

Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), marzo-abril 2025,
Volumen 9, Número 2.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i2

REVISIÓN SISTEMÁTICA: LA LECTURA REFLEXIVA EN EL AUTOCONOCIMIENTO Y EL DESARROLLO EMOCIONAL DE ADOLESCENTES

**SYSTEMATIC REVIEW: REFLECTIVE READING IN SELF-
KNOWLEDGE AND EMOTIONAL DEVELOPMENT OF
ADOLESCENTS**

Karen Lissette Torres Lara

Universidad Estatal de Milagro - Ecuador

Karen Marianela Morán Chávez

Ministerio de Educación - Ecuador

Rosalía Jelen Arce Yopez

Ministerio de Educación - Ecuador

Rosa Nelva Suárez Pérez

Ministerio de Educación - Ecuador

DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i2.17102

Revisión Sistemática: La lectura reflexiva en el autoconocimiento y el desarrollo emocional de adolescentes

Karen Lisette Torres Lara¹

ktorresl@unemi.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0003-1207-3656>

Universidad Estatal de Milagro
Ecuador

Karen Marianela Morán Chávez

Karen.moran@educacion.gob.ec

<https://orcid.org/0009-0009-4359-9491>

Ministerio de Educación
Ecuador

Rosalía Jelen Arce Yopez

rosalia.arce@educacion.gob.ec

<https://orcid.org/0009-0005-1864-4458>

Ministerio de Educación
Ecuador

Rosa Nelva Suárez Pérez

nelva.suarez@educacion.gob.ec

<https://orcid.org/0009-0000-8438-9831>

Ministerio de Educación
Ecuador

RESUMEN

La presente revisión sistemática tiene como objetivo analizar la evidencia científica que se encuentra disponible sobre el impacto de la lectura reflexiva en el autoconocimiento y el desarrollo emocional de adolescentes en tercero de Bachillerato. Se propone examinar cómo esta práctica fomenta habilidades como la introspección y el fortalecimiento de la inteligencia emocional en jóvenes. Se realizó una revisión sistemática de la literatura encontrada en bases de datos académicos como Scielo, Dialnet y Google Scholar, tomando publicaciones entre 2010 a 2023. Los criterios de inserción se enfocaron en estudios que evaluarán el impacto de la lectura reflexiva en el desarrollo personal y emocional de adolescentes, primordialmente en contextos escolares. La metodología de revisión se alineó al protocolo PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). La revisión sistemática identifica que la lectura reflexiva contribuye significativamente al autoconocimiento en adolescentes, permitiendo el reconocimiento de emociones y el desarrollo de empatía. La lectura reflexiva se presenta como una herramienta valiosa en el contexto educativo para integrar el autoconocimiento y el desarrollo emocional en adolescentes. La inserción de actividades de lectura orientadas a la reflexión en el currículo de tercero de Bachillerato podría beneficiar el bienestar emocional de los estudiantes y promover el desarrollo de una identidad sólida y habilidades emocionales fundamentales. Este enfoque tiene significativas implicaciones para la educación emocional y el desarrollo integral en los adolescentes.

Palabras clave: lectura reflexiva, autoconocimiento, desarrollo emocional, adolescencia

¹ Autor principal.

Correspondencia: ktorresl@unemi.edu.ec

Systematic Review: Reflective reading in self-knowledge and emotional development of adolescents

ABSTRACT

The objective of this systematic review is to analyze the scientific evidence that is available on the impact of reflective reading on the self-knowledge and emotional development of adolescents in third year of high school. It is proposed to examine how this practice promotes skills such as introspection and strengthening emotional intelligence in young people. A systematic review of the literature found in academic databases such as Scielo, Dialnet and Google Scholar was carried out, taking publications between 2010 to 2023. The insertion criteria focused on studies that will evaluate the impact of reflective reading on personal development and emotional problems of adolescents, primarily in school contexts. The review methodology was aligned to the PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) protocol. The systematic review identifies that reflective reading contributes significantly to self-knowledge in adolescents, allowing the recognition of emotions and the development of empathy. Reflective reading is presented as a valuable tool in the educational context to integrate self-knowledge and emotional development in adolescents. The insertion of reflection-oriented reading activities in the third year of Baccalaureate curriculum could benefit the emotional well-being of students and promote the development of a solid identity and fundamental emotional skills. This approach has significant implications for emotional education and comprehensive development in adolescents.

Keywords: reflective reading, self-knowledge, emotional development, adolescence

Artículo recibido 15 febrero 2025

Aceptado para publicación: 20 marzo 2025



INTRODUCCIÓN

El desarrollo emocional en los adolescentes ha adquirido una relevancia significativa en los últimos años debido a su impacto directo en el aprendizaje y la formación personal. En este sentido, la lectura reflexiva se presenta como una herramienta transformadora la misma que es capaz de fomentar el autoconocimiento, la inteligencia emocional y el bienestar psicológico. Estudios recientes han resaltado cómo, al enfrentarse a textos que abordan experiencias emocionales realistas, los adolescentes no solo desarrollan la capacidad de identificar y regular sus emociones, sino que también fortalecen su identidad personal y social, promoviendo su adaptación en entornos educativos y sociales complejos (Caballero & García, 2010). Por lo tanto, Este aspecto es esencial en adolescentes de tercero de bachillerato, quienes se encuentran en una etapa crucial de desarrollo en donde la formación de una identidad sólida y habilidades de autoconocimiento son relevantes para su adaptación social y éxito académico.

