

Impacto de los hábitos de estudio en el desempeño escolar de la comunidad estudiantil de la Universidad de la Sierra Juárez

Impact of study habits on school performance of the student community at the Universidad de la Sierra Juárez

Alejandra Guzmán Javier¹ , Esmeralda Bolaños Escobedo¹ 
& Keila Reyes Martínez² 

Resumen

Los retos actuales derivados de los movimientos económicos y sociales en constante cambio demandan a las Instituciones de Educación Superior la formación de egresados con las herramientas, conocimientos y habilidades necesarias para enfrentar al mundo cambiante. En esa búsqueda de mejorar la calidad de los procesos formativos, las IES enfrentan otra problemática, que son los altos índices de abandono escolar, reprobación y rezago educativo, por lo tanto, el presente trabajo busca analizar las diversas estrategias y métodos de estudio que los alumnos utilizan para abordar sus materias y tareas académicas, y determinar su efectividad con relación al logro de los objetivos de aprendizaje y el rendimiento escolar en general. El estudio implica la recopilación de datos a través de encuestas y entrevistas, con el fin de obtener información detallada sobre las preferencias y prácticas de estudio de los alumnos. Posteriormente, se identificaron los patrones y correlaciones entre las técnicas de estudio y los indicadores de desempeño académico. Los resultados proporcionan una retroalimentación valiosa para mejorar las prácticas de enseñanza y promover el desarrollo de habilidades de estudio más efectivas entre los estudiantes de la Universidad de la Sierra Juárez, así como en el diseño de programas de apoyo académico y de tutorías.

Abstract

Current challenges arising from constantly shifting economic and social dynamics require Higher Education Institutions to train graduates with the tools, knowledge, and skills needed to face a changing world. In this pursuit to improve the quality of educational processes, Higher Education Institutions face another issue: high rates of student dropout, course failure, and educational lag. Therefore, this work aims to analyze the various study strategies and methods that students use to approach their subjects and academic tasks, and to determine their effectiveness in relation to achieving learning objectives and overall academic performance. The study involves data collection through surveys and interviews to obtain detailed information about students study preferences and practices. Subsequently, patterns and correlations between study techniques and academic performance indicators were identified. The results provide valuable feedback for improving teaching practices and promoting the development of more effective study skills among students at the Universidad de la Sierra Juárez, as well as informing the design of academic support and tutoring programs.

Palabras clave: Técnicas de estudio, aprendizaje, desempeño, metacognición, académico.

Key words: Study techniques, learning, performance, metacognition, academic.

Recibido: 05 de septiembre de 2025.

Corregido: 23 de diciembre de 2025.

Aceptado: 05 de enero de 2026.

¹ Instituto de Estudios Ambientales. Universidad de la Sierra Juárez. Avenida Universidad S/N, Ixtlán de Juárez C.P. 68725, Oaxaca, México.

² Estudiante de la licenciatura en Administración Turística, Universidad de la Sierra Juárez. Avenida Universidad S/N, Ixtlán de Juárez C.P. 68725, Oaxaca, México.

* Autor de correspondencia: alejandraguzja@unsij.edu.mx (AGJ)

Introducción

La educación Superior en México y a nivel internacional presenta retos (Arce & Medina 2016, Bernate & Vargas-Guativa 2020) que derivan de los cambios tecnológicos, las tendencias globales, la renovación del profesorado universitario por jubilaciones (Obermeier Pérez 2025), las problemáticas que develó la pandemia COVID-19, entre otros, ante los cuales es importante considerar el papel de la investigación en los procesos de enseñanza aprendizaje, para la reconsideración de las estrategias docentes.

Estos escenarios advierten cambios significativos en los procesos de enseñanza en las instituciones de educación superior, derivado de ello, se realizó una investigación que permitiera conocer y analizar las técnicas de estudio de los alumnos de los diferentes grados y licenciatura de la Universidad de la Sierra Juárez (UNSIJ).

El presente trabajo se realizó con la finalidad de proveer información que permita ejecutar procesos de retroalimentación en la UNSIJ, al ser una institución formadora de profesionistas, en las carreras de Ingeniería en Desarrollo de software y Sistemas Inteligentes (IDSYSI), Licenciatura en Ciencias Ambientales (LCA), Licenciatura en Biología (LB), Ingeniería Forestal (IF) y la Licenciatura en Administración Turística (LAT), mediante la identificación de las técnicas de estudio que utilizan los alumnos de la UNSIJ y su correlación con el aprendizaje y el desempeño académico, necesarias para la planeación de las actividades docentes y que permitan a los estudiantes utilizar técnicas de estudio asertivas para que regulen los procesos de aprendizaje de manera efectiva (Dunlosky *et al.* 2013).

Como lo estipula el decreto de creación

(Periódico Oficial 2005), uno de los objetivos de la (UNSIJ) es la formación integral de los estudiantes de licenciatura, considerando los lineamientos y modelo educativo que lo sostiene, a través de las funciones sustantivas y actividades que realizan los profesores investigadores, siendo éstos: la docencia, la investigación, la promoción al desarrollo y la difusión de la cultura. En el primer eje es importante propiciar la retroalimentación del proceso de aprendizaje metacognitivo que permita lograr un excelente desempeño académico, mismos que forman parte de los indicadores de evaluación del rendimiento de los alumnos.

Es importante recalcar que cada programa académico dentro de la UNSIJ tiene diferentes indicadores de desempeño, que las áreas de estudio de cada uno de ellos son distintas, por ello, también los instrumentos didácticos empleados por los docentes para la enseñanza. Para esta situación, un estudio exploratorio-descriptivo de los ejercicios y hábitos de estudio de los alumnos, permite identificar la existencia de puntos de convergencia por programa, así como el impacto que esto tiene en sus calificaciones y en su proceso de aprendizaje, evaluando aspectos metacognitivos, es decir, reconocer si los estudiantes tienen conciencia sobre cómo aprenden, así como de la utilidad del conocimiento que les provee el docente en las aulas.

Además, es transcendental conocer la respuesta que tienen los alumnos a los procesos de enseñanza-aprendizaje aplicados en las aulas para la transmisión de conocimientos y habilidades. Con esa información los docentes pueden identificar los retos a los que se enfrentan con los alumnos y facilitar el aprendizaje con base en diferentes teorías que apoyan los procesos de enseñanza (Suárez *et al.*

2010, Capdevielle 2011, González *et al.* 2012, Solórzano 2017, Gleason & Rubio 2020,) empatándolos con los hábitos y técnicas de estudio que utilizan los estudiantes para asimilar el conocimiento, así como a los horarios disponibles para aprender.

