

Revista EDUCATECONCIENCIA.

Volumen 30, No. 37

ISSN: 2007-6347

Periodo: octubre – diciembre 2022

Tepic, Nayarit. México

<https://doi.org/10.58299/3yxspd16>

Pp. 131-147

Recibido: 21 de septiembre 2022

Aprobado: 16 de diciembre 2022

Publicado: 20 de diciembre 2022

Hábitos y técnicas de estudio en estudiantes universitarios de nuevo ingreso, una revisión de la literatura

Habits and study techniques in new university students, a review of the literature

Ana Claudia Espinosa González

Universidad Autónoma de Nayarit, México

ana.espinosa@uan.edu.mx

<https://orcid.org/0000-0001-8198-2007>

Marina Suárez Flores

Universidad Autónoma de Nayarit, México

marinasuarez@uan.edu.mx

<https://orcid.org/0000-0003-2178-1291>

Maricruz González Hernández

Universidad Autónoma de Nayarit, México

maricruz.gonzalez@uan.edu.mx

<https://orcid.org/0000-0001-6822-1510>

Anna Alessandra Aguirre Bravo

Universidad Autónoma de Nayarit, México

alessandra.aguirre@uan.edu.mx

<https://orcid.org/0000-0002-2306-4838>

Hábitos y técnicas de estudio en estudiantes universitarios de nuevo ingreso, una revisión de la literatura

Habits and study techniques in new university students, a review of the literature

Resumen

El presente artículo tiene como objetivo hacer una revisión comparativa de la literatura que permita obtener un panorama más claro respecto a la intervención de las instituciones de nivel superior para la detección de hábitos y técnicas de estudio en los estudiantes universitarios. El método es cualitativo y documental con un enfoque transversal simple, por lo cual se utilizaron muestras homogéneas para la selección de los casos de estudio comparativo, eligiendo 17 autores. Respecto a las semejanzas encontradas, se pueden dividir en 4 rubros: Implementación de programas educativos, por parte de las instituciones de nivel superior, enfocados a desarrollar hábitos y técnicas de estudio en el alumno de nuevo ingreso; el educando y la ausencia de hábitos y técnicas de estudio; el papel del docente, y su influencia en el uso de hábitos y técnicas de estudio, por parte del estudiante y ventajas de la existencia de conocimientos en este rubro.

Palabras clave: Aprendizaje significativo, Hábitos de estudio, Técnicas de estudio.

Abstract

The objective of this article is to make a comparative review of the literature that allows us to obtain a clearer picture of the intervention of higher education institutions for the detection of study habits and techniques in university students. The method is qualitative and documentary with a simple cross-sectional approach, for which homogeneous samples were used for the selection of the comparative case studies, choosing 17 authors. Regarding the similarities found, they can be divided into 4 categories: Implementation of educational programs, by higher level institutions, focused on developing study habits and techniques in the new student; the student and the absence of study habits and techniques; the role of the teacher, and his influence on the use of study habits and techniques, by the student and advantages of the existence of knowledge in this area.

Keywords: Meaningful learning, Study habits, Study techniques.

Introducción

Las técnicas y hábitos de estudio, juegan un papel fundamental en los procesos de adquisición de conocimientos y de aprendizajes significativos, impactando así en el rendimiento académico del universitario.

Situación problémica

Es común que se dé por hecho que el estudiante que ingresa al nivel superior cuenta con herramientas, técnicas y/o métodos para adquirir conocimiento dentro y fuera del aula, sin embargo, el docente puede ser testigo de las dificultades en los procesos de aprendizaje durante la vida académica, tomando en cuenta que es muy probable que el alumno cuente con esas deficiencias desde la educación básica y nivel medio superior.

El proceso de aprendizaje puede resultar ser complejo e involucra un gran número de factores. “Es un acto personal e individual que permite al aprendiz transformar la información que recibe desde el entorno en conocimiento, entendido este como la inserción introspectiva de la información, con un carácter significativo en sus estructuras mentales”. (García, 2013, p. 4).