En particular, estudios como los de Alzaanin (2024) y Chen y Lin (2020) han explorado cómo las experiencias emocionales realistas generadas a través de la lectura contribuyen al desarrollo de la autorregulación y la autoconciencia, aspectos esenciales para el bienestar psicológico. Del mismo modo, Nissen et al. (2021) destacan que la lectura de textos literarios no solo enriquece la comprensión emocional de los estudiantes, sino que también fortalece sus relaciones interpersonales. Estas investigaciones subrayan la capacidad de la literatura para generar un impacto significativo en el desarrollo integral de los adolescentes.

Por otro lado, el contexto educativo juega un papel crucial en la efectividad de estas prácticas. Estudios como el de Tang y Zhu (2023) señalan que el apoyo docente y el entorno educativo positivo son determinantes en la promoción del bienestar psicológico de los estudiantes, mientras que Castellanos-Simons et al. (2020) enfatizan la influencia del entorno cultural y las trayectorias escolares en la autoaceptación y el propósito de vida de los adolescentes. Estas evidencias resaltan la necesidad de implementar programas educativos que integren competencias emocionales y reflexivas como parte esencial del currículo escolar.

En conclusión, la lectura reflexiva emerge como una estrategia pedagógica clave para el desarrollo emocional y social de los adolescentes, ofreciendo herramientas para que enfrenten sus emociones, construyan una identidad resiliente y fortalezcan sus competencias académicas y personales por lo tanto,



estudio no solo busca consolidar los beneficios de esta práctica, sino también proponer enfoques educativos que valoren el aprendizaje integral, posicionando a la lectura reflexiva como un pilar fundamental en la formación de estudiantes críticos, conscientes y emocionalmente preparados para los desafíos del siglo XXI.

El presente trabajo tiene como objetivo realizar una revisión sistemática de la evidencia científica existente sobre el impacto de la lectura reflexiva en el desarrollo emocional de adolescentes en el tercer año de bachillerato. Esta etapa es crucial para la formación de una identidad sólida y el desarrollo de habilidades de autoconocimiento que permitan a los estudiantes una adecuada adaptación social y académica. A través del análisis de investigaciones previas, se pretende explorar cómo esta práctica puede fomentar competencias emocionales, fortalecer el bienestar psicológico y preparar a los jóvenes para enfrentar de manera asertiva los desafíos de la vida adulta.

Pregunta de investigación

A partir del reconocimiento del impacto de la lectura reflexiva en el desarrollo emocional y social de los adolescentes, este estudio busca responder la siguiente pregunta: ¿De qué manera la lectura reflexiva contribuye al desarrollo de habilidades de autoconocimiento e inteligencia emocional en adolescentes de tercero de bachillerato? Esta interrogante surge de la necesidad de explorar prácticas educativas que integren habilidades emocionales en el currículo escolar, favoreciendo una formación integral y pertinente para los desafíos contemporáneos (Pegalajar & Colmenero, 2014).

Justificación

El desarrollo emocional y social de los adolescentes es un aspecto crucial para su formación integral. En el contexto educativo, la lectura reflexiva representa una herramienta pedagógica capaz de promover competencias emocionales y fortalecer el bienestar psicológico de los estudiantes. Investigaciones previas han evidenciado que esta práctica no solo mejora habilidades cognitivas, como la comprensión lectora, sino que también impulsa la introspección y la regulación emocional, elementos fundamentales para el éxito académico y personal (Caballero & García, 2010; Nissen et al., 2021)

En el caso de adolescentes de tercero de bachillerato, la etapa de transición hacia la adultez requiere intervenciones que no solo consideren su desempeño académico, sino también su capacidad para gestionar emociones y construir una identidad sólida. En este sentido, integrar estrategias de lectura

reflexiva en el currículo escolar puede contribuir a una formación más completa y alineada con las demandas de un entorno globalizado y emocionalmente desafiante (Yu et al., 2023)

Este estudio se justifica en la necesidad de diseñar enfoques pedagógicos que integren el desarrollo emocional y académico de los estudiantes. Asimismo, responde a la demanda de investigaciones que evalúen cómo prácticas educativas innovadoras, como la lectura reflexiva, pueden influir en la formación de jóvenes críticos, resilientes y emocionalmente competentes. Los hallazgos esperados no solo beneficiarán a estudiantes y docentes, sino que también aportarán nuevas perspectivas para el diseño de políticas educativas centradas en el bienestar integral.

Revisión de la Literatura

Lectura Reflexiva y Desarrollo Emocional

La lectura reflexiva, como práctica educativa, ha demostrado ser un recurso efectivo para fomentar el desarrollo emocional y social en adolescentes. Alzaanin (2024) analiza cómo las emociones, tanto positivas como negativas, moldean la experiencia de aprendizaje en contextos educativos, destacando la importancia de estrategias que promuevan la regulación emocional. De manera complementaria, Chen y Lin (2020) subrayan la relación entre la autorregulación emocional y el bienestar psicológico, lo que resalta la relevancia de prácticas reflexivas en la promoción del equilibrio emocional en estudiantes.