Adicionalmente, en el programa institucional de tutorías se ha identificado que los estudiantes carecen de procesos y técnicas definidas de estudio que les permita fortalecer el aprendizaje significativo dentro de su formación, derivado de ello, se consideró al "constructivismo como método de enseñanza" (Granja 2015), debido a que se pretende partir del "intercambio dialéctico de conocimientos" que efectúan los profesores y su interacción con los estudiantes, con el objetivo de realizar una síntesis de las ideas y planteamientos, y con ello alcanzar el aprendizaje significativo.

De acuerdo con Pimienta (2008) la teoría constructivista de aprendizaje se presenta como un proceso en el cual el alumno es quien construye ideas, basándose en la información que se le proporciona y con ello construye y transforma dichos conceptos, "apoyándose" en una estructura cognitiva, que de acuerdo con Araya *et al.* (2007), estos mecanismos transforman la realidad del individuo, o como retoma Pimienta (2008), estos procesos pueden coadyuvar a que el alumno vaya "más allá" de la información que recibe, que es el propósito de las instituciones educativas, proveyendo la oportunidad de desarrollar un pensamiento crítico, capaz de resolver problemas basándose en los conocimientos adquiridos en el aula. Por ello, se toma de base teórica al constructivismo como teoría de aprendizaje, y metodológica para el conocimiento.

El estudio se aborda a través del análisis de las técnicas que utilizan los estudiantes

de licenciatura de la UNSIJ, considerando que los métodos de estudio tienen el fin de "conocer, comprender, analizar y sintetizar aquellos datos, conceptos y principios que contribuyen a la formación y desarrollo personal, que ayuden el dominio de los conocimientos adquiridos" (Choque & Zanga 2011).

Choque & Zanga (2011) en su estudio, proponen como indicadores de medición de las técnicas estudio los siguientes rubros: a) Hábitos, b) Motivación, c) Subrayado, d) Esquemas, e) Apuntes, f) Preparación para Exámenes, g) Atención, los cuales se adaptaron a las estrategias de aprendizaje de codificación que propone Chrobak (2000) siendo: a) Repetición, b) Elaboración, c) Organización, d) Recuperación, lo que permite operativizar las variables del estudio en el apartado cuantitativo.

Para el estudio se contrastan las técnicas de estudio con el aprendizaje, partiendo de la metacognición, considerada ésta por Chrobak (2000) como el "conocimiento, concientización, control y naturaleza de los procesos de aprendizaje", teniendo ésta, cuatro características; la primera es el reconocimiento del fin por el cual se está haciendo un "esfuerzo mental"; la segunda es la elección de las herramientas o técnicas para adquirir el conocimiento (lo que para el presente estudio representan las técnicas de estudio); la tercera es la "auto observación" para reconocer que las técnicas elegidas son las adecuadas, y por último, la evaluación de los resultados obtenidos.

La variable de desempeño académico se medirá con base en los resultados de sus evaluaciones, específicamente con el promedio general que lleva cada estudiante, debido a que sólo se tienen estos datos como evaluación sumativa, en el modelo educativo no se realiza o

se documenta otro tipo de evaluación. Derivado de lo anterior, se desprende la siguiente hipótesis: "existe una correlación positiva entre las técnicas de estudio empleadas por los alumnos de la Universidad de la Sierra Juárez (UNSIJ) con el desempeño académico (medido éste, con las calificaciones)".

En este trabajo se retomó la propuesta pedagógica de Hawley (1990) en el que exponen que no se considere a los alumnos como "consumidores de información y habilidades" en cambio propone que se "les debería de tratar como productores de conocimiento", partiendo de esta premisa, mencionan que se les debe poner en circunstancias y situaciones en las que tienen que "aprender a utilizar el conocimiento que ya poseen, conectar de forma sistemática y reflexiva los conocimientos previos con los nuevos" para que con esto, ellos creen sus propias conclusiones y las evalúen, en pocas palabras, como menciona Lipman (2001) "aplicar la investigación a la enseñanza" y que aprendan a "plantear problemas".

Material y métodos

El proceso de investigación que se aborda inicia con una etapa exploratoria, bajo un enfoque mixto, que incluye una parte cuantitativa con la revisión y análisis de medias, y una parte descriptiva que permitió comparar los índices planteados por carrera y por semestre para cada variable, combinándolos con el análisis cualitativo realizado a través de las entrevistas aplicadas a alumnos.

Para la elaboración de los cuestionarios se realizó la revisión teórica de los procesos, conceptos, estudios y tipos de aprendizaje con la finalidad de identificar el paradigma teórico que enmarca la interpretación de los conceptos propuestos, así como el

modelo teórico-metodológico a seguir. Para ello, se partió del constructivismo como teoría de aprendizaje, y se estudió a través de las técnicas de estudio, los procesos metacognitivos y el desempeño académico, mismos que se muestran en el modelo construido para su exploración (Fig. 1).

Para la recopilación de información se diseñó una encuesta de 46 preguntas, y en la parte cualitativa se realizó una entrevista semiestructurada que cubriera los temas abordados. Las encuestas se aplicaron a través del cuestionario que se hizo llegar a los estudiantes de todas las carreras de la UNSIJ en un formulario de Google, cabe mencionar que para efectos estadísticos se consideró aplicar a la población total de estudiantes ($n= 333$ alumnos).

El análisis de la información derivada de las entrevistas se realizó a través de la identificación de categorías de convergencia de las técnicas de estudio que utilizan los estudiantes y su efectividad en el proceso de aprendizaje. A la par se analizaron los datos obtenidos en la encuesta, con apoyo del software IBM® SPSS® Statistics, a través del análisis de descriptivos, entre ellos, las frecuencias en las respuestas, cálculos de medias, debido a que el instrumento fue codificado en una escala de Likert de cinco puntos. Finalmente, se realizó un análisis de correlación de Spearman para determinar la existencia de una relación significativa entre las variables propuestas.

Con la finalidad de codificar e identificar las variables, para el cálculo de indicadores y medias se realizó la operativización de variables independientes (tabla I) y dependientes (tabla II), de acuerdo con el modelo teórico planteado en un inicio. Se solicitó la respuesta de cada pregunta con una escala de Likert de cinco puntos, y con ello se generaron los análisis descriptivos pertinentes.