Uno de los principales problemas de la enseñanza y del aprendizaje en la actualidad radica en la falta de crear hábitos eficaces en el estudio. Por lo anterior se llevó a cabo una revisión de la literatura de 17 autores que han realizado investigaciones en educandos de nivel superior en esta temática.

Antecedentes

Existe una amplia cantidad de investigaciones que tienen como tema central las técnicas y hábitos de estudio, enfocadas a como estas juegan un papel fundamental en los procesos de adquisición de conocimientos y de aprendizajes significativos, impactando así en el rendimiento académico del educando. Incluso algunas de ellas hacen estudios comparativos de casos, entre quienes, si usan las técnicas de estudios y quienes no, buscando hacer patente las diferencias en sus notas y rendimientos.

Para que el aprendizaje significativo pueda darse, es importante que el sujeto sea capaz de aprender a aprender, competencia transversal, que dota al estudiante de herramientas conceptuales, metodológicas y actitudinales. Guido (2012), citado por (García *et al.*, 2018). Ahí la importancia de que el alumno pueda aprender y emplear una metodología significativa que le ayude a construir su propio aprendizaje.

Reforzando lo anterior (García *et al.*, 2018, p.13) menciona que: El aprendizaje es algo inacabado, el estudiante a lo largo de su vida va aprendiendo de varias formas y va construyendo su propio conocimiento y se norman criterios que va aplicando en cada situación según se le presente, por su lado, la institución académica tiene la tarea de dotarle de las herramientas para ello.

En la actualidad, el tema adquiere gran relevancia ya que las instituciones de educación superior plantean un nuevo paradigma a través del desarrollo de conocimientos y herramientas necesarias para aprovechar la diversidad, la convergencia de culturas, la gran cantidad de información disponible y nuevos descubrimientos que aportan la ciencia y la tecnología; por lo tanto, si el estudiante no cuenta con una base sólida de hábitos de estudio, esta carencia impacta negativamente en las actividades que lleve a cabo tanto en su formación académica como en lo personal y profesional. (Mondragón *et al.*, 2016, p.3).

Por su parte Enríquez *et al.* (2015 a) señala que un hábito es una condición que se adquiere, se aprende, y que tiene la tendencia de repetirse y reproducir ciertas acciones o actuar de la misma forma bajo normas o circunstancias familiares. En tanto que (Solano *et al.* 2022, p.3) menciona que es un estándar de conducta que se observa automáticamente frente a circunstancias determinadas en las que el sujeto no tiene que meditar acerca de la forma de proceder.

Los hábitos de estudio son un elemento primordial para el éxito académico, no solo en el acto de estudio, si no en la forma en que este se realiza, porque implica una serie de habilidades técnicas y destrezas que se obtienen con la práctica, y estas

permiten alcanzar un objetivo Guerrón *et al* (2022). Si el estudiante no cuenta con una base sólida de hábitos de estudio, esta característica impacta negativamente en las actividades que lleve a cabo tanto en su formación académica como en lo personal y profesional Mondragón *et al* (2016).

Cuando existe el propósito de aprender es necesario poner en vigor hábitos que ayuden al estudiante a recoger estrategias metodológicas y desarrollar técnicas de trabajo para convertirse en puente que alcance estilos, maneras de estudiar y aprender, para lograr un adecuado desempeño académico, Ramírez y Parra (2020).

Enríquez *et al*. (2015 b) menciona que los hábitos de estudio generan efectos positivos tanto a nivel orgánico como psicológico en los estudiantes. A nivel orgánico contribuyen principalmente a ahorrar esfuerzos, realizar actividades con mayor rapidez y menor fatiga y por consecuencia aumenta la productividad, mientras que a nivel psicológico benefician a la perfección del conocimiento debido a que los actos se vuelven repetitivos, mejorando el rendimiento. Los hábitos de estudio entonces hacen que la actividad académica se vuelva más placentera y satisfactoria, brindando un mayor sentimiento de confianza y seguridad, y estos a su vez generan disciplina y salud mental.