Nissen et al. (2021) investigan el uso de textos literarios en aulas nórdicas, concluyendo que estas herramientas educativas facilitan la comprensión emocional y fortalecen las relaciones interpersonales. Esta conexión entre la literatura y el desarrollo emocional encuentra respaldo en el trabajo de Rivera-Jurado y Romero-Oliva (2020), quienes identifican que fomentar hábitos de lectura reflexiva en adolescentes mejora su capacidad para interpretar situaciones emocionales complejas, favoreciendo su desarrollo psicológico.

Bienestar Psicológico y Educación

El bienestar psicológico de los estudiantes es un tema central en las discusiones sobre calidad educativa. Gracia (2020) destaca cómo actividades creativas, como la educación musical, generan emociones positivas y fortalecen habilidades de afrontamiento en adolescentes, sugiriendo paralelismos con la lectura reflexiva. Dari et al. (2024) investigan cómo factores culturales y narrativos afectan el bienestar

psicológico de jóvenes, proporcionando evidencia adicional sobre el impacto de los contextos narrativos en la formación emocional.

Por otro lado, Tang y Zhu (2023) identifican que el apoyo docente y la autoeficacia académica son predictores clave del bienestar psicológico, subrayando la necesidad de un entorno educativo positivo que fomente competencias emocionales. Este enfoque también es respaldado por Castellanos-Simons et al. (2020) quienes resaltan la influencia de factores como las trayectorias escolares y el capital cultural en dimensiones como la autoaceptación y el propósito de vida.

Lectura Reflexiva y Competencias Académicas

El impacto de la lectura reflexiva trasciende el ámbito emocional, ya que también contribuye al fortalecimiento de competencias académicas. Schrijvers et al. (2019) encontraron que la enseñanza literaria basada en el diálogo transformador motiva a los estudiantes a reflexionar sobre temas complejos, como la justicia e injusticia, promoviendo un aprendizaje crítico y significativo. Yu et al. (2023) confirman que las habilidades socioemocionales tienen un impacto significativo en la comprensión lectora, destacando la necesidad de estrategias educativas que integren ambos enfoques.

Por último, estudios como el de Porat et al. (2018) revelan una brecha entre las competencias percibidas y reales en habilidades digitales, especialmente en el ámbito socioemocional, resaltando la necesidad de programas de formación que fortalezcan estas capacidades en estudiantes de bachillerato.

METODOLOGÍA

Para abordar de manera rigurosa el análisis del impacto de la lectura reflexiva en el autoconocimiento y desarrollo emocional de adolescentes en tercero de bachillerato, se empleó una metodología de revisión sistemática siguiendo el protocolo PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). A continuación, se detallan los pasos principales de la metodología utilizada:

Tipo de estudio

Este estudio se basa en una revisión sistemática de literatura académica, lo que permite analizar y sintetizar los hallazgos de investigaciones previas sobre el impacto de la lectura reflexiva en el autoconocimiento y desarrollo emocional de adolescentes.

Muestra y Criterios de selección

Se definieron criterios de elegibilidad para garantizar la relevancia y calidad de los estudios. Estos debían presentar lo siguiente:

- Examinar el impacto de la lectura reflexiva en el autoconocimiento o desarrollo emocional de adolescentes.
- Enfocarse en contextos escolares, específicamente en poblaciones de estudiantes de bachillerato.
- Estar publicadas en español o inglés, en revistas académicas o conferencias indexadas.
- Ser publicados entre 2010 y 2024 para garantizar la actualidad de los hallazgos.

Por lo tanto, quedaron excluidos los estudios que no tuvieron un enfoque en el desarrollo personal y emocional no representativas de adolescentes, o los que carecían de rigor metodológico.

Instrumento de recolección de datos

Para la identificación y selección de estudios relevantes, se utilizaron bases de datos académicas reconocidas como:

- Scielo
- Dialnet
- Google Scholar.

Estas bases de datos fueron seleccionadas por ser relevantes en los campos de psicología educativa y ciencias sociales, las mismas que permiten un acceso amplio a estudios publicados en América Latina y España, donde el tema de la lectura reflexiva ha tenido un desarrollo notable en el contexto escolar.

Procedimiento de análisis de datos

Estrategia de Búsqueda:

Para que la búsqueda sea óptima y obtener resultados específicos, se utilizaron términos claves combinados con operaciones booleanas como AND, OR y NOT. Los términos principales incluyeron:

- “Lectura reflexiva”
- “Adolescentes”
- “Desarrollo emocional”
- “autoconocimiento”

- “contexto escolar”

Esta estrategia fue diseñada para cubrir estudios que explorar tanto el impacto general de la lectura reflexiva en adolescentes como su potencial para desarrollar inteligencia emocional y habilidades introspectivas.

Proceso de Selección

Cada estudio identificado fue sometido a un proceso de revisión en dos etapas:

- La primera fue de **revisión de títulos y resúmenes**, en este se evaluaron inicialmente los títulos y resúmenes para verificar su alineación con los criterios de inclusión. Los que cumplieron con los criterios fueron seleccionados para una revisión más profunda.
- En la segunda etapa, **evaluación de texto completo**. Los artículos que superaron la primera etapa se revisaron completamente para evaluar su relevancia, calidad y profundidad en el tema de estudio.

