



HÁBITOS Y TÉCNICAS DE ESTUDIO EN LOS ESTUDIANTES DE NUEVO INGRESO AL NIVEL SUPERIOR STUDY HABITS AND TECHNIQUES IN NEW STUDENTS AT THE HIGHER LEVEL

María Elena Guevara Llerena¹ <https://orcid.org/0000-0001-9060-0808>, Lisbeth Josefina Reales Chacón¹ <https://orcid.org/0000-0002-4242-3429>, Gabriel Enrique Molina Guevara² <https://orcid.org/0000-0001-6240-3698>, Andrea Carolina Peñafiel Luna¹ <https://orcid.org/0000-0003-3360-4030>

¹Docente de la Facultad Ciencias de la Salud, Universidad Técnica de Ambato, Ecuador.

²Médico General de la Provincia de Tungurahua de la Corporación Nacional de Telecomunicaciones CNT EP, Ambato, Ecuador.

2477-9172 / 2550-6692 Derechos Reservados © 2022 Universidad Técnica de Ambato, Carrera de Enfermería. Este es un artículo de acceso abierto distribuido bajo los términos de la Licencia Creative Commons, que permite uso ilimitado, distribución y reproducción en cualquier medio, siempre que la obra original es debidamente citada.

Recibido: 01 de septiembre 2022

Aceptado: 01 de noviembre 2022

INTRODUCCIÓN

Los hábitos y técnicas de estudio es un tema fundamental a la luz de las estrategias innovadoras, para activar y desarrollar la capacidad de aprender de los estudiantes, siendo importante promover la creación de hábitos y el manejo de técnicas que permitan el mayor de los éxitos en la formación en los nuevos ingresos al nivel superior. **Objetivo:** Determinar los hábitos y técnicas de estudio de los estudiantes de nuevo al nivel superior en la Carrera de Fisioterapia. **Métodos:** Investigación cuantitativa, observacional, descriptiva, prospectiva y transversal, con muestra censal constituida por los 29 estudiantes del curso de ingreso al nivel superior de la carrera de Fisioterapia, Se utilizó Cuestionario hábitos y técnicas de estudio (CHTE) instrumento con validez de criterio, cuyos ítems fueron agrupados en tres aspectos las condiciones físicas ambientales, la planificación y estructuración del tiempo y el conocimiento de técnicas de estudio, a través del SPSS 26, se evidenciaron estadísticamente los datos. **Resultados:** escasa planificación y estructuración del tiempo, seguido de inadecuadas condiciones físicas y actitud general hacia el estudio y finalmente de la no aplicación de las técnicas básicas de estudio como: percepción, comparar, retener, subrayado, comprender, generalizar, expresar, resumen y lectura. **Conclusión:** Se pudo estimar la situación real de manera individual en los aspectos investigados de hábitos y técnicas de estudio en los estudiantes del curso de ingreso universitario y así en el futuro programar intervenciones en relación a enseñar a estudiar en un proceso de enseñanza y aprendizaje significativo para el participante de la carrera universitaria.

Palabras clave: enseñanza, aprendizaje, métodos, estudiantes, hábitos, lectura

ABSTRACT

Introduction: Study habits and techniques is a fundamental issue in light of innovative strategies to activate and develop students' ability to learn, and it is important to promote the creation of habits and the management of techniques that allow for the greatest success in training new recruits at the higher level. **Objective:** To determine the habits and study techniques carried out by the students of the initial course of the university curriculum. **Methods:** Quantitative, observational, descriptive, prospective and cross-sectional research, the population is the sample chosen through the census method, equal to the 29 students of the entrance course to the higher level of the Physiotherapy career, Habits and Techniques Questionnaire was produced of study (CHTE) instrument with criterion validity, which elements were grouped into three aspects: physical environmental conditions, planning and structuring of time and knowledge of study techniques, through the SPSS 26, the data were statistically evidenced. **Results:** poor planning and structuring of time, followed by inadequate physical environmental conditions, and finally by the non-application of basic study techniques such as: Reading, not writing down and drawing **Conclusion:** It was possible to estimate the real situation individually in the investigated aspects of study habits and techniques in the students of the university entrance course, and thus in the future to program interventions in relation to teaching to study in a significant teaching and learning process for the participant of the university career.

Keywords: teaching, learning, methods, students, habits, reading

INTRODUCCIÓN

La educación universitaria involucra permanentemente la evaluación y formación integral de los procesos de enseñanza-aprendizaje sustentables en el tiempo y fundamentales para lograr niveles de desempeño profesional idóneos a las exigencias de la sociedad (1). Los hábitos y técnicas de estudio son un argumento de disertación en múltiples escenarios educativos, ya que constituyen el primer paso para activar y desarrollar la capacidad de aprender en los estudiantes (2), los resultados evidenciados al no adquirirse hábitos y técnicas adecuadas, producen un ascenso en la reprobación y la deserción de los estudiantes universitarios (3,4). Los programas educativos latinoamericanos establecen que la docencia superior en la actualidad no responden a los retos que plantea el desarrollo de algunos países, situación que pone en relieve las deficiencias del sistema académico, por la frecuente utilización del memorismo e incentivo a la repetición de contenidos (5).

Para desarrollar hábitos de estudio se necesitan condiciones ambientales como espacio silencioso, iluminado, sin distractores y tiempo de dedicación constante (6), estudiar involucra acciones sistemáticas, realizadas con frecuencia a través de procedimientos, técnicas con el propósito de cumplir con tareas definidas y aprovechar el tiempo. Además voluntad y motivación, lo cual origina en el alumno sentimiento de confianza, seguridad en sí mismo, disciplina y salud mental (7). Sin embargo, a nivel mundial el iniciar estudios universitarios implica un reto complicado en relación al ritmo de trabajo, carga horaria, temarios, número de evaluaciones, trabajos que implican un nivel del pensamiento más analítico e interpretativo de la realidad, siendo los países latinoamericanos entre ellos México, Perú cuyas investigaciones evidencian, que los hábitos de estudio, voluntad y la motivación individual contribuyen a reducir la deserción, mejorar el rendimiento académico y contribuir a finalizar la carrera universitaria (8).

En este orden de ideas, los hábitos, técnicas y actitudes para aprender protagonizan múltiples estudios en el área pedagógica universitaria, al considerarse factores significativos para el rendimiento académico, titulación en el tiempo óptimo y un desempeño profesional acorde a las exigencias de su entorno laboral y contexto socioeconómico (9). En este particular investigaciones de la Universidad Nacional Autónoma de México, reporto que los estudiantes muestreados no utilizaban técnicas adecuadas para leer y tomar apuntes, la inadecuada distribución de su tiempo y la falta de concentración; los mismos que se agravan al no tener un sitio adecuado para estudiar, carecen de los hábitos y actitudes propias para el estudio que deberían haber adquirido durante su formación básica y preuniversitaria. Del mismo modo, en la Universidad de Cartagena, Colombia, en trabajo con estudiantes entre el primero y quinto semestre de Ingeniería de Sistemas, demostraron que un gran porcentaje requieren aprender métodos de estudio y búsqueda de información (10).