Objetivo(s)

El presente trabajo tiene como objetivo principal hacer una revisión comparativa de la literatura que permita obtener un panorama más claro respecto a la intervención de las instituciones de nivel superior para la detección de hábitos y técnicas de estudio en los estudiantes universitarios.

Justificación

La finalidad de este estudio comparativo es analizar y explicar la influencia, importancia e impacto de la presencia de hábitos y técnicas de estudio en los estudiantes de nivel superior.

Materiales y método

La justificación de la selección de las investigaciones utilizadas en este estudio comparativo están directamente vinculadas a las siguientes preguntas clave de evaluación; ¿Por qué es prioritario una detección temprana de la ausencia de hábitos y técnicas de estudio en estudiantes de nivel superior?, ¿Cómo influye en el rendimiento académico del estudiante el conocimiento y aplicación de hábitos y técnicas de estudio?, ¿Cuál es el papel que juegan las universidades y sus docentes en el desarrollo u obtención de hábitos y técnicas de estudio?.

En la presente investigación se emplearon como base informativa el trabajo de diferentes autores por lo que el método es cualitativo y documental con un enfoque transversal simple. Es documental pues presenta un análisis de información escrita sobre el tema determinado con el propósito de analizar aportaciones.

Se realizó una revisión bibliográfica en diferentes bases de datos de investigación como EBSCOhost y Google Académico. En el proceso de organización de la información recolectada se inició con la búsqueda de artículos publicados en revistas científicas, que avalan su fiabilidad y de tesis en repositorios de diversas entidades de nivel superior, todos enfocados en estudios sobre hábitos y técnicas de estudio, después se procedió a la selección y extracción de la información más relevante, enfocadas a investigaciones solamente con estudiantes universitarios.

Participantes

Se realizó una selección de la literatura de 17 autores, los documentos que se utilizaron para realizar la obtención de información, están conformados por artículos de revistas científicas y tesis, las cuales se enfocan en plasmar los resultados de diversas investigaciones, que buscaron la obtención de datos sobre hábitos y técnicas de estudio en educandos de nivel

superior, así como la mejora que existe en este rubro, al proveerles de herramientas que coadyuven a un mejor uso y aplicación de estas.

En la siguiente tabla (tabla 1) se muestra la selección de participantes por sus contribuciones con el tema de estudio.

Tabla 1

Investigaciones de los participantes por sus contribuciones

Autor y Año	Título de la investigación	Método
Bedolla (2018)	Programa educativo de técnicas y hábitos de estudio para lograr aprendizajes sustentables en estudiantes de nuevo ingreso al nivel superior.	Se realizó un estudio mixto enfocado en el análisis de un Programa Educativo de Técnicas y Hábitos de Estudio implementado a 62 estudiantes de nuevo ingreso.
Quintana (2014)	El aprendizaje autorregulado en estudiantes de educación superior.	Investigación con enfoque cualitativo de carácter exploratorio y descriptivo, ya que busca comprender el proceso de autorregulación del aprendizaje de los estudiantes de educación superior, desde la percepción que ellos tienen sobre su papel como aprendices. La investigación se llevó a cabo por medio de entrevistas de profundidad con estudiantes de alto y bajo rendimiento académico.
Enríquez, Escobar & Garzón (2015)	Una revisión general a los hábitos y técnicas de estudio en el ámbito universitario.	Investigación con enfoque cualitativo donde pretenden desarrollar una revisión teórica a partir de la selección, organización, sistematización y análisis de un grupo de textos y documentos electrónicos referidos a los hábitos y técnicas de estudio.
Chilca (2017)	Autoestima, hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios.	Investigación descriptiva observacional, multivariada o factorial de corte transversal. La población de estudio, estuvo conformada por 196 estudiantes de la Facultad de Ingeniería de la Universidad Tecnológica del Perú (UTP),