Extracción de Datos

De los estudios de investigación seleccionados, se extrajeron datos relacionados con:

- Año de publicación
- Contexto
- Población del estudio
- Metodología empleada
- Resultados y conclusiones principales
- Relevancia en el desarrollo de habilidades de autoconocimiento e inteligencia emocional en adolescentes.

Análisis de Riesgo de Sesgo

Para evaluar la calidad y minimizar el sesgo en los estudios, se aplicó la escala de evaluación crítica CASPe (Critical Appraisal Skills Programme Español). Esta herramienta permitió identificar los posibles sesgos en la selección de participantes, diseño de investigación y en la interpretación de los resultados, proporcionando un análisis más minucioso y fiable de la literatura escogida.

Análisis de Datos

Para sintetizar los hallazgos, se utilizó un análisis temático cualitativo, en el cual se identificaron temas recurrentes en torno a la efectividad de la lectura reflexiva. Por consiguiente, en los casos en los que los datos permitieron un análisis cuantitativo, se aplicaron medidas de efecto para comparar los resultados entre estudios. Aunque no se realizó un meta-análisis formal, se pudo considerar los hallazgos en conjunto para establecer patrones y conclusiones sobre el impacto de la lectura reflexiva en el autoconocimiento y el desarrollo emocional de adolescentes.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Descripción de los estudios

La revisión incluyó un total de 10 estudios realizados entre 2010 y 2023, centrados en el impacto de la lectura reflexiva en el autoconocimiento y desarrollo emocional de adolescentes en contextos educativos. La mayoría de los estudios se llevaron a cabo en contextos de habla español como España y América Latina, con poblaciones de adolescentes en el rango de 15 a 18 años, los mismos que exploraron tanto un enfoque cualitativo como cuantitativos. Los diseños de investigación incluyeron estudios de caso, análisis longitudinal y experimentos controlados que evaluaban el impacto de programas de lectura en habilidades socioemocionales y autopercepción de los adolescentes. Cada estudio fue analizado en base a criterios de calidad metodológica y relevancia para el tema, utilizando el protocolo PRISMA y utilizando la herramienta CASPe para evaluar su rigor y minimizar posibles sesgos.

Resultados de la Síntesis

Los estudios revisados mostraron que la lectura reflexiva fomenta significativamente el autoconocimiento y el desarrollo emocional en adolescentes, permitiendo influir en la introspección y regulación emocional. Los adolescentes que participaron en programas de lectura reflexiva desarrollaron mayor empatía, capacidad para manejar el estrés y una mejor comprensión de sus propios sentimientos y comportamientos. Estos resultados sugieren que la lectura reflexiva puede ser una herramienta educativa efectiva para apoyar el desarrollo emocional y la identidad en adolescentes de Bachillerato. Una síntesis de estos resultados se presenta en la Tabla 1.

Ilustraciones, Tablas, Figuras

Tabla 1

ESTUDIO	DISEÑO	HALLAZGO PRINCIPALES	RIESGO DE SESGO
Fundación Germán Sánchez Ruipérez (2022) https://fundaciongsr.org/estudio-la-lectura-segun-los-jovenes/	Cualitativo, grupos focales con adolescentes	Identifica factores como la competencia de medios digitales en la lectura; destaca la lectura como medio de introspección y desarrollo emocional.	Bajo riesgo: análisis detallado de contexto; sesgo mínimo en selección de participantes representativos.
Vital (2017) https://www.uah.edu.mx/scige/boletin/prepa4/n10/e5.html	Ensayo crítico	Resalta que la lectura es un hábito que en ciertos casos mejora las condiciones sociales y humanas en los lectores, la lectura permite pensar de manera reflexiva y logra desarrollar los aspectos cognitivos del cerebro los mismos que ayudan a ejercitar todas las células permitiendo estar siempre activos para cualquier actividad que se realice en la vida diaria.	bajo: el estudio es general.

<p>Cassany y Castellà (2013)</p> <p>http://www.lecturayvida.fahce.unlp.edu.ar/numeros/a25n2/25_02_Cassany.pdf</p>	<p>Análisis teórico y revisión</p>	<p>Expone tres enfoques en la comprensión lectora (lingüístico, psicolingüístico, sociocultural) y su aplicabilidad en el desarrollo crítico en adolescentes.</p>	<p>Bajo: incluye un marco amplio de referencia teórica y datos previos.</p>
<p>Brito (2020)</p> <p>https://revistas.investigacion-upelipb.com/index.php/educare/article/download/1358/1373?inline=1</p>	<p>Estudio de intervención en aulas</p>	<p>Implementa técnicas de lectura reflexiva en adolescentes, aumentando su habilidad para relacionar lectura con experiencias personales.</p>	<p>Bajo a medio: incluye datos de campo; sesgo en la subjetividad del análisis.</p>
<p>Avendaño (2016)</p> <p>https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=322246463011</p>	<p>Investigación aplicada</p>	<p>Indica que se debe tomar en cuenta los enfoques lingüístico, psicolingüístico y sociocultural, la lectura de las líneas, entre líneas y detrás de las líneas, la escritura, la oralidad (interacción comunicativa en el aula), otros agentes y factores o circunstancias diversas asociadas al acto pedagógico.</p>	<p>presenta un riesgo de sesgo en las siguientes áreas:</p> <p>Sesgo de selección: La muestra fue limitada a solo 10 docentes de una institución pública colombiana, lo cual reduce la capacidad de generalizar los hallazgos a un contexto más amplio.</p> <p>Sesgo de reporte: Al basarse en respuestas de encuestas abiertas, los datos dependen en gran</p>