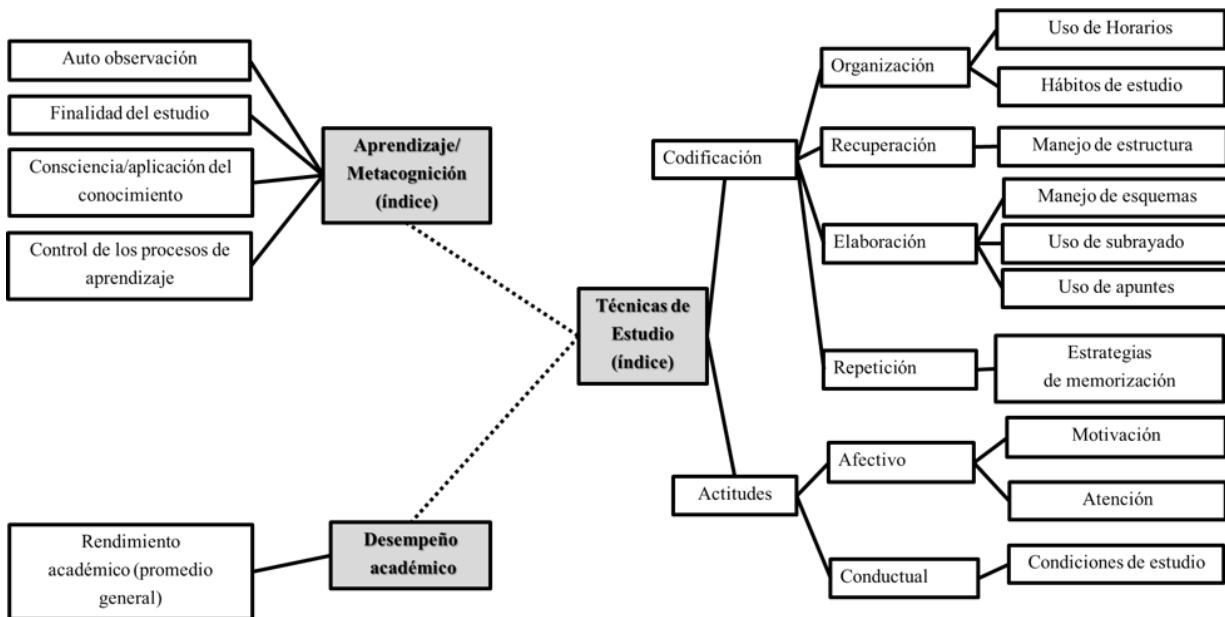


Figura 1. Modelo teórico de las técnicas de estudio, el aprendizaje y el rendimiento académico (Fuente: Elaboración propia con base en Chrobak (2000), Choque & Zanga (2011))

Resultados

Con base en las frecuencias del número de técnicas utilizadas por los alumnos, un total de 109 estudiantes (37.7%) de los 333 encuestados, utilizan tres técnicas de estudio, 83 de ellos (24.9%, n= 4), seguido de los que sólo utilizan dos estrategias diferentes de estudio (18.3%; Fig. 2).

Continuando con el análisis de la información y la identificación de las técnicas de estudio elegidas por los alumnos

se reconoce que la mayoría realiza toma de apuntes 243 de ellos, seguido por la resolución de casos prácticos, los ejercicios de memorización con 138, el subrayado con 125, y los mapas mentales con 105, la información correspondiente se encuentra la figura 3, es importante resaltar que los estudiantes que mencionaron usar más de una técnica especificaron cuáles eran.

Los datos revelan una marcada preferencia por técnicas de memorización y subrayado, asimismo, se identificó que

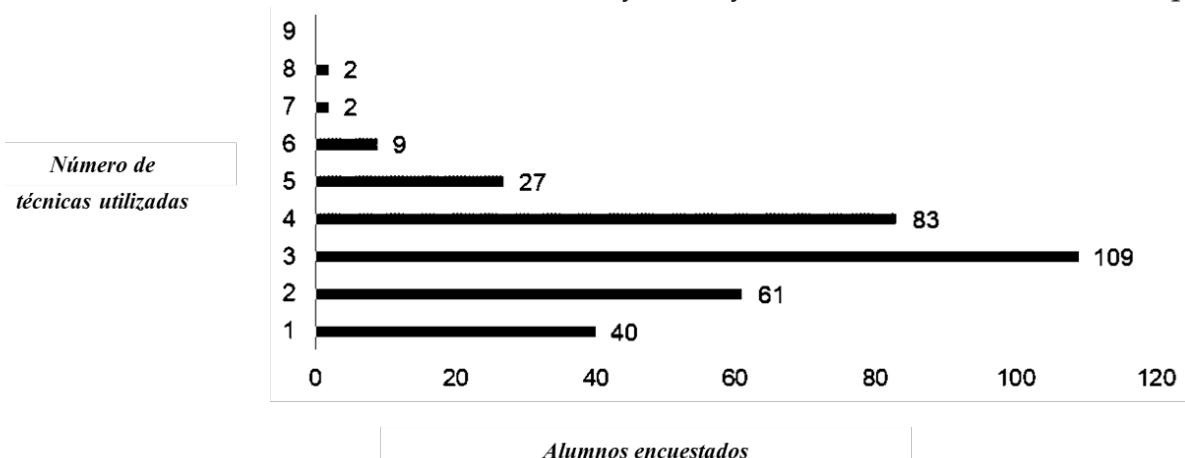


Figura 2. Número de técnicas de estudio utilizadas por los alumnos de la UNSIJ (Elaboración propia).

Tabla I. Operativización de la variable independiente “técnicas de estudio” (Elaboración propia).