		matriculados en el curso de Matemática Básica I, durante el semestre académico 2016 – III y el tamaño de la muestra fue de 86 estudiantes.
Cardona, Osorio, Herrera & González (2018)	Actitudes, hábitos y estrategias de lectura de ingresantes a la educación superior.	Investigación de enfoque mixto donde se contempló el diseño y aplicación de un test conformado por tres grandes dimensiones: hábitos, actitudes y estrategias. Adicionalmente, se utilizó la técnica de grupos focales, con el fin de complementar la información recolectada mediante el test.
Hernández, Rodríguez & Vargas (2012)	Los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje de los alumnos en tres carreras de ingeniería”	Investigación de tipo transversal descriptivo, el cual se caracteriza porque los datos se recolectan en un solo momento y tiempo único. La obtención de estos se realizó mediante la construcción de un cuestionario con la participación de 414 alumnos.
Malander (2014)	Estrategias de aprendizaje y hábitos de estudio de los alumnos de nivel superior	Investigación de diseño cuantitativo, ex post facto, de corte transversal. Participaron voluntariamente, y en forma colectiva 115 alumnos de diferentes carreras.
Gordillo, Román & Franco (2015)	Hábitos de Estudio con que Egresan los Alumnos; Caso Facultad de Contaduría y Administración, Campus I de la UNACH.	Estudio exploratorio donde se aplicó un cuestionario a 1169 egresados de diferentes carreras.
Herrera & Lorenzo (2009)	Estrategias de Aprendizaje en estudiantes Universitarios. Un aporte a la construcción del Espacio Europeo de Educación Superior.	Estudio exploratorio donde se empleó el Cuestionario de Técnicas de Estudio donde participaron 165 estudiantes.
Grados & Alfaro (2013)	Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes del 1.º año de Psicología de la Universidad Peruana Unión, Lima, Perú	estudio de diseño no experimental de tipo descriptivo – correlacional. La muestra estuvo conformada por el total de estudiantes del primer año de la EAP de Psicología (86 estudiantes).

Polanco, Treviño & Paredes (2014)	Beneficio del curso de habilidades y técnicas de estudio para el aprendizaje universitario en la materia de contabilidad	Investigación de tipo cuantitativa, de forma descriptiva. Usando como técnica de recolección de datos la encuesta, tomando como universo de estudio a 694 alumnos inscritos en la materia Aspectos Básicos de Contabilidad de la Facultad de Contaduría y Administración, de la Universidad Autónoma de Chihuahua.
Mena, Golbach & Véliz (2009)	Influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento de alumnos ingresantes.	Investigación con un diseño exploratorio descriptivo, recolectándose los datos mediante un cuestionario tipo Likert. La investigación es descriptiva, de corte transversal. El estudio se desarrolló en la Facultad de Ciencias Económicas de la Universidad Nacional de Tucumán en el ciclo lectivo 2009, con alumnos de primer año que cursaban la asignatura Álgebra.
Chavez (2018)	Las técnicas de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes del V ciclo de la E.A.P de Ingeniería Industrial.	Investigación correlacional de corte transversal, y el tipo de investigación básica o teórica, la muestra es de 44 estudiantes y por ser una muestra pequeña se considera como muestra censal.
Pita (2018)	Nivel de Conocimiento sobre técnicas de estudio en las estudiantes del primer semestre de la Escuela Profesional de Enfermería Universidad Andina del Cusco.	Investigación de tipo descriptiva, explorativa y explicativa con un sentido de un diseño no experimental, conformada por 50 estudiantes del I semestre, en el cual se tomó en calidad de muestra 25 estudiantes de la escuela profesional de Enfermería.
Hualpá (2017)	Conocimiento y aplicación de las técnicas de estudio en nivel superior.	investigación Etnográfica porque combinaran tanto los métodos de observación participativa como las no participativas con el propósito de lograr una descripción e interpretación holística del asunto o problema a investigar.
Arellano (2017)	Influencia de las técnicas de estudio en calidad del desarrollo del pensamiento	Investigación cuantitativa y cualitativa porque se centra en cuantificar resultados de los datos obtenidos de las variables y