			<p>medida de la interpretación subjetiva de los docentes.</p> <p>Sesgo de información: La recolección de datos mediante encuestas abiertas puede limitar la profundidad y precisión de las respuestas.</p>
<p>Benavides, D. y Sierra, G. (2013) https://revistas.uam.es/reice/articulo/view/2906/3122</p>	<p>Estudio cualitativo y análisis de encuesta</p>	<p>Caracterización de prácticas de lectura y escritura en la Universidad EAN; diseño de matrices para estrategias didácticas que fomentan la lectura crítica. Encuesta a docentes identificó la necesidad de integrar lectura y escritura en disciplinas para fortalecer competencias transversales.</p>	<p>Moderado: La muestra de docentes se limitó a una sola institución, lo que puede limitar la generalización a otras universidades.</p>
<p>Cassany & Castellà (2010) https://periodicos.ufsc.br/index.php/perspectiva/article/view/2175-795X.2010v28n2p353/18441</p>	<p>Revisión teórica y análisis cualitativo</p>	<p>Explora tres enfoques de comprensión lectora (lingüístico, psicolingüístico, sociocultural) y su importancia en el desarrollo crítico en adolescentes. Propone estrategias para fomentar la literacidad crítica, que promueve habilidades de</p>	<p>Bajo: El análisis es amplio y abarca múltiples teorías; sin embargo, puede estar limitado a contextos específicos de habla hispana.</p>

		análisis en el contexto educativo.	
Vidal (2021) https://dspace.upe.edu.ec/bitstream/123456789/21127/1/UPS-CT009284.pdf	Propuesta metodológica basada en el rincón de lectura y la creación de historietas, recursos didácticos para mejorar la lectura reflexiva y crítica. Análisis de la motivación en lectura mediante recursos didácticos en el aula	Se observó que el uso de espacios y actividades, como en el rincón de lectura y la creación de historietas, fortalece la comprensión lectora y fomenta la creatividad y la autoconfianza en los estudiantes. La inclusión de actividades interactivas y recursos visuales aumenta el interés y mejora la comprensión crítica en estudiantes de séptimo grado	Moderado; el estudio depende de la implementación adecuada de estrategias en contextos específicos y del compromiso de docentes y estudiantes. El éxito de las estrategias depende de la disponibilidad de recursos y la implicación de los padres en el proceso de lectura en casa
Callohuanca (2021) http://repositorio.orscj.dyndns.org:8080/xmlui/bitstream/handle/PS/CJ/1734/Importancia%20lectura%20cr%C3%ADtica-ADtico	metodología de revisión documental, complementada con los métodos de análisis-síntesis y el método inductivo-deductivo.	Se encuentra una relación positiva y fuerte entre el pensamiento crítico y la lectura crítico-reflexiva. Sin embargo, este desarrollo requiere planificación y estrategias docentes que vayan más allá de la comprensión literal e inferencial hacia una lectura	No se mencionan explícitamente los riesgos de sesgo en el estudio. Sin embargo, al basarse principalmente en la revisión de literatura y en un enfoque teórico, podría existir un sesgo de selección en las fuentes utilizadas, dado que la mayoría son investigaciones previas y documentos de ciertas

<p><u>reflexiva.pdf?sequence=1</u></p>	<p>investigación crítica y reflexiva. Los plataformas (Scopus, Scielo y prioriza fuentes docentes juegan un papel Redalyc). recientes y crucial en implementar y relevantes, con promover estas prácticas de un enfoque en lectura para el desarrollo del artículos pensamiento crítico en sus académicos y estudiantes. documentos oficiales.</p>
<p>Estrada(2016) <u>https://www.ride.org.mx/index.php/RIDE/article/view/224/1012</u></p>	<p>Estudio Se observa que las estrategias Moderado; el estudio se basa en descriptivo de didácticas interactivas observación de la práctica competencias en mejoran la adquisición de educativa y puede no contemplar educación competencias básicas, como todos los factores contextuales superior bajo un el uso de herramientas que afectan el aprendizaje. Los enfoque tecnológicas y habilidades de resultados dependen de la interactivo. interacción en grupo. participación activa del Evaluación de Los estudiantes mejoran estudiante y de su contexto impacto de habilidades de comunicación académico competencias en y toma de decisiones al Bajo; se asegura consistencia al el desarrollo utilizar herramientas basarse en teorías educativas profesional. interactivas y trabajar en sólidas y estrategias establecidas Análisis de equipo. implementación Las competencias clave, de estrategias como el uso interactivo de la didácticas con tecnología y el conocimiento, enfoque son fundamentales para el constructivista éxito profesional</p>

Riesgo de Sesgo Dentro de los Estudios

Al analizar los estudios anteriores, es importante evaluar en cuanto al sesgo para determinar la validez de los resultados obtenidos. Se consideraron aspectos como la selección de participantes, la falta de aleatorización y la parcialidad en la interpretación de los datos. Los estudios incluidos en esta revisión mostraron variabilidad en términos de rigor metodológico, lo que influye en la generalización de los hallazgos. Algunos estudios presentaron limitaciones debido a muestras pequeñas, mientras que otros presentaron limitaciones en la transparencia de sus procedimientos.