Variable	Dimensión	Categoría	Indicador	Item / Pregunta
Técnica de estudio	Codificación	Organización	Uso de horario	¿Estudias a la misma hora todos los días? ¿Pones intensidad en el estudio y aprovechas el tiempo?
				¿Permaneces una hora seguida estudiando sin levantarte de la silla?
				¿Estudias al menos cinco días a la semana?
				¿Sueles distribuir el tiempo disponible para las distintas asignaturas?
				¿Sueles intercalar breves descansos en el tiempo de estudio?
Hábitos de estudio				¿Sueles alternar las asignaturas fáciles con las difíciles?
				¿Identificas los tópicos más importantes antes de empezar con tu estudio?
Recuperación	Manejo de estructura			¿Tienes facilidad para captar la estructura del tema?
				¿Tienes facilidad para encontrar las ideas principales de lo que estás estudiando?
Elaboración	Manejo de esquemas			¿Te resulta más fácil estudiar una lección después de hacer un esquema?
				Antes de hacer un trabajo, ¿preparas un guión o esquema general?
				¿Sueles hacer esquemas en pocas palabras?
				Al hacer esquemas, ¿destacas solo lo importante?
				¿Tratas de organizar una lección difícil con un esquema personal?
Uso del subrayado				¿Subrayas los libros?
				¿Lees atentamente antes de subrayar?
				¿Utilizas diversos colores para subrayar?
				Además de subrayar, ¿sueles escribir las palabras que te resultan difíciles?

Tabla I. Continuación...

Variable	Dimensión	Categoría	Indicador	Item / Pregunta
		Uso del subrayado	Una vez que terminas de subrayar, ¿tratas de memorizar las ideas subrayadas?	
Uso de apuntes		Uso de apuntes	¿Estudias tus apuntes sin pasarlo a limpio? ¿Anotas los datos importantes de la explicación?	
			¿Tomas los apuntes de distintas materias en hojas distintas?	
Repetición	Estrategias de memorización	Repetición	¿Empleas algún sistema eficaz para recordar datos? Luego de aprender una lección, ¿la repasas nuevamente? ¿Escribes datos importantes o difíciles de recordar? ¿Utilizas palabras que te permitan asociar conceptos y con ello ayudarte a memorizar?	
Actitudes	Afectivo	Motivación	¿No te dan ganas de estudiar o te aburre demasiado? ¿Estudias porque te lo mandan tus padres y profesores? ¿Estudiar te genera estrés y ansiedad? ¿Estudias porque realmente te gusta? ¿Estudias porque te interesa ampliar tus conocimientos? ¿Tienes ilusión por ser un buen profesional algún día?	
Conductual	Atención		Suele estar atento a las cosas que se dicen en clase. Le resulta fácil concentrarse en lo que está estudiando.	
	Condiciones de estudio		Domina los nervios en los exámenes. Estudia para los exámenes estando descansado, tranquilo y en buenas, condiciones mentales.	

Tabla II. Operativización de las variables dependientes “Aprendizaje y desempeño académico” (Elaboración propia).

Variable	Dimensión	Categoría	Indicador	Item / Pregunta
Aprendizaje	Metacognitivo	Auto observación	Cuál consideras que es tu nivel de comprensión de los temas que ves en clase	
				Finalidad y objetivo del estudio Reconoces la utilidad que tienen los temas que ves en clase para tu desarrollo profesional.
		Consciencia/ aplicación del conocimiento/ uso del conocimiento	¿Utilizas los conocimientos vistos en clase para interpretar otras asignaturas? ¿Utilizas los conocimientos vistos en clase para resolver problemas de la vida diaria?	
				¿Expresas tu interés sobre un tema en específico con tu profesor? De lo que has aprendido en el aula te ha servido para explicar de qué se trata tu carrera o argumentar de algún tema en específico
Desempeño	Rendimiento académico	Control de los procesos de aprendizaje/ autorregulación y estrategia	¿Reconoces qué técnicas de estudio te ayudan a aprender mejor?	
				Calificaciones Indica el rango de tu promedio general.

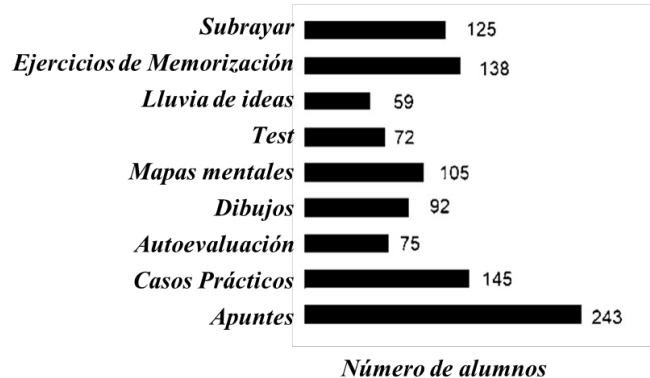


Figura 3. Técnicas de estudio utilizadas por los alumnos de la UNSIJ (Fuente: Elaboración propia).

los estudiantes que combinan estrategias como resúmenes y mapas conceptuales reportan una mejor comprensión y retención de información, especialmente en áreas científicas. Estos hallazgos subrayan la diversidad de enfoques en el proceso de aprendizaje y la importancia de personalizar las estrategias según las necesidades individuales y contextuales.

en Administración Turística con 3.39, después por la Licenciatura en Biología con 3.3, por la Ingeniería en Forestal con 3.28 y por último por la Licenciatura en Ciencias Ambientales con 3.18. Cabe mencionar que se identificó que los datos no tienen diferencia significativa estadísticamente, sin embargo, la información es de utilidad para saber e interpretar el comportamiento de los estudiantes por carrera.

Análisis de medias de los indicadores del modelo

A continuación, se procede con los resultados obtenidos del análisis de medias por carrera, de cada uno de los indicadores analizados, de acuerdo a la operativización de indicadores generados, siendo estos los siguientes: uso de horarios, hábitos de estudio, manejo de estructura, manejo de esquemas, uso del subrayado, uso de apuntes, estrategias de memorización, motivación, atención, condiciones de estudio, auto observación, finalidad y objetivo del estudio, conciencia y aplicación del conocimiento y, control de los procesos de aprendizaje.

Se observa el resumen en la tabla III que de acuerdo con las medias generadas con las técnicas de estudio utilizadas la Ingeniería en Desarrollo de Software y Sistemas Inteligentes tiene el índice más alto con 3.4, seguido por la Licenciatura

Análisis de medias por carrera

En el análisis de medias por carrera no se encontraron diferencias estadísticamente significativas; sin embargo, la interpretación de la información puede apoyar en las labores docentes y en el diagnóstico de los hábitos de estudio por carrera.

Revisando las medias y la comparación con el total escolar se identifica que, en la IF, los alumnos sólo están por encima de la media en el tema de la atención, en todos los demás aspectos están por debajo, específicamente se recalca el indicador de conciencia y aplicación del conocimiento, perteneciente a la variable de aprendizaje y metacognición, por lo cual es importante revisar o recalcar el campo de aplicación y perfil de egreso de los estudiantes.