	creativo en el área de lengua y literatura en los estudiantes de octavo grado de educación general básica superior de la unidad educativa fiscal “Dr. Luis Fernando Vivero”, zona 8, distrito 10, Provincia Guayas, Cantón Guayaquil, Parroquia Posorja, periodo lectivo 2015 - 2016 Diseño de una guía interactiva educativa.	se pueden representar mediante técnicas estadísticas, y es de tipo Descriptivo - Explicativo.
Navarro, González & Real, (2018)	“Relación entre técnicas de estudio, rendimiento académico y género”	Investigación de tipo análisis descriptivo con una muestra de 317 alumnos.

Fuente: Elaboración propia

Técnica e instrumentos

La recolección de la información se llevó a cabo realizando la revisión de publicaciones y tesis antes mencionadas, que se encontraran dentro de la línea de investigación de este artículo. Enfocándose en temáticas referentes a hábitos y técnicas de estudio, descartando documentos que tuvieran como población de estudio a educandos de primaria, secundaria y media superior.

Como característica principal todos los autores hacen referencia a las técnicas y hábitos de estudio en estudiantes de nivel superior de diversas áreas como económicos administrativas, salud, ingenierías, sociales y humanidades, lengua y literatura.

Se consideraron investigaciones o trabajos de un período que abarca del año 2009 al 2022, incluyendo investigaciones de América Latina y España.

Procedimiento

Se llevó a cabo el ingreso a repositorios de universidades y diversas revistas digitales, las cuales permiten la lectura y descarga de los documentos de manera legal y gratuita.

Siguiendo las etapas de recolección de la identificación de trabajos en bases de datos de investigación mencionadas anteriormente.

El presente artículo es de tipo cualitativo por lo cual se utilizaron muestras homogéneas para la selección de los casos de estudio comparativo, de acuerdo a (Sampieri *et.al*/2010, pag.398) las muestras homogéneas se definen como: las unidades a seleccionar que poseen un mismo perfil o características, o bien, comparten rasgos similares. Su propósito es centrarse en el tema a investigar o resaltar situaciones, procesos o episodios en un grupo social.

Resultados y discusiones

Realizado el análisis de cada una de las investigaciones que conforman el estudio comparativo, se obtuvieron los siguientes hallazgos. Respecto a las semejanzas encontradas, las cuales se definen como las conclusiones en las cuales coinciden los autores, se pueden dividir en 4 rubros:

1. Implementación de programas educativos, por parte de las instituciones de nivel superior, enfocados a desarrollar hábitos y técnicas de estudio en el alumno de nuevo ingreso.

De acuerdo a las investigaciones en las cuales se llevó a cabo la aplicación de programas de esta índole, y se midió el impacto en quienes lo tomaron, se identificaron los siguientes hallazgos:

- Proyectos de esta índole posibilitan y fomentan estrategias para la adquisición de aprendizajes sustentables.

- Se contribuye en hacer consciente al educando sobre el uso y utilidad de estas herramientas de estudio en el proceso de aprendizaje, y se logra el compromiso de llevarlas a la práctica.
- Las competencias adquiridas en los cursos y programas implementados en diversas instituciones fortalecieron los hábitos y técnicas de estudio, ello se reflejó en los resultados que arrojaron las evaluaciones posteriores.

2. El educando y la ausencia de hábitos y técnicas de estudio.

Cuando el estudiante de nivel superior no posee los conocimientos adecuados sobre los hábitos y técnicas de estudio adecuadas para llevar un proceso de aprendizaje óptimo, y con el cual pueda obtener los conocimientos teóricos y prácticos de cada una de las unidades de aprendizaje cursadas, se asocia con un bajo rendimiento escolar. Esto provocado por una planeación deficiente, en donde se establecen metas mínimas y con poca claridad, teniendo poco interés las actividades de aprendizaje, y a su vez, dificultad para evaluar su desempeño debido a la deficiente planeación que realizan. Así mismo, es probable que la falta de hábito de lectura y la baja comprensión lectora que se detecta en los estudiantes de bajo rendimiento académico, provoque dificultad en el proceso de aprender, siendo que es posible esperar de un estudiante que no tiene costumbre de leer, tenga una baja velocidad lectora y una baja comprensión de los contenidos que lee, lo que le dificultaría el proceso de comprensión y por tanto el aprendizaje, haciendo del proceso de aprender una tarea más difícil y tediosa.