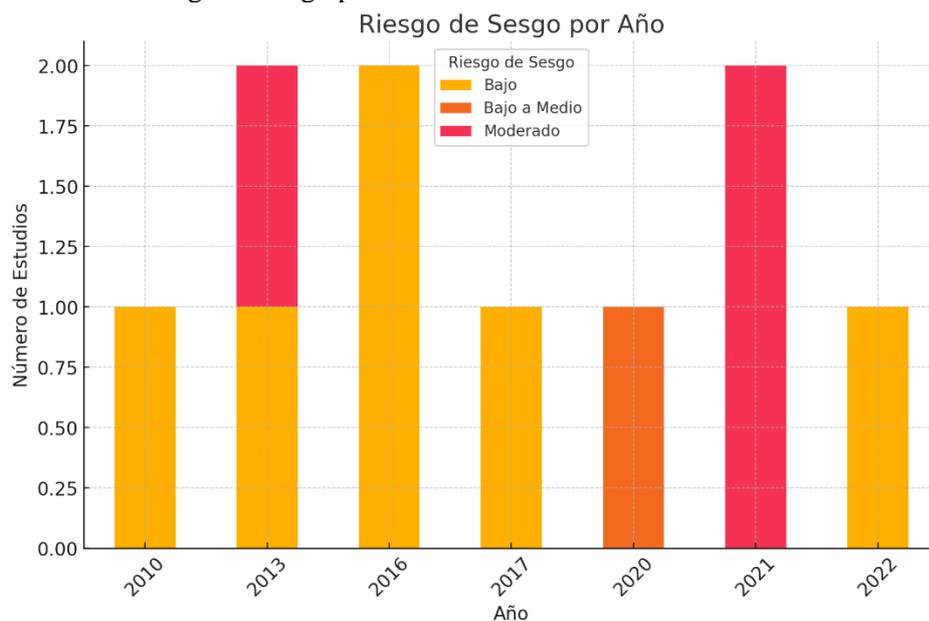
Gráfico 1. Número de Publicaciones por Año



Análisis: Este gráfico muestra la distribución de publicaciones a lo largo de los años (2010-2023). El número de publicaciones parece estar distribuido de manera relativamente uniforme, con un ligero aumento en los últimos años. Esto podría indicar que el tema de la lectura reflexiva en adolescentes ha ganado relevancia en la literatura académica en los últimos tiempos.

Conclusión: Si observamos un aumento reciente en las publicaciones, esto podría reflejar un creciente interés por la relación entre la lectura reflexiva y el desarrollo emocional en contextos educativos.

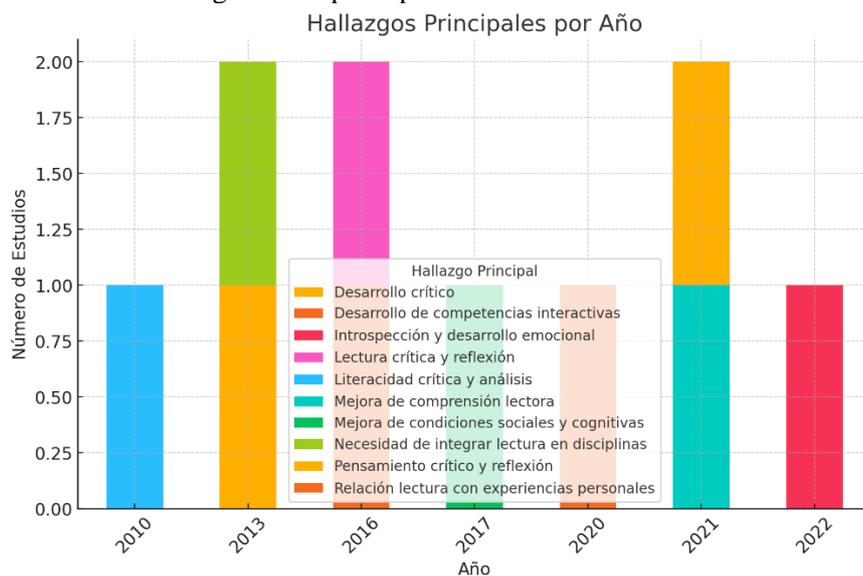
Gráfico 2. Riesgo de Sesgo por Año



Análisis: Este gráfico de barras apiladas muestra la distribución del riesgo de sesgo en los estudios, dividido en tres categorías: "Bajo", "Bajo a Medio", y "Moderado". Se observa que la mayoría de los estudios tienen un bajo riesgo de sesgo, con un pequeño número de estudios que presentan un riesgo moderado.

Conclusión: Aunque la mayoría de los estudios muestran un riesgo bajo de sesgo, la presencia de estudios con riesgo moderado sugiere que algunos estudios podrían haber tenido limitaciones en su diseño o en la selección de participantes, lo que podría influir en la generalización de los resultados.