En este orden se suma investigaciones de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, en la cual se desarrolló un plan de intervención para fortalecer y mejorar los hábitos de estudio, a fin de mejorar el rendimiento académico (8). Incluso en Ecuador la Universidad estatal del Sur de Manabí, han enfocado investigaciones con las técnicas de estudios como elemento primordial dentro del proceso de construcción del conocimiento a través de una mirada integradora, activa en problemática social, ambiental en las diferentes disciplinas (11). Pero, en la Universidad Nacional de Chimborazo, diagnostican la necesidad de que los estudiantes deben conocer los factores que favorecen el estudio, mejorar su nivel de atención, concentración y memoria, aprender a organizar las tareas académicas y a elaborar las propias agendas, aumentar su nivel de comprensión y adquisición de

conocimientos, optimizar el esfuerzo para mejorar el rendimiento, todos estos aspectos están inmersos en el manejo de hábitos y técnicas de estudios (12).

Otro aspectos a resaltar sobre la importancia de consolidar hábitos de estudio, son los alcances sustentado en investigaciones que describen a los hábitos y técnicas de estudio como el mejor y más potente predictor del éxito académico, mucho más que el nivel de inteligencia o de memoria, al establecer que los estudiantes deben conocer los factores que favorecen el estudio, mejorar su nivel de atención, concentración y memoria, aprender a organizar las tareas académicas y a elaborar las propias agendas, aumentar su nivel de comprensión y adquisición de conocimientos, optimizar el esfuerzo para mejorar el rendimiento general con la organización de lo aprendido, incorporado al área cognitiva del que aprende (13).

Dado que, técnicas y hábitos de estudio en investigaciones reportan que promueven la aceptación de la responsabilidad de la manera de estudiar en el ámbito universitario con las acciones creativas que impulsen en el estudiante la construcción de un aprendizaje significativo y proporciona herramientas al estudiante, que le permita a través de procedimientos organizados abordar situaciones problemáticas, bajo sus propias ideas modificándolas, aprendiendo y convirtiéndose en su propio constructor de su aprendizaje y con ello el más adecuado rendimiento académico y profesional proactivo con conocimientos sustentables en el tiempo y la actualización en el desempeño profesional en un mundo competitivo que requiere calidad en las metas propuestas (14).

Es evidente, que el eslabón inicial de los estudiantes en la etapa universitaria, está en el curso de ingreso a los estudios del nivel superior, en los cuales no se describe aprendizaje de hábitos y actitudes propias para el campo universitario, de allí se desprende que los estudiantes que ingresan a los programas universitarios necesitan apoyo y una clara comprensión de los medios que pueden utilizar para lograr el éxito en esta nueva etapa (15). En este sentido, los resultados reportados en el rendimiento académico de los últimos reportes de las Unidades Operativas Curriculares de la carrera de Fisioterapia y Terapia Física de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Ambato, cuyo propósito es integrar los conocimientos científicos, teóricos y prácticos mediante análisis del Sistema Neuromusculo-esquelético, Cardiovascular y Respiratorio para habilitar, rehabilitar las condiciones funcionales de los individuos a través de la investigación formativa, generativa y la vinculación con la comunidad de acuerdo a las necesidades del contexto poblacional, han mostrado desde hace varios ciclos académicos en asignaturas de la malla curricular básica y profesional se refleja escaso logro de niveles de interpretación y análisis en la discusión de casos clínicos (16).

Delante de estos hallazgos, se propuso desarrollar herramientas útiles para el logro del aprendizaje significativo y para ello se investiga lo relacionado a hábitos y técnicas empleadas en el programa inicial de la carrera de fisioterapia de la Universidad Técnica de Ambato, en la actualidad se desconoce esta información, es por eso que se plantea el siguiente objetivo: determinar los hábitos y técnicas de estudio de los estudiantes de nuevo al nivel superior en la Carrera de Fisioterapia.

MÉTODOS

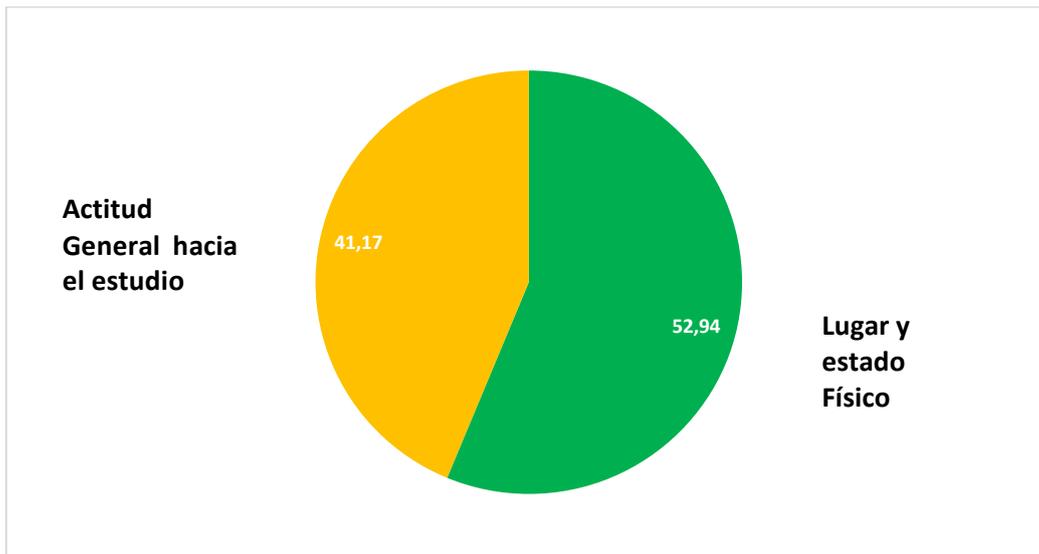
Estudio observacional, descriptivo, transversal, prospectivo, realizado con los estudiantes del curso inicial de la Carrera de Fisioterapia de la Universidad Técnica de Ambato, en Ecuador la muestra de la investigación estuvo escogida por el método censal, por 29 estudiantes cursantes de nivelación, a quienes

se les aplicó, previo consentimiento informado, respetando la confidencialidad y su autonomía a participar o no en el estudio y de manera individual el cuestionario hábitos y técnicas de estudio (CHTE), este instrumento está construido con 56 ítems, posee validez según criterio, distribuidos en tres aspectos evaluados en este estudio, con las siguientes preguntas: la Actitud general hacia el estudio: predisposición, interés y motivación con los siguientes ítems: 11,30,35,36,39,43,45,47,53, lugar y estado físico del estudiante: 3,9,16,23,25,29,40,42, Plan de trabajo :Planificación 1,4,8,19,22,26,32,33,36,46,52,56 y estructuración del tiempo: 18,27,34,48,55 y el conocimientos de las técnicas de estudio básicas percepción: 2,