En el caso de LAT, a diferencia de la

Tabla III. Análisis de Medias de las variables de estudio: Técnicas de estudio, aprendizaje y rendimiento (Fuente: Elaboración propia).

Carrera	Técnicas de estudio		Aprendizaje	Calificaciones promedio
Ingeniería forestal	Media	3.2862	3.2220	7.5382
	N	38	38	38
	Desv. típ.	.41887	47012	.61286
Licenciatura en Administración Turística	Media	3.3980	3.4578	8.0868
	N	117	117	117
	Desv. típ.	.43329	.49796	.77296
Licenciatura en Biología	Media	3.3035	3.4121	7.9625
	N	96	96	96
	Desv. típ.	.37885	.52594	.72899
Licenciatura en Ciencias Ambientales	Media	3.1868	3.2411	7.7357
	N	21	21	21
	Desv. típ.	.47884	.50361	.87223
Licenciatura en Informática	Media	3.1868	3.2411	7.7357
	N	21	21	21
	Desv. típ.	.47884	.50361	.87223
Total	Media	3.3502	3.4164	7.9170
	N	332	332	332
	Desv. típ.	.41877	.49896	.76505

Fuente: Elaboración propia con encuestas a estudiantes de la UNSIJ en el año 2024.

IF, los alumnos externaron mayor uso de técnicas de estudio, en las que se destacan el uso del subrayado, esto es probable, debido a la naturaleza de los estudios, al contar con materias más teóricas, así como el establecimiento de hábitos de estudio.

En el caso de la LB, el comportamiento de los estudiantes es parecido a la IF, sin embargo, se puede destacar que las diferencias son menores como se observa en la tabla IV, en caso contrario la LCA, tiene diferencias más altas, con la media escolar, lo cual indica que se debe revisar los hábitos y técnicas de estudio para identificar las causas de dichas diferencias, si son de acuerdo con la naturaleza de la carrera o es necesario hacer hincapié en el estudio sobre los alumnos.

En comparación con los casos anteriores

la IDSYSI destaca por tener todos los indicadores por encima de la media, esto puede señalar una forma diferente de estudio, así como las características específicas que requiere el programa, sólo el indicador referente a las condiciones de estudio está por debajo de la media, probablemente se deba revisar los recursos disponibles que tienen los alumnos para sus estudios, así como, las necesidades de equipamiento que requieran.

En resumen, cada uno de los programas académicos tienen tendencias diferentes de estudio, sería importante hacer un diagnóstico si esto deriva de la naturaleza de cada uno o de las dinámicas de los cuerpos académicos, es decir, conjuntar con los modelos pedagógicos aplicados por los docentes, así como las actividades y

Tabla IV. Resumen del cálculo de medias por carrera (Fuente: Elaboración propia).

	Ingeniería Forestal	Lic. en Administración Turística	Licenciatura en Biología	Licenciatura en Ciencias Ambientales	Licenciatura en Informática	UNSIJ
Uso de horarios	3.070	3.051	3.061	2.865	3.348	3.096
Dif. Media UNSIJ	-0.026	-0.045	-0.035	-0.231	0.252	
Hábitos de estudio	3.039	3.376	3.161	2.738	3.263	3.218
Dif. Media UNSIJ	-0.178	0.158	-0.056	-0.480	0.045	
Manejo de estructura	3.224	3.342	3.365	3.214	3.482	3.363
Dif. Media UNSIJ	-0.140	-0.021	0.001	-0.149	0.119	
Manejo de esquemas	3.100	3.203	3.115	3.067	3.239	3.175
Dif. Media UNSIJ	-0.075	0.028	-0.061	-0.109	0.063	
Uso del subrayado	3.100	3.470	3.327	3.143	3.200	3.339
Dif. Media UNSIJ	-0.055	0.131	-0.012	-0.196	-0.139	
Uso de apuntes	3.588	3.647	3.632	3.540	3.649	3.636
Dif. Media UNSIJ	-0.048	0.011	-0.004	-0.096	0.013	
Estrategias de memorización	3.276	3.404	3.273	3.238	3.373	3.342
Dif. Media UNSIJ	-0.065	0.062	-0.068	-0.103	0.031	
Motivación	3.675	3.821	3.736	3.683	3.851	3.776
Dif. Media UNSIJ	-0.101	0.044	-0.040	-0.094	0.075	
Atención	3.618	3.875	3.551	3.391	3.605	3.515
Dif. Media UNSIJ	0.103	0.360	0.036	-0.124	0.090	
Condiciones de estudio	2.987	3.115	2.974	3.000	3.044	3.048
Dif. Media UNSIJ	-0.061	0.067	-0.074	-0.048	-0.004	
Auto-observación	3.237	3.342	3.365	3.238	3.439	3.351
Dif. Media UNSIJ	-0.115	-0.009	0.013	-0.113	0.087	
Finalidad y obj. del estudio	3.053	3.308	3.266	3.143	3.351	3.266
Dif. Media UNSIJ	-0.213	0.042	0.000	-0.123	0.085	
Conciencia y aplicación del ...	3.257	3.549	3.393	3.393	3.566	3.474
Dif. Media UNSIJ	-0.217	0.075	-0.080	-0.081	0.092	

tareas que se les asignan a los estudiantes. La tabla V presenta un resumen de las medias de todas las carreras y las diferencias que tiene cada indicador con la de la Universidad, lo que resalta que los alumnos de la IDSYSI utilizan más técnicas y de manera organizada, seguido por los estudiantes de LAT, después LB, IF y por último los de LCA.

Análisis de medias por semestre

Continuando con el análisis, se calcularon las medias de los indicadores por semestre, partiendo del curso propedéutico hasta noveno semestre del total de las carreras, con el fin de saber o identificar si había un patrón en el uso de las técnicas de estudio, así como la apreciación del aprendizaje. Lo que se observó es que cuando avanzan los semestres, los alumnos adoptan un mayor número de técnicas de estudio, así como la organización de sus tiempos y la importancia que le asignan, esto se puede considerar un rubro a favor, lo que propone el fortalecer procesos educativos. Si bien, partimos del constructivismo para la creación del modelo de estudio, puede generar patrones enfocados a la Teoría del Aprendizaje Autónomo, en la que el propio alumno es el que busca su desarrollo educativo.

