Sánchez, E		X			X		Base de datos Google académico (revista)
16	2017	Does educational intervention affect medical student's study skills, knowledge, and stress	Smith, S. M.		X			X		Base de datos Google académico
17	2017	La importancia de la participación de los padres en el estudio de sus hijos	Vargas, M.		X			X		Base de datos Google académico (revista investigación y desarrollo)
18	2016	Techniques to Enhance Learning and Retention.	Smith, M. A., Roediger, H. L., & Karpicke, J. D.		X		X			Base de datos Google académico
19	2016	Importancia de los hábitos de estudio en el rendimiento	Seder, C., & Villalonga, B.		X			X		Base de datos Google académico

		académico del adolescente								
20	2016	Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance	Pintrich, P. R., & De Groot, E. V.		X				X	Base de datos Google académico
21	2016	The effects of digital resources on student learning: A review of research	Lai, K. W.		X					Base de datos Google académico
22	2016	Estrategias de aprendizaje en estudiantes de educación superior y su relación con el rendimiento académico	Gómez, J., Martínez, E., & Sandoval, G		X				X	Base de datos Google académico (Revista iberoamericana).
23	2016	Procrastination, impulsivity, and academic performance: The role of study strategies and examination stress	Díaz-Morales, J. F., & Martínez-Martí, M. L.		X				X	Base de datos Google académico (Revista)

24	2015	Educational technology: The influence of environment, cognitive style, and need for cognition on student achievement	Johnson, L., & Christensen, R		X					Base de datos Google académico (revista)
25	2015	Impact of study environment on the academic performance of students	Kaur, J., & Kaur, H.		X				X	Base de datos Google académico (revista)
26	2015	The effect of learning environment factors on students' motivation and learning	Sarac, A.		X					Base de datos Google académico
27	2015	Study environment and its influence on learning	Sundararajan, N., & Gopalan, V.		X		X			Base de datos Google académico
28	2014	How college affects students: Findings and insights from twenty years of research	Pascarella, E. T., & Terenzini, P. T.		X					Base de datos Google académico

29	2014	Manual para impulsar mejores hábitos de estudio en planteles de educación media superior	Subsecretaría de Educación Media Superior		X			X		Base de datos Google académico
30	2014	Academic performance and psychological and social factors in adolescents.	Usher, E. L., & Kober, N						X	Base de datos Google académico
31	2013	Improving Students' Learning With Effective Learning Techniques: Promising Directions From Cognitive and Educational Psychology. Psychological Science in the Public Interest	John Dunlosky Katherine A. Rawson, Elizabeth J. Marsh, Mitchell J. Nathan, Daniel T. Willingham.		X		X			Base de datos Google académico
32	2013	Análisis de contenido (Cuantitativo y cualitativo)	Bernete, F. Antonio Lucas Marín Alejandro Noboa		X		X	X		Base de datos Google académico

33	2013	Improving Students' Learning With Effective Learning Techniques: Promising Directions From Cognitive and Educational Psychology	John Dunlosky, Katherine A. Rawson, Elizabeth J. Marsh, Mitchell J. Nathan, and Daniel T. Willingham.		X		X	X		Bases de datos Google académico (Psychological Science in the Public Interest)
34	2013	Organizing Instruction and Study to Improve Student Learning	Pashler, H., Bain, P. M., Bottge, B. A., Graesser, A., Koedinger, K., McDaniel, M., & Metcalfe, J.		X					Bases de datos Google académico
35	2013	Dificultades de aprendizaje en estudiantes universitarios de primer año	Pérez, V. V., Castellanos, M. V., Díaz, M., Gonzales, J. A., & Nuñez, J.		X					Bases de datos Google académico (scielo)
36	2013	The role of metacognitive knowledge in learning, teaching, and assessing	Pintrich, P. R.							Base de datos Google académico
37	2012	Autoeficacia académica: de la	Anthony, R. Artino, Jr,		X					Base de datos Google académico

		teoría educativa a la práctica docente								(National Library of Medicine)
38	2008	Investigating self-regulation and motivation: Historical background, methodological developments, and future prospects	Zimmerman, B. J.		X					Base de datos Google académico
39	2009	Técnicas de estudio	Pérez, M. C.			X	X			Base de datos Google académico