observación:5, Anotar(tomar apuntes): 6,17,24, lectura adecuada: 7,21,50,51 y 54, esquema: 10,20,44,49, generalizar: 12,13, comprender: 14, retener: 15, subrayado: 28, expresar: 31, resumen: 37, comparar: 41, para exámenes ejercicios, 32,48,55, y trabajos 10,20,50, cuyos resultados fueron registrados en Si o No: 17, organizados en el programa SPSS 26, utilizando estadística inferencial (18). En cuanto a las consideraciones éticas: el estudio se ejecutó, bajo los principios de respeto, autonomía, libertad para ingresar o no al estudio, confidencialidad, resguardando los datos obtenidos en el anonimato, beneficencia, justicia, no maleficencia que aseguren el avance, la comprensión y mejora del estudiante y progreso de sus condiciones humanas.

RESULTADOS

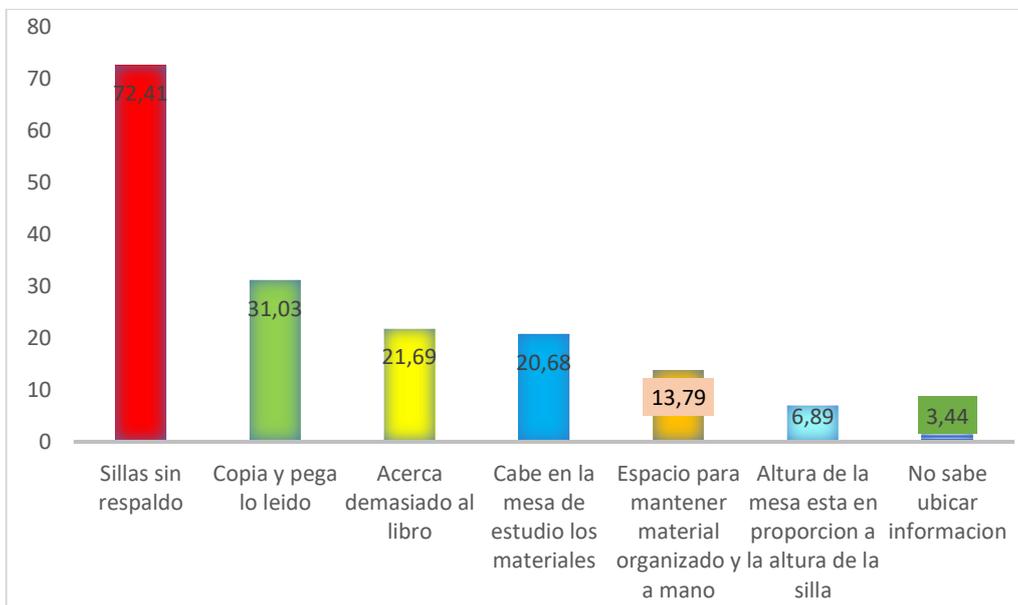
Gráfico 1 Porcentajes no cumplidas sobre hábitos de actitud General hacia el estudio, y del lugar, y estado físico de los estudiantes



Fuente: Base de datos del instrumento cuestionario hábitos y técnicas de estudio (CHTE)

De las condiciones evaluadas en los estudiantes se deben mejorar la actitud general hacia el estudio, y del lugar, y estado físico de los estudiantes, puesto que representan el mayor porcentaje (52.94%)

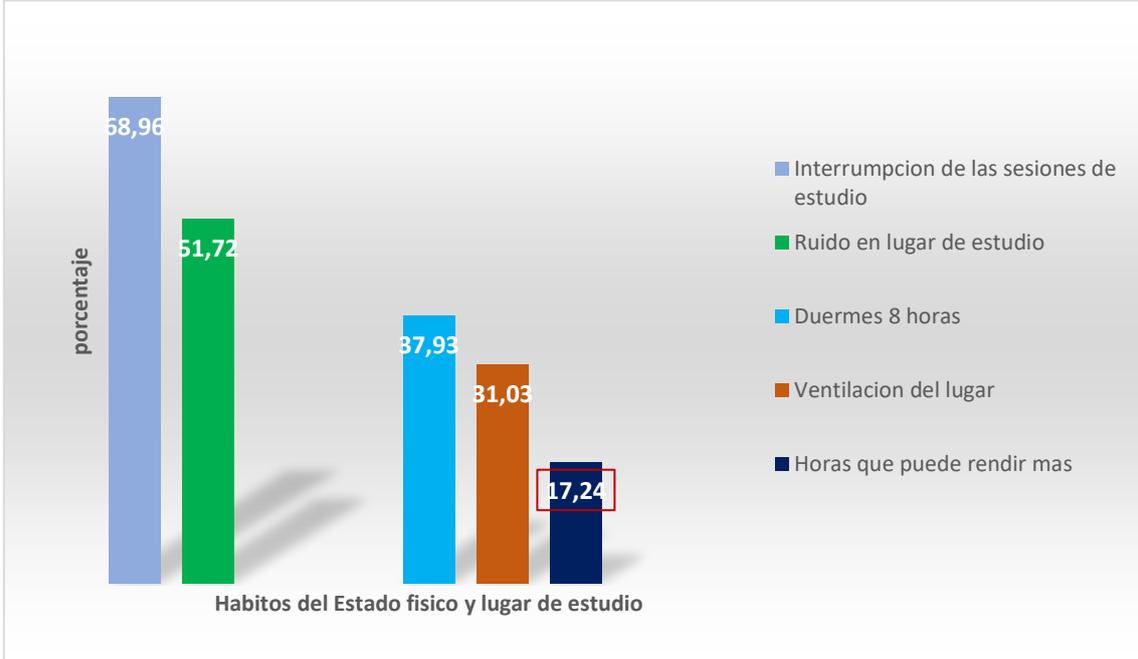
Gráfico 2 Porcentajes de condiciones no cumplidas sobre el plan de trabajo, exámenes, ejercicio y trabajo.