Por el contrario, los alumnos de propedéutico y primer semestre no tienen medias altas en los indicadores, por lo que con ellos sería interesantes combinar y trabajar con el constructivismo y la propuesta de Pierre Bourdieu (1991) y el “*Habitus*” debido a la complejidad que se tiene al recibir alumnos de varias comunidades que provee una heterogeneidad de perfiles educativos, promedios, conocimientos académicos y cosmovisiones que pueden enriquecerse entre ellos, sin mencionar la diferencia

entre los perfiles económicos de los alumnos. Cabe destacar que los alumnos de procedencia de Valles Centrales están dotados de recursos diferentes al resto de las regiones, lo cual, podría tomarse como una oportunidad para que entre ellos generen hábitos y técnicas de estudio eficientes.

Análisis de medias por semestre y por carrera

Se procedió al análisis con el programa R para análisis estadísticos, y se utilizó para comparar las medianas, y conocer los patrones, así como los casos atípicos de seis de los indicadores, teniendo los resultados planteados, en la figura 4, destacando que conforme avanzan los semestres los jóvenes van adoptando ciertos hábitos y técnicas de estudio.

Análisis de correlaciones con el coeficiente de correlación de Spearman

Por último, se realizó un análisis de correlaciones no paramétricas de Spearman, en la que identificó que hay una correlación significativa entre las técnicas de estudio empleadas y las calificaciones de los alumnos con un coeficiente de 0.265, es decir, el rendimiento académico de los alumnos. Este fue el planteamiento inicial de la investigación, sin embargo, lo más interesante es, que la correlación es más alta con el aprendizaje con un indicador de 0.634, es decir, la percepción y el uso de los conocimientos adquiridos, lo que para efectos de este estudio se denominó “metacognición”.

Análisis de contenido de las entrevistas realizadas

Con el objetivo de enriquecer la

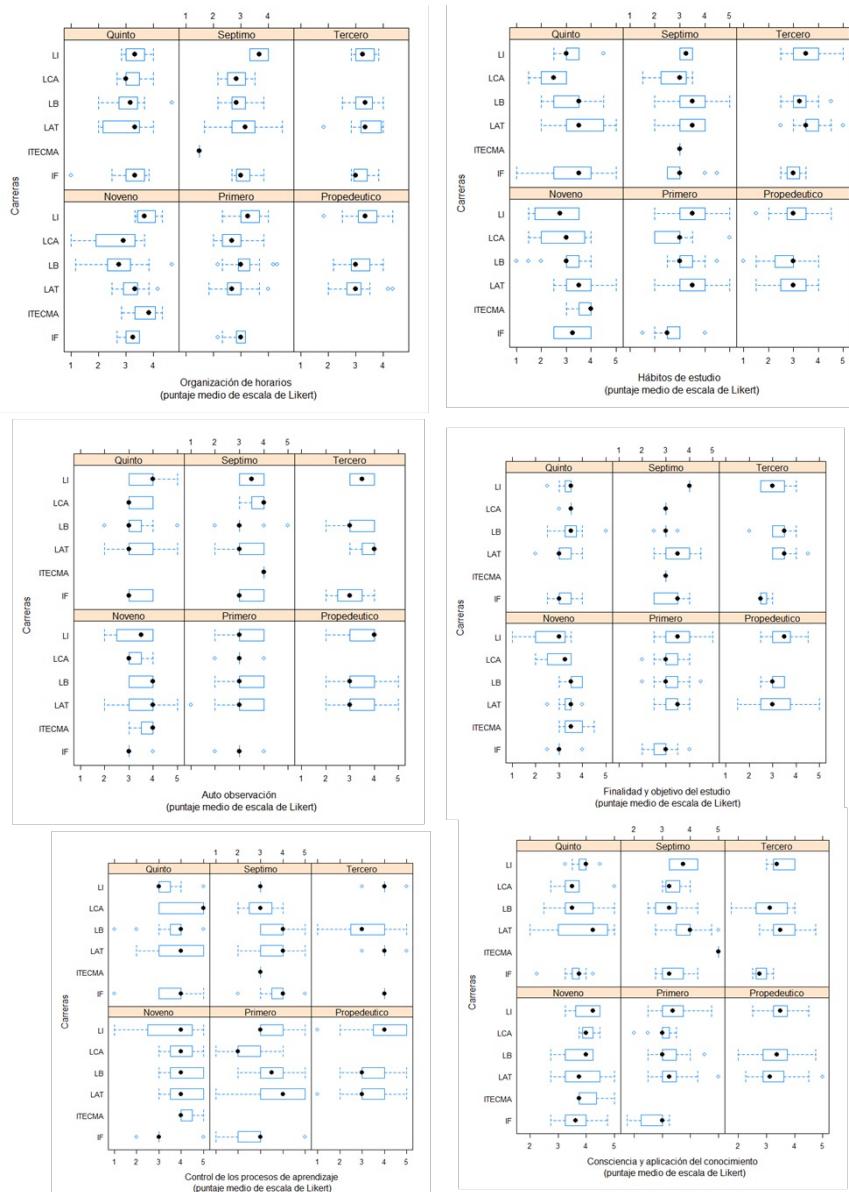


Figura 4. Comparación de medianas por carrera y por semestre.

información de las técnicas de estudio utilizadas por los alumnos, así como los hábitos que tienen para aplicarlas, se realizaron siete entrevistas a los alumnos de la Licenciatura en Administración Turística en los meses de mayo a julio, obteniéndose los siguientes puntos de análisis:

Programación y horarios de estudio

Los alumnos asumen diferentes técnicas y hábitos de estudio, que parten de sus objetivos personales, así como de la

disponibilidad de tiempo, cabe destacar que algunos terminan sus jornadas académicas a las 18:00 hrs., lo que les da un rango de tiempo corto para poder estudiar, ello depende de las intenciones e interés en el estudio, sin tener oportunidad de alternar con la recreación. Es importante recalcar que los alumnos con mejores promedios tienen un mayor énfasis en el estudio diario y repaso de las asignaturas y temas vistos en ese día. Los estudiantes externaron que alternan con el

Tabla V. Análisis de correlaciones con el Coeficiente Rho de Spearman.