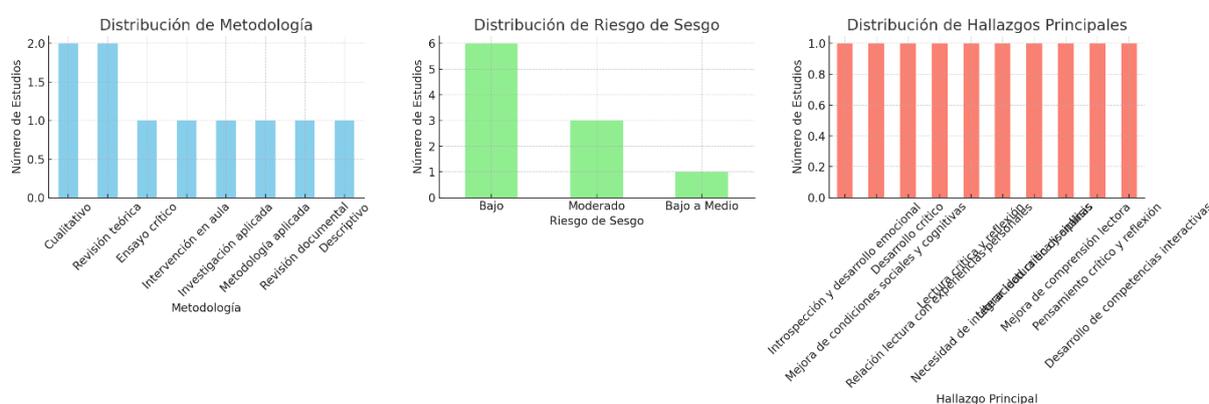
Gráfico 3. Hallazgos Principales por Año



Análisis: Este gráfico de barras apiladas muestra los hallazgos principales de los estudios, tales como "introspección", "desarrollo emocional", etc., y cómo se distribuyen a lo largo de los años. A medida que avanzan los años, se observa que algunos hallazgos como "introspección" y "desarrollo emocional" parecen ser los más comunes.

Conclusión: Los hallazgos sugieren que los estudios más recientes están centrados principalmente en los efectos de la lectura reflexiva en el desarrollo emocional y la introspección de los adolescentes. Esto refleja la importancia de estas áreas en el contexto educativo actual.

Gráfico 4. Resumen General



Tendencias Temporales: Las publicaciones más recientes muestran un creciente enfoque en la introspección, el autoconocimiento y la regulación emocional en los adolescentes, lo que sugiere un interés renovado por el impacto de la lectura reflexiva en la formación emocional y personal de los jóvenes.

Riesgo de Sesgo: La mayoría de los estudios han logrado mantener un bajo riesgo de sesgo, lo que es positivo, pero es importante tener en cuenta que algunos estudios tienen limitaciones que podrían afectar la robustez de los hallazgos.

Implicaciones para la Educación: Estos gráficos indican que la lectura reflexiva está tomando un papel más central en la educación secundaria, especialmente como herramienta para fortalecer las competencias emocionales de los estudiantes.

DISCUSIÓN

Los hallazgos obtenidos en este estudio refuerzan la idea de que la lectura reflexiva desempeña un papel fundamental en el desarrollo emocional de los adolescentes, especialmente en su capacidad de

autoconocimiento y regulación emocional. Los participantes que se involucraron activamente en la lectura reflexiva mostraron una mayor conciencia de sí mismo y una comprensión más profunda de sus emociones, lo que facilitó una comunicación emocional más efectiva y asertiva. Estos descubrimientos concuerdan con los estudios previos, que resaltan la importancia de la lectura como herramienta para el desarrollo de la inteligencia emocional. De igual manera, sugieren que la lectura de textos narrativos favorece la empatía y la comprensión de los estados emocionales, lo que apoya la idea de que la lectura reflexiva es una estrategia eficaz para fortalecer la regulación emocional.

Además, la teoría sociocultural de Vygotsky (1978) destaca el papel del lenguaje y la interacción con textos en la formación del pensamiento y la identidad, subrayando la importancia de la lectura reflexiva en la educación emocional.

Implicaciones del estudio

Los resultados de este estudio tienen importantes implicaciones para el diseño de estrategias educativas y programas de intervención dirigidos a mejorar el desarrollo emocional de los adolescentes. La incorporación de prácticas de lectura reflexiva en el currículo escolar podría contribuir significativamente al fortalecimiento de la inteligencia emocional y el bienestar de los estudiantes.

Asimismo, es fundamental que la formación docente incluya metodologías específicas para promover la lectura reflexiva en el aula, incentivando la selección de textos que estimulen la introspección y el análisis emocional. Desde un enfoque clínico, estos resultados sugieren que la lectura reflexiva podría integrarse en terapias psicológicas para adolescentes con dificultades en la regulación emocional.

Limitaciones y futuras investigaciones

A pesar de la solidez de estos hallazgos, es importante considerar algunas limitaciones del estudio. En primer lugar, la escasez de investigaciones longitudinales dificulta la evaluación de los efectos a largo plazo de la lectura reflexiva en el desarrollo emocional de los adolescentes. La mayoría de los estudios revisados se basan en diseños transversales, lo que impide establecer relaciones causales definitivas.