Fuente: Base de datos del instrumento cuestionario hábitos y técnicas de estudio (CHTE)

Las sillas sin respaldo representan un 72,42% siendo este el porcentaje más alto, lo que refleja condiciones inadecuadas para el estudio: seguido del 31,03% sustentado por la Unidad de Organización Curricular, registrando en este ciclo que los estudiantes en las tareas copian y pegan y no existe un aprendizaje interpretativo analítico; el tercer y cuarto indicador de porcentajes en lo que respecta a acerca demasiado al libro y cabe en la mesa de estudios los materiales tienen. Los valores restantes tienen una significancia mínima y que la altura de la mesa está en proporción a la altura de la silla

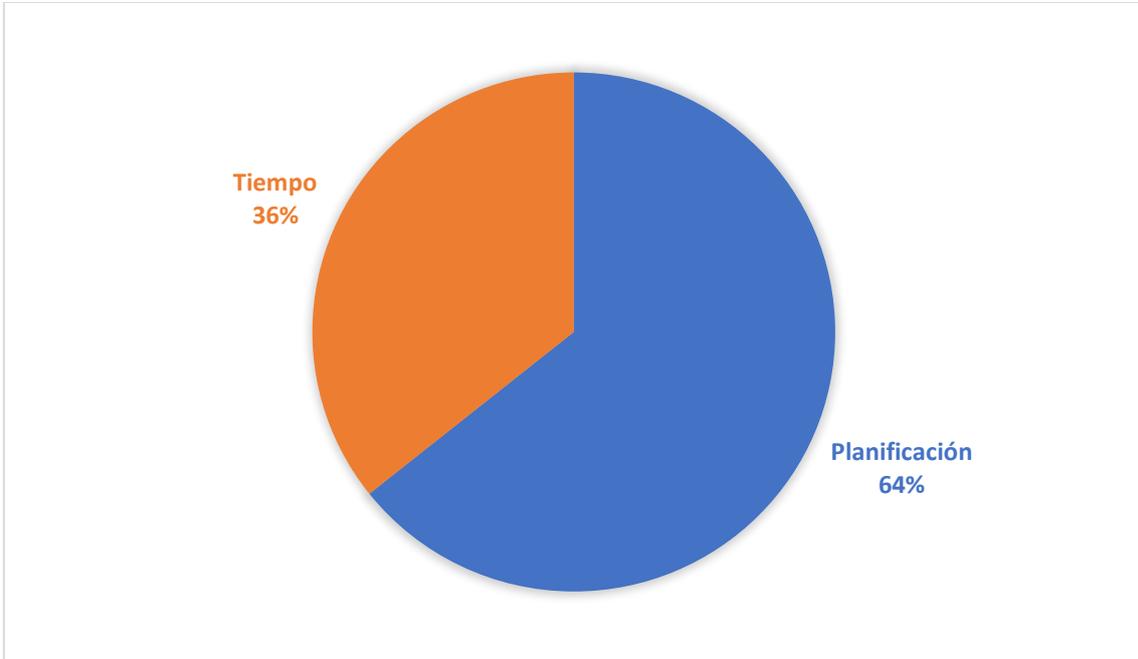
Gráfico 3 Porcentaje no cumplidas sobre los hábitos del Estado Físico del estudiante y lugar de estudio



Fuente: Base de datos del instrumento cuestionario hábitos y técnicas de estudio (CHTE)

El mayor porcentaje que no cumple la población de estudio en cuanto a interrupción de la sesión de estudio es de 58,98%, seguido del ruido en el lugar con 51.72%, en lo relacionado a personas que te distraen 37.93% y dormir 8 horas 37.93%; finalmente un 31.03% en lo referente a ventilación del lugar, y las horas que pueden rendir más 17.24% , lo indicado refleja que los estudiantes no poseen los hábitos del Estado Físico del estudiante y lugar de estudio necesarios para asimilar y aprovechar los conocimientos.

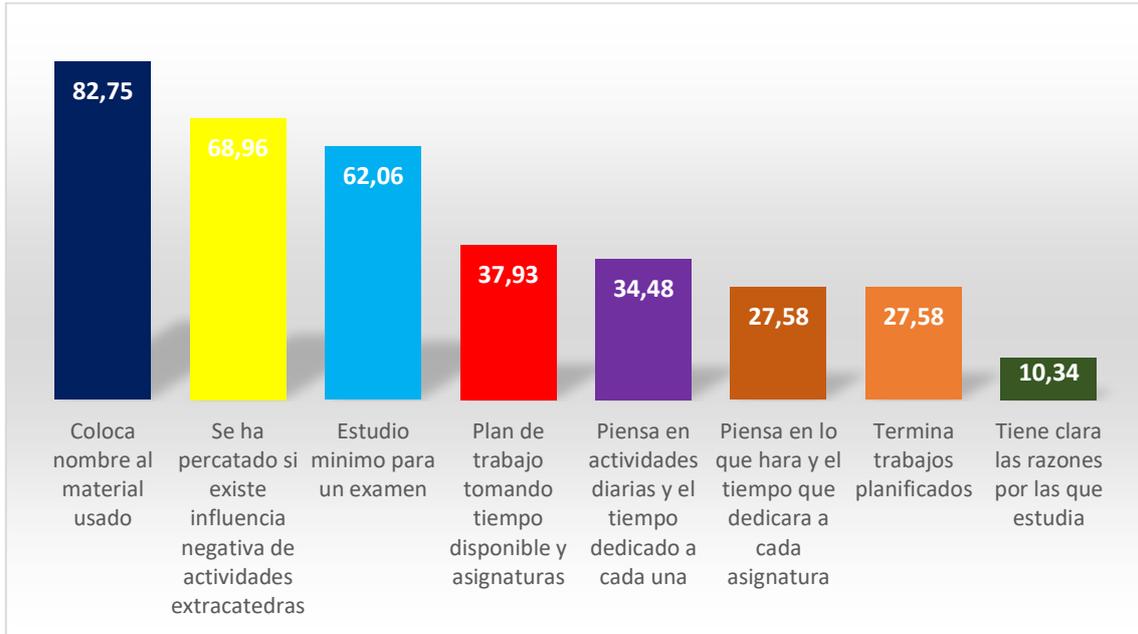
Gráfico 4 Distribución del Plan de trabajo: Planificación y Estructuración del Tiempo no cumplidas



Fuente: Base de datos del instrumento cuestionario hábitos y técnicas de estudio (CHTE)

La distribución del Plan de Trabajo no cumplidas por los estudiantes son planificación con un 64% y tiempo con un 36%, ambos valores denotan la dificultad de los estudiantes para planificar y estructurar el tiempo, hábitos que deben ser mejorados.