**XVI. Anexo 2**

N°	Libro	Técnicas de estudio	Hábitos de estudio
1	Handbook of Self-Regulation of Learning and performance	X	X
2	Learning strategies: The how of learning. In The Cambridge Handbook of Cognition and Education	X	X
3	The reading mind: A cognitive approach to understanding how the mind reads	X	X
4	Técnicas de estudio	X	

**XVII. Anexo 3**

N°	Doc.	Técnicas de estudio	Hábitos de estudio
1	La influencia de la disponibilidad de recursos de estudio en los hábitos académicos de los estudiantes		X

## XVIII. Glosario

**Técnicas de estudio:** Son una variedad de habilidades que aumentan la capacidad del estudiante para estudiar, retener y recordar información. Estas técnicas se pueden aprender y aplicar a la mayoría de los campos de estudio y podrían incluir gestión del tiempo, establecimiento de metas, técnicas de lectura, mnemotecnia, técnicas de glosario y una actitud positiva.

**Hábitos de estudio:** Se conocen comúnmente como el comportamiento habitual o las prácticas habituales de una persona para estudiar y aprender de manera efectiva, también se conocen comúnmente como el comportamiento habitual o las prácticas habituales de una persona para estudiar y aprender de manera efectiva.

**Motivación:** Es la fuerza que lleva a las personas a actuar para lograr sus objetivos. Son los activadores de los comportamientos humanos para hacer algo. Las personas están dispuestas a actuar porque están motivadas hacia sus objetivos. El motor de sus acciones puede ser la necesidad de dinero, la necesidad de éxito, la necesidad de posición y su mejor potencialidad.

**Autoaprendizaje:** Es la capacidad de aprender por cuenta propia, sin la necesidad de un instructor o maestro, utilizando recursos y métodos autodidactas.

**Autodidactas:** Personas que adquieren conocimientos y habilidades por sí mismas, sin la necesidad de una educación formal o un instructor, tienen la motivación y la capacidad de aprender de manera independiente, utilizando diferentes recursos como libros, cursos en línea o tutoriales

**Habilidades de lectura:** Es un comportamiento que se realiza regularmente para comprender la información y disfrutar de la lectura.

**Relajación:** Un método utilizado para ayudar a reducir la tensión muscular y el estrés, disminuir la presión arterial y controlar el dolor. Los ejemplos de técnicas de relajación

incluyen tensar y relajar los músculos de todo el cuerpo, imágenes guiadas (enfocar la mente en imágenes positivas), meditación (enfocar los pensamientos) y ejercicios de respiración profunda.

**Atención:** Actividad o estado por el cual un sujeto aumenta su eficiencia respecto de determinados contenidos psicológicos (perceptivos, intelectuales, mnésicos, etc.), la mayoría de las veces seleccionando ciertas partes o ciertos aspectos e inhibiendo o descuidando otros.

**Concentración:** Se define como la capacidad de prestar a algo toda nuestra atención con exclusión de otras distracciones. La mayoría de los estudiantes reportan insatisfacción con su habilidad para concentrarse y sienten que no trabajan tan eficientemente como les gustaría.

Debe tener en cuenta que la mayoría de los adultos pueden concentrarse en una tarea durante un período de 35 a 45 minutos antes de distraerse. Sin embargo, hay algunas técnicas que puede utilizar que pueden ayudar a minimizar las distracciones externas e internas para que pueda usar su tiempo de estudio de manera más efectiva.

**Actitud:** Es una evaluación positiva, negativa o mixta de un objeto expresada en algún nivel de intensidad. es una expresión de una evaluación favorable o desfavorable de una persona, lugar, cosa o evento. Estos son determinantes fundamentales de nuestras percepciones y acciones hacia todos los aspectos de nuestro entorno social. Las actitudes involucran una organización compleja de creencias evaluativas, sentimientos y tendencias hacia ciertas acciones.

**Aprendizaje:** Es el proceso mediante el cual adquirimos conocimientos, habilidades o actitudes a través de la experiencia, el estudio o la enseñanza.