3. El papel del docente, y su influencia en el uso de hábitos y técnicas de estudio, por parte del estudiante de nivel superior

Para que el docente pueda ser un elemento que incentive la aplicación de hábitos y técnicas de estudio en el alumnado, este debe de tener un conocimiento en ello. Por lo cual, deben ser los primeros en ser capacitados por las instituciones, y sean, en un primer momento,

quienes orienten a los estudiantes respecto a las diferentes técnicas de estudio que existen, así como a la utilización de las mismas, y de esta forma, optimicen su tiempo destinado a sus estudios y mejoren los resultados académicos. Se podrá obtener como resultado, una mejor cátedra, en la cual se consideren todos los aspectos cognitivos del estudiante.

Lo anterior, sin dejar de lado, la implementación de programas educativos, por parte de las instituciones de nivel superior, enfocados a desarrollar hábitos y técnicas de estudio en el alumno, en los cuales deben hacer partícipes a sus docentes, con el fin de que exista un compromiso a darle seguimiento en las aulas, e incentiven su uso.

4. Ventajas de la existencia de conocimientos en hábitos y técnicas de estudio en el alumno:

Trabajar y mejorar los hábitos y técnicas de estudio, asegura la eficacia en los procesos de aprendizaje. Con ello, el desempeño académico se verá impulsado y fortalecido durante toda su formación, evitando el surgimiento de problemáticas como el bajo desempeño y la deserción escolar. Así mismo, se detectó que hay una influencia significativa entre el rendimiento académico y los hábitos de estudio, se espera que si los estudiantes mejoran sus técnicas de estudio entonces se incremente su rendimiento académico universitario.

Conclusiones

- El conocimiento y aplicación de técnicas y hábitos de estudio impacta en el rendimiento académico del estudiante.
- La detección oportuna de la carencia de hábitos de estudio permitirá a las autoridades académicas implementar mecanismos de apoyo que no solamente faciliten el aprendizaje, sino que disminuyan los riesgos de deserción, evitando en lo posible frustraciones y otros efectos negativos sobre la vida futura de los jóvenes.
- Implementar programas educativos para fomentar las técnicas y hábitos de estudio en la universidad o en alguna institución educativa, por el hecho de que son la pieza clave

para generar estrategias que coadyuven a aprendizajes sustentables para mejorar su buen rendimiento en su educación.

- La aplicación de talleres sobre técnicas y hábitos de estudio ha tenido resultados positivos en las diversas instituciones en donde se ha llevado a cabo, ya que ese tipo de proyectos permiten desarrollar y promover competencias en el alumno.
- Enseñar y mostrar al educando como llevar a cabo un aprendizaje autorregulado traerá grandes beneficios para el mismo y para la institución educativa de la cual es parte, siendo las técnicas y hábitos de estudio la base para formar alumnos autorregulados.
- La motivación es parte fundamental en el desarrollo de los estudiantes para potenciar sus capacidades y habilidades para lograr mejores resultados en el desempeño académico, es necesario la participación y el compromiso de toda la comunidad educativa.
- En las instituciones universitarias se suelen realizar prácticas pedagógicas partiendo de la idealización del rol del estudiante, es decir, se parte de la presunción de que este ya ha desarrollado las competencias básicas de lectura y escritura durante la educación media, olvidando que a la universidad también le corresponde la labor de continuar con el afianzamiento progresivo de la competencia lectora.