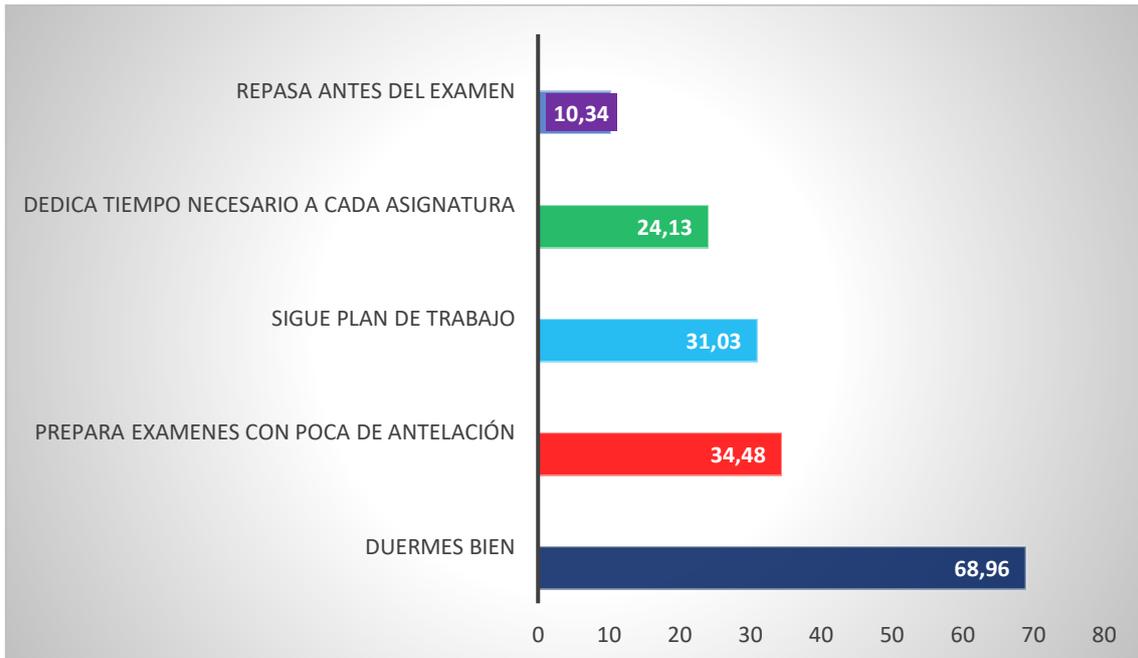
Gráfico 5 Distribución Porcentual sobre los hábitos del Plan de Trabajo no cumplidas



Fuente: Base de datos del instrumento cuestionario hábitos y técnicas de estudio (CHTE)

De la Distribución porcentual del Plan de Trabajo no cumplidas se observa que el 82,75% coloca nombre al material usado, el 68.96% se ha percatado que existe influencia negativa de actividades extra cátedras, seguido de estudio mínimo para un examen con un 62.06%, lo ocuparon tiene clara las razones por las que estudias, y termina trabajos planificados siendo estos últimos los porcentajes más bajos.

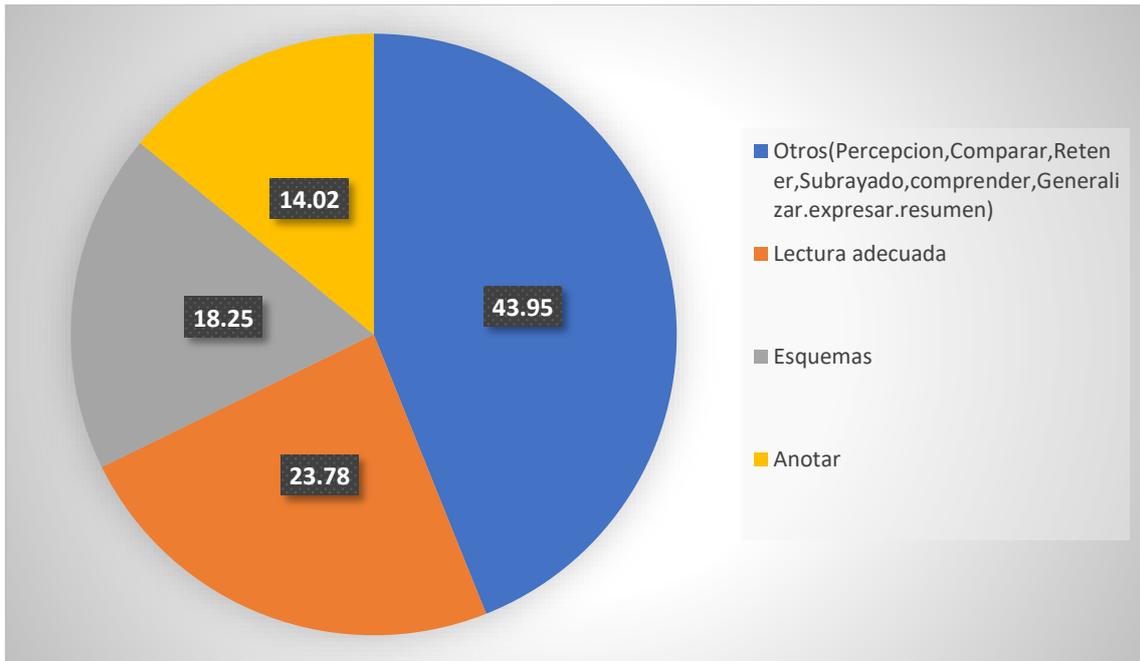
Gráfico 6 Distribución de los hábitos de la estructuración del tiempo no cumplidas



Fuente: Base de datos del instrumento cuestionario hábitos y técnicas de estudio (CHTE)

Con respecto a la distribución de los hábitos sobre la estructuración del tiempo no cumplidas, se observa que el 68.96% está en el referente duermes bien, prepara exámenes con poca antelación tiene un 34.48%, sigue su plan de trabajo con un 31.03%, el valor más bajo es en cuanto repasas antes del examen.

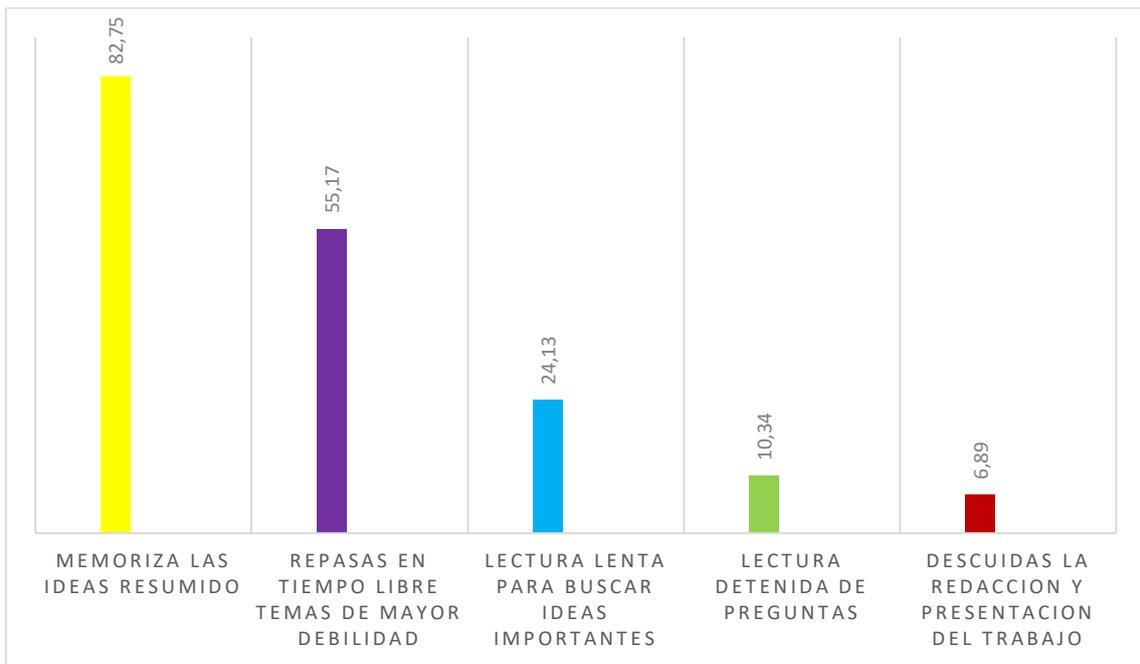
Gráfico 7 Distribución de las técnicas de Estudio Básicas no cumplidas