Técnicas de estudio	Coeficiente de correlación	Calificaciones (Rango)	Técnicas de estudio
	Sig. (Bilateral)	.000	
	N	332	
Bootstrap	Sesgo	.003	
	Tip. Error	.054	
	IDC 95%	Inferior	.164
		Superior	.373
Aprendizaje	Coeficiente de correlación	.324**	.634**
	Sig. (Bilateral)	.000	.000
	N	332	332
Bootstrap	Sesgo	.002	-.001
	Tip. Error	.051	.037
	IDC 95%	Inferior	.224
		Superior	.422
			.705

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Los resultados autodocimantes se basan en 1000 muestras de muestreo bootstrap.

consumo de alimentos por la noche para hacer pausas y optimizar el tiempo con sus rutinas diarias.

Técnicas de estudio utilizadas

Los alumnos expresaron que tratan de identificar las ideas principales de los temas que se abordan en clases, sin embargo, mencionan que cuando los profesores no puntualizan dichas ideas, la comprensión es más compleja, es decir, cuando se realiza a manera de charla, pero los contenidos no se identifican por categorías, conceptos, o el punto a abordar directamente, ellos no detectan un propósito en la clase.

La realización de prácticas es considerada como una de las alternativas más eficientes para su aprendizaje y más cuando se liga con proyectos integrales y multidisciplinarios que los obliga a llevar a cabo lo que se aborda en clases de forma teórica.

El uso de organizadores gráficos

coadyuva a su aprendizaje, sin embargo, sería importante analizar, si la eficiencia de ellos depende de la capacidad de los alumnos de identificar las ideas principales, así como la forma en la que los profesores abordan los temas. El subrayado no es una de las técnicas más utilizadas, sólo en ocasiones cuando se les proporciona archivos digitales, o por los alumnos que ponen más énfasis en sus hábitos de estudio.

El uso de técnicas específicas de estudio no fue expresado, por lo que valdría la pena indagar si reconocen cuáles son las técnicas más utilizadas, o profundizar en la comunidad universitaria para su profundidad y educación en procesos de aprendizaje.

Metacognición y uso del aprendizaje

Los alumnos tienen presente que el estudio de cada asignatura tiene una función para el desempeño de su carrera, sin embargo, expresan que estudian para acreditar las

materias, también priorizan aquellas que consideran más difíciles, por lo que a las materias más sencillas las dejan al final.

Los alumnos reconocen aquellas materias que están más ligadas a sus intereses y por lo tanto suelen poner más atención o indagar más. Externan que, por pena, no se acercan a los profesores para asesorías individuales o también en clases.

Algunos de ellos no tienen los objetivos claros del estudio de la carrera, incluso no proyectan un desarrollo profesional en el estudio, lo que sí queda claro es que lo hacen por voluntad propia y no obligados por sus padres, o algún otro factor externo a ellos.

Los resultados obtenidos en esta investigación permiten identificar patrones significativos en el uso de técnicas de estudio entre los estudiantes de licenciatura de la Universidad de la Sierra Juárez, así como su relación con el rendimiento académico. A continuación, se discuten los hallazgos más relevantes en función de los objetivos planteados, contrastando los datos cuantitativos con las perspectivas cualitativas recabadas mediante entrevistas.

Técnicas de estudio y su impacto en el aprendizaje

El análisis descriptivo reveló que la técnica más utilizada por los estudiantes es la toma de apuntes (72.9%), seguida de la resolución de casos prácticos y los ejercicios de memorización. Sin embargo, se observó que aquellos alumnos que combinan estrategias como resúmenes y mapas conceptuales reportan una mejor comprensión y retención de información, especialmente en áreas científicas. Esto coincide con la literatura que destaca la importancia de técnicas activas de

aprendizaje sobre las pasivas (como el subrayado o la memorización).

Discusión

Con el objetivo de profundizar el análisis de la información obtenida se presenta el siguiente análisis y diálogo entre lo revisado teóricamente y los resultados obtenidos en las encuestas y entrevistas aplicadas a los alumnos de la universidad.

Además, el análisis de correlación de Spearman confirmó una relación significativa entre el número de técnicas empleadas y el rendimiento académico ($\rho = 0.265$), pero con una correlación aún más fuerte con la metacognición ($\rho = 0.634$). Esto sugiere que no sólo la cantidad de técnicas influye, sino también la conciencia sobre su uso y aplicación, respaldando la teoría constructivista que enfatiza la autorregulación del aprendizaje.

Al comparar las carreras, se encontró que los estudiantes de Ingeniería en Desarrollo de Software y Sistemas Inteligentes presentaron los indicadores más altos en organización y técnicas de estudio (media = 3.4), mientras que los de Licenciatura en Ciencias Ambientales mostraron los valores más bajos (media = 3.18). Estas diferencias podrían atribuirse a la naturaleza de cada disciplina: carreras con mayor carga práctica (como IDSYSI) parecen fomentar estrategias más estructuradas, mientras que en otras (como LCA o IF) se detectaron debilidades en la aplicación del conocimiento, lo que sugiere la necesidad de reforzar enfoques pedagógicos específicos.

Por otro lado, el análisis por semestre evidenció que los estudiantes avanzados (a partir de quinto semestre) emplean un mayor número de técnicas y organizan mejor su tiempo, lo que apunta a un

proceso de adaptación progresiva. No obstante, los alumnos de propedéutico y primer semestre mostraron menor dominio de estrategias, lo que refleja una transición incompleta desde el nivel medio superior. Aquí, la teoría del Habitus de Bourdieu resulta pertinente para entender cómo factores socioeducativos previos (como origen comunitario o recursos económicos) influyen en esta brecha inicial.

Las entrevistas revelaron que los estudiantes con mejores promedios priorizan el repaso diario y la planificación, aunque enfrentan limitaciones de tiempo debido a jornadas académicas extensas. Además, destacaron que las clases prácticas y los proyectos multidisciplinarios facilitan su aprendizaje, mientras que las metodologías poco estructuradas (como "clases en formato de charla") dificultan la identificación de ideas clave.

Un punto crítico fue la falta de claridad en los objetivos de aprendizaje: algunos alumnos reconocieron estudiar principalmente para "aprobar" y no por interés disciplinar. Esto, sumado a la poca interacción con docentes por timidez, refleja un área de oportunidad para implementar estrategias como aulas invertidas o círculos de estudio, que fomenten la autonomía y la colaboración.