Referencias

- Arellano Sánchez, K.K. & Pérez Velázquez, L. (2017). Influencia de las técnicas de estudio en calidad del desarrollo del pensamiento creativo en el área de lengua y literatura en los estudiantes de octavo grado de educación general básica superior de la unidad educativa fiscal "Dr. Luis Fernando Vivero", zona 8, distrito 10, Provincia Guayas, Cantón Guayaquil, Parroquia Posorja, periodo lectivo 2015 – 2016 Diseño de una guía interactiva educativa [tesis de licenciatura, Universidad de Guayaquil, Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación]. Repositorio Institucional de la Universidad de Guayaquil.
- Bedolla-Solano, R. (2018). Programa educativo de técnicas y hábitos de estudio para lograr aprendizajes sustentables en estudiantes de nuevo ingreso al nivel superior. *Revista*

- Cardona Puello, S. P., Osorio Baleño, A., Herrera Valdez, A. & González Maza, J. M. (2018). Actitudes, hábitos y estrategias de lectura de estudiantes ingresasteis a la educación superior. *Educación y Educadores* 21(3), 482-503
<http://www.scielo.org.co/pdf/eded/v21n3/0123-1294-eded-21-03-00482.pdf>
- Chávez, R. (2018). *Las técnicas de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes del V ciclo de la E.A.P de Ingeniería Industrial*. [Tesis de Maestría en docencia superior e investigación universitaria, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho]. Repositorio Institucional- UNJFSC. <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/handle/UNJFSC/2385>
- Chilca Alva, M. L. (2017). Autoestima, hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 5 (1), 71-127. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2017.v5n1.145>
- Enríquez Villota, M. F., Escobar, M. F., & Garzón Velásquez, F. (2015). Una revisión general a los hábitos y técnicas de estudio en el ámbito universitario. *Psicogente*, 18(33), 166-187.
<https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=asn&AN=116363891&lang=es&site=ehost-live>
- García, F.V., Mendoza, J. E. & Fernández, N. F. (2018). *Aprender a aprender, hábitos, método, estrategias y técnicas de estudio: guía para el aprendizaje significativo*. Ediciones de la U.
- García Retana, J. A. (2013) Reflexiones sobre los estilos de aprendizaje y el aprendizaje de cálculo para ingeniería. *Revista Actualidades Investigativas en Educación*, 13(1), 4.
<https://www.scielo.sa.cr/pdf/aie/v13n1/a14v13n1.pdf>
- Gordillo Martínez, A.E., Román Fuentes, J.C. & Franco Gurría, R. (2015) Hábitos de Estudio con que Egresan los Alumnos; Caso Facultad de Contaduría y Administración, Campus I de la UNACH. *Revista de gestión empresarial y sustentabilidad*, 1(1), 21-34.
<https://rges.umich.mx/index.php/rges/article/view/3>
- Grados Portocarrero, J. C. & Alfaro Vásquez, R. (2013). Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes del 1.º año de Psicología de la Universidad Peruana Unión, Lima, Perú. *Revista Científica De Ciencias De La Salud*, 6(2), 48-53.
<https://doi.org/10.17162/rccs.v6i2.203>