Fuente: Base de datos del instrumento cuestionario hábitos y técnicas de estudio (CHTE)

Se debe mejorar técnicas como (percepción, comparar, retener, subrayado, comprender, generalizar, expresar, resumen) que muestran el porcentaje más elevado con un 43.95%, y 23.78% lectura adecuada y 14.02% anotar; los valores indicados reflejan que los estudiantes poseen escasas técnicas de estudio.

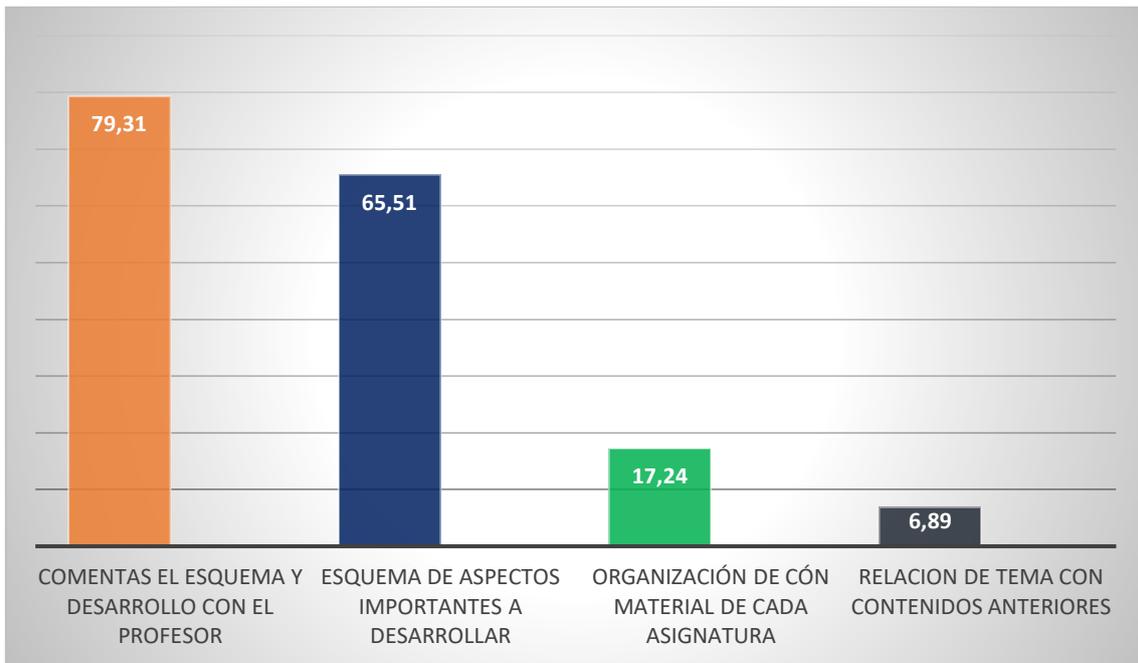
Gráfico 8 Distribución de las Técnicas de Estudio Básicas Lectura no cumplidas



Fuente: Base de datos del instrumento cuestionario hábitos y técnicas de estudio (CHTE)

El porcentaje más alto es de 82.75% en cuanto a la memorización de las ideas de manera resumida, seguido del uso del repaso en tiempo libre temas con mayor debilidad, se identifica un porcentaje de 55.17%, finalmente con un porcentaje de 24.13% en cuanto a la lectura lenta para buscar ideas importantes, siendo el porcentaje más bajo descuidados en la redacción y presentación del trabajo.

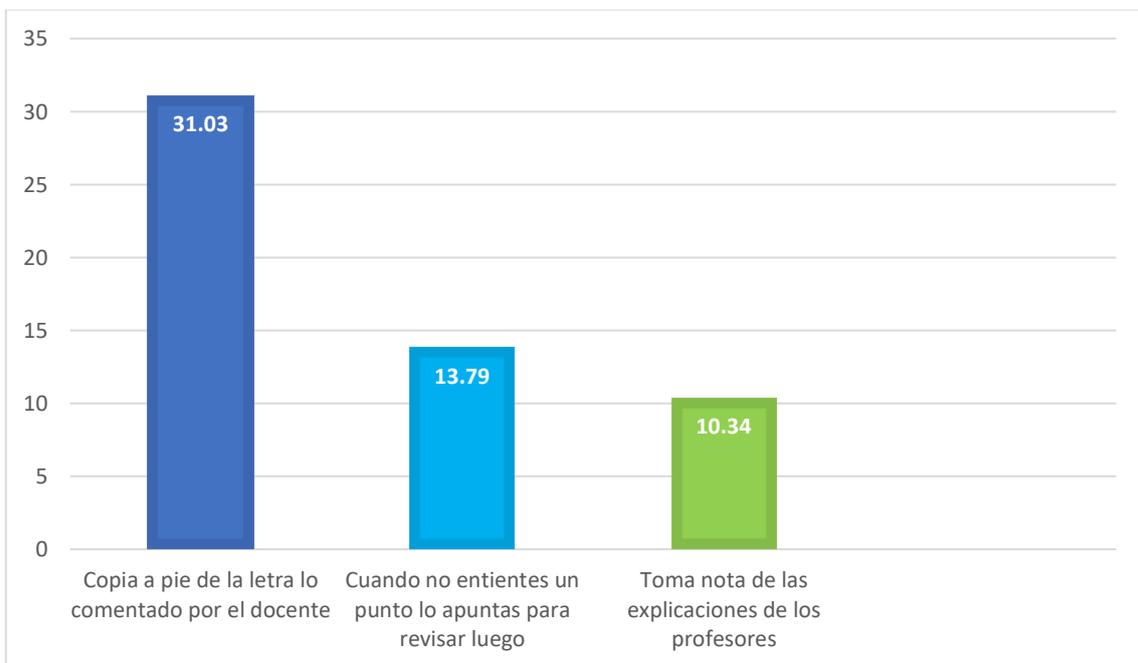
Gráfico 9 Distribución de las técnicas de estudio básicas de esquema no cumplidas



Fuente: Base de datos del instrumento cuestionario hábitos y técnicas de estudio (CHTE)

El porcentaje más alto es del 79.31% en cuanto a comentar el esquema y desarrollo con el profesor, 65.51% en cuanto al esquema de aspectos importantes a utilizar, siendo el más bajo la relación de tema con contenido anteriores

Gráfico 10 Distribución de las Técnicas de Estudio Básicas de Anotar (tomar apuntes) no cumplida



Fuente: Base de datos del instrumento cuestionario hábitos y técnicas de estudio (CHTE)

El 31.03% los estudiantes copian al pie de letra lo comentado por el docente; siendo el más bajo la toma de notas de las explicaciones de los profesores.