**Rendimiento académico:** Es el nivel de desempeño y resultados obtenidos por un estudiante en sus estudios.

**Adquisición de conocimientos:** Se refiere al proceso de adquirir, procesar, comprender y recordar información a través de uno de varios métodos. Este es un campo de estudio estrechamente relacionado con la cognición, la memoria y la forma en que los seres humanos son capaces de comprender el mundo que les rodea.

**Fortalezas:** Se definen como rasgos de carácter o habilidades que se consideran positivas. Las fortalezas incluyen conocimientos, atributos, habilidades y talentos.

**Debilidades:** Se definen como rasgos de carácter o habilidades que se consideran negativas o no tan bien desarrolladas, incluyen puntos ciegos, destrezas poco desarrolladas o comportamientos personales problemáticos.

**Métodos de enseñanza:** Son todos los recursos y formas prácticas en una metodología de trabajo para que el alumnado y todo profesional dedicado a la formación, agilice y tenga éxito en su estudio.

**Estrategias de aprendizaje:** Son las estrategias y técnicas que te ayudan a aprovechar al máximo tu tiempo, potencial académico y recursos. Mejorar sus habilidades de estudio puede ayudarlo a hacer más trabajo en el tiempo disponible y facilitar la retención de la información que aprende.

**Independencia:** El estudio independiente es una forma de actividad educativa realizada por un estudiante individual con poca o ninguna supervisión. Un estudiante y su profesor generalmente acordarán un tema para que el estudiante investigue con una instrucción y orientación mínimas del profesor por un número acordado de créditos académicos.

**Responsabilidad:** Significa sentir que es su deber lidiar con lo que surja, ser responsable y/o ser capaz de actuar de manera independiente y tomar decisiones sin autorización.

**Autonomía:** Es la capacidad de tomar sus propias decisiones sobre qué hacer en lugar de ser influenciado por otra persona o que le digan qué hacer.

**Autorregulación:** Se refiere a la autogeneración de pensamientos, sentimientos y acciones, que las personas utilizan para conseguir sus metas, en una visión triádica y recíproca.

**Habilidades de estudio:** Tienen como intención contribuir en el logro del éxito académico. Los estudiantes, tienen la idea que estudiar es igual a leer, repetir y memorizar.

**Estrategias de organización:** Son métodos o enfoques utilizados para planificar y estructurar la información de manera efectiva, facilitando la comprensión y el recuerdo.

**Retención:** Se refiere a la capacidad de recordar o retener información en la memoria a largo plazo.

**Instrucción:** Es el proceso de enseñanza y transmisión de conocimientos, habilidades o información a través de métodos y técnicas específicas.

**Mnemotecnia:** Es el uso de técnicas o trucos para facilitar el recuerdo y la memorización de información.

**Habilidades:** Son capacidades o aptitudes que una persona posee y que le permiten realizar tareas o actividades de manera eficiente.

**Destrezas:** Son habilidades adquiridas a través de la práctica y la experiencia, que permiten a una persona realizar ciertas actividades con habilidad y eficacia.

**Costumbres:** Son comportamientos o prácticas habituales que una persona o grupo de personas realiza de manera regular, a menudo como parte de su cultura o tradición.

**Prácticas:** Son acciones o actividades que se llevan a cabo de manera regular con el fin de adquirir habilidades, conocimientos o experiencia en un determinado campo.

**Motivación intrínseca:** Es la motivación que proviene del interior de una persona, es decir, la motivación que surge del interés personal, la satisfacción interna y el disfrute de realizar una actividad.

**Proactividad:** Es la capacidad de tomar la iniciativa y anticiparse a los problemas o situaciones, tomando acciones preventivas o resolutivas para lograr resultados positivos.

**Desmotivación:** Es el estado en el que una persona pierde el interés, entusiasmo o motivación para realizar una actividad o alcanzar una meta.

**Deserción:** Se refiere al abandono o renuncia de una actividad, proyecto, trabajo o estudio al que se había comprometido previamente.

**Instrucción didáctica:** Es el proceso de enseñanza y aprendizaje que involucra la planificación, organización y desarrollo de actividades educativas con el objetivo de transmitir conocimientos y habilidades a los estudiantes.