- Guerrón Enríquez, S., Mejía Álvarez, E. T., Donoso Noroña, R., & Gómez Martínez, N. (2022). Estudio Estadístico De Rendimiento Académico Y Hábitos De Estudio en El Curso De Investigación Exploratoria De Los Estudiantes De Enfermería De La Universidad Regional Autónoma De Los Andes, Ecuador. *Investigación Operacional*, 43(3), 325–332
- Hernández Herrera, C. A., Rodríguez Perego, N. & Vargas Garza, A. E. (2012). Los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje de los alumnos en tres carreras de ingeniería. *Revista de la Educación Superior* XLI, 3(163), 67–87 <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=60425380005>
- Herrera-Torres, L. & Lorenzo-Quiles, O. (2009). Estrategias de aprendizaje en estudiantes universitarios. Un aporte a la construcción del Espacio Europeo de Educación Superior. *Educación y Educadores*, 12(3), 75–98. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-12942009000300005&lng=en&tlng=es.
- Huallpa, M. L. (2017). *Prácticas de aprendizaje y técnicas de estudio en estudiantes con rendimiento óptimo, de la UMSA – pueblo de Achacachi Carrera de Ciencias de la Educación Gestión 2016*[tesis de maestría, Universidad Mayor de San Andrés]. Repositorio Institucional Universidad Mayor de San Andrés, colecciones Tesis de Maestría: Educación Superior <http://repositorio.umsa.bo/xmlui/handle/123456789/14187>
- Malander, N. (2014). Estrategias de aprendizaje y hábitos de estudio en el nivel superior: Diferencias según el año de cursado. *Apuntes Universitarios Revista de Investigación*, 4 (1), 9–22. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=467646128002>
- Mena, A., Golbach, M. & Véliz, M. (2009), Influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento de alumnos ingresantes. *Universidad Nacional de Tucumán, proyecto “Propuesta de Innovación Metodológica para la Enseñanza de la Matemática con Modalidad No Presencial en Carreras de Ciencias Económicas”* <https://xdoc.mx/documents/influencia-de-los-habitos-de-estudio-en-el-rendimiento-de-6045b1aee61b4#>
- Mondragón Albarrán, C. M., Cardoso Jiménez D. & Bobadilla Beltrán S. (2016) Hábitos de estudio y rendimiento académico. Caso estudiantes de la licenciatura en Administración de la Unidad Académica Profesional Teajupilco. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 8(15), 661 – 685. <https://doi.org/10.23913/ride.v8i15.315>
- Navarro Soria, I., González Gómez, C. & Real Fernández M. (2018). Relación entre técnicas de estudio, rendimiento académico y género. *Revista de Investigación Educativa Universitaria*, 1(1), 1–12 <http://revistas.educacioneditora.net/index.php/RIEU/article/view/15>

- Pita, N. I. (2018). *Nivel De Conocimiento Sobre Las Técnicas De Estudio En Las Estudiantes Del Primer Semestre De La Escuela Profesional De Enfermería Universidad Andina Del Cusco, 2018*. [Tesis de maestría en docencia universitaria, Escuela de Posgrado Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Digital Institucional Universidad Cesar Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/34006>
- Polanco, R., Treviño, E. & Paredes, M. (2014, 08 de abril) *Beneficio del curso de habilidades y técnicas de estudio para el aprendizaje universitario en la materia de contabilidad, impartido a los alumnos que ingresan a la facultad de contaduría y administración de la universidad autónoma de chihuahua* [Ponencia] Trabajo presentado en APCAM, Chihuahua México <http://www.fca.uach.mx/apcam/2014/04/08/Ponencia%20163-UACH.pdf>
- Quintana, M.C. (2014). *El aprendizaje autorregulado en estudiantes de educación superior*. [Tesis de doctorado institucional de educación, Universidad Iberoamericana de Puebla]. Repositorio Ibero Puebla. https://rei.iteso.mx/bitstream/handle/11117/1488/UIAP_Celia_Quintana.pdf?sequence=2
- Ramírez Vera, L., & Parra Fica, J. (2020). Evaluación De La Confiabilidad De Una Prueba Para Identificar Hábitos De Estudio en Jóvenes De 14 a 20 Años. UCMAule – Revista Académica de La Universidad Católica Del Maule, 58, 11–33. <https://doi.org/10.29035/ucmaule.58.11>
- Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2010). *Metodología de la Investigación* (5a. ed.). McGraw–Hill Education.
- Solano Dávila, O. L., Salas Vásquez, B. J., Manrique Flores, S. M., & Núñez Lira, L. A. (2022). Relación entre hábitos de estudio y estrés académico en los estudiantes universitarios del área de Ciencias Básicas de Lima (Perú). *Revista Ciencias de La Salud*, 20(1), 1–15. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/revsalud/a.10716>