DISCUSIÓN

En Colombia, Pineda et al (19), determinaron que las condiciones físicas en el estudio deben estar adecuadas para

garantizar comodidad, y apego al estudiar, las cuales se caracterizan por mantener el tronco del cuerpo bien estirado y ubicar el cuerpo apoyado al reverso de la silla, los libros o cuadernos deben estar colocados a unos 30 cm de distancia,

estos aspectos físicos en la presente investigación, no se cumplen en el 72.42% de los estudiantes emplean sillas sin respaldo, aspecto físico a tomar en cuenta en estudios de mejoras en relación a los hábitos y técnicas de estudio.

En las investigaciones realizadas por Chilca et al (20) indican que los aspectos de las condiciones físicas ambientales de espacio, tiempo y de causas personales como la motivación y el interés por las actividades que aprenden se constituyeron en hábitos cumplidos por un alto porcentaje de los estudiantes, resultados contrarios se ubicaron en el presente estudio los cuales reflejan que los estudiantes no cumplen estas condiciones; el 51.72% presentan ruido en el escenario donde estudia, 48.27% no distribuían bien el tiempo en los exámenes, el 37.93% son persistentemente distraídos por personas de su alrededor, finalmente en este aspecto llama la atención que 31.07% de los participantes no cuentan con adecuada ventilación del lugar en el cual suelen estudiar.

Estudios realizados por Huaman et al. (21), señala el papel fundamental de la planificación y estructuración del tiempo para el aprendizaje significativo, demostraron que el éxito está en que el estudiante maneje adecuadamente el tiempo, la autonomía, y la autorregulación para asimilar procesos de aprendizaje por medio de actividades dictadas por los docentes, pero al contrastar estos aspectos con el presente estudio, el 64% no cumplen la planificación y el 36% no tienen estructuración del tiempo, a estos hallazgos se agregan que solo 31.03% sigue su plan de trabajo, parámetros que con prioridad deben mejorarse, es importante resaltar que en este trabajo el 82,75% coloca nombre al material usado, 68.96% se ha percatado si existe influencia negativa de actividades extra cátedras, seguido de 62.06% estudian lo mínimo para un examen.

Según Chuquilin, G et al. (22), propone técnicas, reglas, y prácticas de estudio entre las cuales están la síntesis, resúmenes, ideas principales, subrayados, toma de apuntes, palabras claves, elaboración de cuadros comparativos, mapas conceptuales, lectura, esquemas entre otro, para conseguir un resultado orientado al aprendizaje significativo, creativo con mejoría importante en el rendimiento académico, estos aportes discrepan de la presente investigación puesto que solo el 43.95% de los estudiantes utilizan técnicas como percepción, Comparar, Retener, Subrayado, Comprender, Generalizar, Expresar, Resumen, lectura adecuada y anotar (tomar apuntes). Asimismo, 82.75% memorizan las ideas y el 31.03% de los estudiantes copian a pie de letra lo comentado por el docente.

Ademas, Capdevilla et al. (23), realizan estudios con estudiantes preuniversitarios y determinan la relación de las técnicas y hábitos de estudio en el proceso de enseñanza-aprendizaje, destacan estos autores que es necesario que los estudiantes interioricen y aprendan a utilizar las técnicas de estudio que le faciliten entender los contenidos, interpretarlos, asimilarlos, para lograr la capacidad de expresarlos en una prueba, o en la vida cotidiana y más adelante en el campo profesional, es por ello que este estudio muestra los aspectos de las técnicas y hábitos donde los estudiantes tienen mayores debilidades para afrontar el aprendizaje y las fortalezas que poseen.

Con respecto al conocimiento de las técnicas básicas por los estudiantes del curso inicial de estudio superior sobresale el

uso de copiar al pie de la letra, memoriza los contenidos, no organiza los aspectos mas importante de los temas que estudia, estos hallazgos colocan en evidencia lo manifestado por las unidades de organización curricular de la carrera de Fisioterapia, al establecer la escasa capacidad del estudiante en los niveles avanzados de la carrera para interpretar, analizar la información de casos y problemas clínicos, de allí, la importancia de iniciar en futuro cercano la implementación de herramientas que mejoren las técnicas y hábitos de estudio (16).

Al igual que en investigación de Vicuña et al. (24), en el cual analiza la importancia de la elección adecuada de la técnica como herramienta metódica y práctica, usadas en la retención de la información por el estudiante para fortalecer el rendimiento académico, por medio de técnicas y aprender a elegir, organizar y desarrollar estrategias que faciliten y contribuya a lograr aprendizajes sustentables (25-30).

CONCLUSIONES

Los estudiantes del curso inicial de la carrera de Fisioterapia cuentan con fortalezas dentro de sus hábitos sobre lugar de estudio, estado físico del estudiante y actitud general hacia el estudio como son: sillas y mesas proporcionales para su estudio, suficiente luz, tienen ánimo, interés cuando tienen notas bajas, tienen claras las razones por las que estudian, en relación al plan de trabajo se encuentra para planificación y estructuración del tiempo: terminan los trabajos planificados, repasan antes del examen, tienen tiempo suficiente en la redacción y presentación de trabajos, en cuanto a las técnicas de estudio: relacionan el tema con contenidos anteriores y organizan el material de cada asignatura en su gran mayoría, tomando nota de las explicaciones del docente, en cuanto exámenes y ejercicio solo el 36% planifica y estructura el tiempo en exámenes y ejercicios, así también es pequeño el porcentaje con hábitos en las actividades de trabajo.

Dentro de las debilidades son estudiantes que tienen unas actividades de estudio con sillas que no tienen respaldo, que copian y pegan los contenidos que estudian, se acercan demasiado al libro y tienen mesa pequeña para el estudio, tienen ruido en el lugar de estudio, no tienen distribución del tiempo en los exámenes, personas que les distraen, no colocan nombre al material usado, tienen influencia negativa de actividades extra clase, no tienen plan de trabajo, no memorizan las ideas resumido, no repasan en tiempo libre, temas con debilidades en su aprendizaje y tienen una lectura lenta para buscar ideas importantes.