Desde el marco constructivista, los resultados respaldan la idea de que el aprendizaje es un proceso activo y contextualizado, donde la diversidad de técnicas y la metacognición juega un papel central. Sin embargo, también se identificaron tres limitaciones:

- La heterogeneidad en los perfiles de ingreso exige intervenciones diferenciadas, especialmente en los primeros semestres.
- La formación docente debería integrar capacitaciones en diseño didáctico que

promuevan técnicas efectivas.

- La correlación entre técnicas y calificaciones, aunque significativa, fue moderada, lo que indica que otros factores (como motivación o condiciones socioeconómicas) podrían mediar en el rendimiento.

Conclusiones

Como se observa en los resultados obtenidos, en el apartado de análisis de medias, cada una de las carreras tiene diferentes retos dependiendo de la naturaleza de las disciplinas que se aborden en la formación, así como el campo de desarrollo profesional. Por lo general las materias que tienen abordaje teórico, pautan a los alumnos para llevar apuntes más ordenados, así como la identificación de ideas principales. Aquellas materias que conllevan la realización de prácticas provocan que los alumnos pongan más atención, dándole prioridad a aquellas materias en las que identifican mayor dificultad para pasarlas.

El trabajo se aborda desde la teoría del Constructivismo, debido a la heterogeneidad de los conocimientos de los alumnos al entrar a la universidad, la búsqueda de la construcción del conocimiento con la información y las cátedras que se proporcionan por los profesores, así como la retroalimentación que realizan con sus compañeros de clases. En las entrevistas se identificó que algunos alumnos comentan entre ellos, temas vistos durante el día, por ello, sería recomendable, propiciar círculos de estudio entre ellos, aplicar estrategias, basadas en otras teorías de aprendizaje, como las aulas invertidas, para que los alumnos se apropien de su proceso de aprendizaje.

Por otra parte, la administración del tiempo juega un papel primordial en el proceso, debido a que los estudiantes acostumbran a estudiar cuando se acerca el periodo de exámenes, lo que conlleva una carga académica pesada, y por ello, tienden a elegir técnicas que les permitan maximizar el tiempo de estudio.

Otro factor es la motivación que influye en la elección de las técnicas de estudio. Según Núñez et al. (2006), los estudiantes que están más motivados suelen emplear estrategias de autorregulación, como establecer metas claras y monitorear su progreso, lo que les permite elegir y ajustar sus métodos de estudio según lo necesiten.

Cabe destacar que los estudiantes a menudo se ven influenciados por lo que hacen sus compañeros o por las expectativas de los profesores, por lo que, muchos estudiantes pueden preferir estudiar en grupos o colaborar con otros debido a la creencia de que el aprendizaje colaborativo es más eficaz (Johnson & Johnson 1994).

Este ejercicio es un breve estudio exploratorio que podría replicarse y profundizar, para que se tengan los elementos necesarios para que profesores, jefes de carrera y tomadores de decisiones académicos puedan pautar actividades, procesos y mecanismos que faciliten o propicien un mayor aprendizaje en los alumnos.

Referencias

- Araya, V., M. Alfaro & M. Andonegui.** 2007. Constructivismo: orígenes y perspectivas. *Laurus* 13(24): 76-92.
- Arce, R., & I. Medina.** 2016. Retos de la educación superior ante nuevas características de estudiantes nuevos retos docentes. *La Universidad Pública en México y su compromiso social*, 66-74 pp.
- Bernate, J., & J. A. Vargas-Guativa.** 2020. Desafíos y

tendencias del siglo XXI en la educación superior. *Revista de Ciencias Sociales*, 26(2): 141-154.

Bourdieu, P. 1991. *El sentido práctico*. Taurus, Madrid, 454pp.

Capdevielle, J. 2011. El concepto de habitus: con Bourdieu y contra Bourdieu. *Revista Andaluza de Ciencias Sociales* (10): 31-45.

Choque, E. & M. Zanga 2011. Técnicas de estudio y rendimiento académico. *Scientia* 1(1): 1-22.

Chrobak, R. 2000. La metacognición y las herramientas didácticas. Universidad Nacional del Comahue. Consultado el 10 de enero de 2025: <https://www.unrc.edu.ar/publicar/cde/05/Chrobak.htm>

Decreto de creación de la Universidad de la Sierra Juárez. (2005, 23 de abril). Periódico Oficial del Gobierno del Estado de Oaxaca, pp. 2-5. Disponible en https://www.unsij.edu.mx/DocsUNSIJ/Decreto_de_Creacion_UNSIJ.pdf

Dunlosky, J., E.J. Marsh, M.J. Nathan, K.A. Rawson & D.T. Willingham. 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.

Gleason, M. & J. Rubio. 2020. Implementación del aprendizaje experiencial en la universidad, sus beneficios en el alumnado y el rol docente. *Revista Educación* 44(2): 1-33.

González, B., C. Alonso & R. Rangel. 2012. El modelo VARK y el diseño de cursos en línea. *Revista Mexicana de Bachillerato a Distancia*. 8(4): 96-103.

Granja, D. O. 2015. El constructivismo como teoría y método de enseñanza. *Sophia* (19): 93-110.

Hawley, W. D. 1990. Looking backward at education reform. *Thinking: The Journal of Philosophy for Children* 8(4): 10-11.

Johnson, D. & R. Johnson. 1994. El aprendizaje cooperativo en el aula. Paidós Ibérica SA, Buenos Aires, 66 pp.

Lipman, M. 2001. *Pensamiento complejo y educación*. 2a ed., De la Torre, Madrid, 345 pp.

Núñez, J., J. González, P. Solano & R. Pedro. 2006. El aprendizaje autorregulado como medio y meta de la educación. *Papeles del Psicólogo* 27(3): 139-146.

Obermeier-Pérez, M. L. 2025. Retos del Nuevo Profesorado Universitario en las Instituciones Educativas en México. RIDE. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el*

Desarrollo Educativo, 16(31): 1-27.

Pimienta P. J. H. 2008. Constructivismo. Estrategias para aprender a aprender. Prentice Hall, México, 133 pp.

Solórzano, Y. 2017. Aprendizaje autónomo y competencias. Dom. Cien. 3: 241-253.

Suárez, J., F. Maíz & M. Meza. 2010. Inteligencias múltiples: Una innovación pedagógica para potenciar el proceso enseñanza aprendizaje. Investigación y Postgrado 2(1): 81-94.