A través de estos hallazgos se dispondrá de datos propios de los estudiantes universitarios y así construir un auténtico camino que promueva sus hábitos y fortalezca técnicas de estudio, capaces de formarlos integralmente con experiencia interpretativa y análisis en el transcurrir de la carrera. Asimismo, estos resultados aportan herramientas valiosas a los docentes, para mejorar el proceso de enseñanza y aprendizaje

Agradecimiento: a los estudiantes del curso inicial de la Carrera de Fisioterapia, que formaron parte de la población de este estudio y a la Carrera de Fisioterapia. de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Técnica de Ambato.

Declaración de conflictos de interés: No hay ningún tipo de conflicto de interés en la presente investigación

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. HHernández C RN. Los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje de los alumnos en tres carreras de ingeniería. *Rev la Educ Super.* 2012;41(163):67–87.
2. Cepeda Avila I. Influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico de los estudiantes. [Tesis de pregrado]. Guayaquil: Universidad de Guayaquil. 2012.
3. Capdevila Seder A, Bellmunt Villalonga H. Importancia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico del adolescente: diferencias por género. *Educ Siglo XXI.* 2016;34(1 Marzo):157.
4. Enriquez M. Fajardo M. Garzon. Una revisión general a los hábitos y técnicas de estudio en el ámbito universitario. *Rev Psicogente.* 2015;18(33):166–87.
5. Bedolla Solano R. Programa educativo enfocado a las técnicas y hábitos de estudio para lograr aprendizajes sustentables en estudiantes de nuevo ingreso al nivel superior. *Rev Iberoam Educ.* 2018;76(2):73–94.
6. Briones Menendez V. Técnicas de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes de la Carrera de Enfermería. [Tesis de Pregrado]. Manabí: Universidad Estatal del Sur de Manabí; 2019.
7. Jafari H, Aghaei A, Khatony A. Relationship between study habits and academic achievement in students of medical sciences in Kermanshah-Iran. *Adv Med Educ Pract.* 2019 Aug 15;10:637-643. doi: 10.2147/AMEP.S208874. PMID: 31616199; PMCID: PMC6699491.
8. Cedeño-Meza J, Alarcón-Chávez B, Mielles-Vélez J. Hábitos de estudio y rendimiento académico en los estudiantes de segundo nivel de psicología de la Universidad Técnica de Manabí. *Dominio las Ciencias.* 2020;6(2):276–301.
9. Samaniego Jimenez A. Evaluación de las técnicas de estudio que emplean los estudiantes del primer año de la carrera educación básica de universidad estatal de milagro para optimizar el aprendizaje y propuesta de una guía alternativa. [Tesis de Maestría]. Guayaquil: Universidad . 2013;
10. Acevedo D, Torres JD, Tirado DF. Análisis de los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje a distancia en alumnos de ingeniería de sistemas de la Universidad de Cartagena (Colombia). *Form Univ.* 2015;8(5):59–66.
11. Menéndez Vielka Andreina B, Jaqueline Delgado Molina L. Caratula UNIVERSIDAD ESTATAL DEL SUR DE MANABÍ Autora.
12. Martínez-Otero Pérez V. Diversos condicionantes del fracaso escolar en la educación secundaria. *Rev Iberoam Educ.* 2009;51:67–85.
13. Latasa I, Lozano P, Ocerinjauregi N. Aprendizaje basado en problemas en currículos tradicionales: Beneficios e inconvenientes. *Form Univ.* 2012;5(5):15–26.
14. Alcalde-Campos R, Pávez I. Aprendizajes relevantes para los niños y las niñas en la primera infancia. *Rev Latinoam Ciencias Soc Niñez y Juv.* 2013;11(1):217–27.
15. Fernández Rosales JG. Facultad de humanidades escuela de psicología tesis. Univ Autónoma del Perú [Internet]. 2016;123. Disponible en: http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/10071/palacios_fj.pdf?sequence=1&isAllowed=y
16. Peñafiel A, Reales Chacón L. Informe de Rendimiento Académico del Primer parcial, Universidad Técnica de Ambato, Facultad de Ciencias de la Salud, de la Carrera de Fisioterapia. 2021.
17. Álvarez M, Fernández R. Cuestionario de hábitos y técnicas de estudio. 2015;76. Available from: www.teaediciones.com
18. Sierra DG. Metodología de la investigación 5ta Edición Sampieri. 2016;
19. Pineda Lezama OB, Alcántara Galdámez NJ. Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Innovare Rev Cienc y Technol.* 2018;6(2):19–34.
20. Chilca Alva ML. Autoestima, hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Propósitos y Represent.* 2017;5(1):71.
21. I HM. Hábitos de estudio en estudiantes de un centro Pre-universitario de una universidad privada de Lima Metropolitana [Tesis Pregrado]. Lima: Universidad Inca Garcilaso de la Vega. 2017.
22. Chuquillin Gonzalez A. Hábitos de Estudio y Estilos de Aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa preuniversitaria de Trujillo. [Tesis de Pregrado]. Trujillo: Universidad Privada Antenor Orrego. 2020;
23. Viera C. Original Alumnado De La Universidad De Huelva Practice of Physical Activity of Students of. *Rev.int.med.cienc.act.fís.deporte.* 2011;11:127–44.
24. Vicuña Pieri L. Casm – 85 Inventario de hábitos de estudio Revision 98. 2019.
25. Jiménez-reyes A, Molina L. Asociación entre motivación y hábitos de estudio en educación superior. 2019;14(1):50–62.
26. Fuertes-Camacho M, Graell-Martín M, Fuentes-Loss M, Balaguer-Fàbregas M. Integrating Sustainability into Higher Education Curricula through the Project Method, a Global Learning Strategy. *Sustainability [Internet]* 2019;11(3):767
27. Breuer G, Lütcke B, St Pierre M, Hüttl S. Für die Facharztweiterbildung Lernen lernen [Learning how to learn for specialist further education]. *Anaesthesist.* 2017;66(2):137-150. German. doi: 10.1007/s00101-017-0278-4. PMID: 28184954.
28. Baral G, Baral RS. E-learning: a Modality of Medical Education in the Period of Crisis. *J Nepal Health Res Coun.* 2021 Jan 22;18(4):776-778.
29. Al-Balas M, Al-Balas HI, Jaber HM, Obeidat K, Al-Balas H, Aborajoo EA, Al-Taher R, Al-Balas B. Distance learning in clinical medical education amid COVID-19 pandemic in Jordan: current situation, challenges, and perspectives. *BMC Med Educ.* 2020 Oct 2;20(1):341.
30. Rastogi A, Bansal A, Keshan P, Jindal A, Prakash A, Kumar V. Medical education in post-pandemic times: Online or offline mode of learning? *J Family Med Prim Care.* 2022;11(9):5375-5386.