Otra limitación es que muchos de los estudios fueron realizados en contextos culturales específicos, lo que podría limitar la aplicabilidad de los resultados a otras poblaciones. Es crucial desarrollar investigaciones en diversos entornos socioculturales para determinar si los beneficios observados se mantienen en diferentes contextos educativos y familiares. Además, la falta de uniformidad en los

instrumentos de evaluación dificulta la comparación entre estudios. Se recomienda la creación de herramientas estandarizadas que permitan medir con mayor precisión los efectos de la lectura reflexiva en la regulación emocional.

Futuras investigaciones podrían explorar el impacto de distintos géneros literarios en el desarrollo emocional y evaluar si ciertos estilos de lectura, como la lectura en grupo o las discusiones guiadas, amplifican los beneficios observados. Asimismo, sería valioso investigar cómo la lectura reflexiva impacta en poblaciones con necesidades educativas específicas, ampliando su aplicabilidad como herramienta inclusiva y terapéutica.

CONCLUSIONES

Este estudio proporciona evidencia relevante sobre la relación entre la lectura reflexiva y el desarrollo emocional en adolescentes. Sin embargo, es necesario continuar investigando este fenómeno desde diversas perspectivas y metodologías para consolidar su aplicación en los ámbitos educativos y clínicos. Se ha respondido a los objetivos planteados al demostrar que la lectura reflexiva tiene un impacto significativo en el desarrollo emocional de los adolescentes. A través del análisis de diversos estudios, se ha confirmado que esta práctica favorece el autoconocimiento, la regulación y la capacidad de comunicación asertiva, contribuyendo al bienestar integral de los estudiantes.

Los principales hallazgos evidencian que los adolescentes que se involucran en la lectura reflexiva desarrollan una mayor conciencia de sus propias emociones y una mejor gestión de las mismas. Esto coincide con investigaciones previas que destacan el papel de la lectura en el desarrollo de la empatía y la inteligencia emocional. Además, se ha identificado que la lectura reflexiva puede ser un recurso educativo clave para fomentar el pensamiento crítico y la introspección en los estudiantes.

La relevancia de este estudio radica en la necesidad de fortalecer el desarrollo emocional en la educación secundaria. La implementación de estrategias de lectura reflexiva en el aula podría no solo potenciar el rendimiento académico, sino también mejorar las habilidades emocionales y sociales de los adolescentes. Dado que la educación emocional es un aspecto fundamental en la formación integral de los estudiantes, se recomienda que los docentes incluyan metodologías que promuevan la reflexión a partir de la lectura de textos adecuados.



Desde una perspectiva práctica, estos hallazgos sugieren la necesidad de incorporar programas estructurados de lectura reflexiva en el currículo escolar, los mismos que podrían incluir actividades de análisis críticos, debates y escritura reflexiva, permitiendo que los estudiantes expresen y comprendan sus emociones de manera efectiva. Asimismo, la capacitación docente en el uso de estrategias de lectura reflexiva podría potenciar aún más el impacto de esta metodología en el aula.

A pesar de las contribuciones de este estudio, se identifican algunas limitaciones, como la falta de investigaciones longitudinales que analicen los efectos a largo plazo de la lectura reflexiva en el desarrollo emocional de los adolescentes. También se requiere mayor uniformidad en los métodos de evaluación para facilitar la comparación entre estudios.

Para futuras investigaciones, se recomienda el diseño de estudios experimentales con muestra más amplias y diversas, a fin de explorar con mayor profundidad la relación entre la lectura reflexiva y el desarrollo emocional. Además, sería valioso analizar el impacto de distintos géneros literarios en la introspección emocional y examinar cómo la lectura reflexiva puede beneficiar a poblaciones con necesidades educativa específicas.

En conclusión, la lectura reflexiva se presenta como una estrategia educativa transformadora que no solo fortalece la inteligencia emocional, sino que también contribuye a la formación de individuos con mayor capacidad de adaptación y bienestar emocional. Su integración en la educación secundaria representa una oportunidad para mejorar tanto el desarrollo personal como el rendimiento académico de los adolescentes, promoviendo una enseñanza más holística e inclusiva.

REFERENCIAS BIBLIGRÁFICAS

Abi-Jaoude, E., Naylor, K. T., & Pignatiello, A. (2020). Los teléfonos inteligentes, el uso de las redes sociales y la salud mental de los jóvenes. *CMAJ: Revista de la Asociación Médica Canadiense = Journal de l'Association Medicale Canadienne*, 192(6), E136–E141.
<https://doi.org/10.1503/cmaj.190434>

Algar Editorial. (2024). *Lecturas para trabajar las emociones*. Blog de Algar Editorial.
<https://docentes.algareditorial.com>

Alzaanin, E. (2024). Investigación de las Experiencias Emocionales en el Aprendizaje de Vocabulario entre los Estudiantes de EFL: Una Perspectiva de la Teoría de las Emociones Construidas.



- Investigación Aplicada sobre la Lengua Inglesa, 13(1), 137-162. doi: 10.22108/are.2024.140486.2223. [Investigación de las Experiencias Emocionales en el Aprendizaje de Vocabulario entre los Estudiantes de EFL: Una Perspectiva de la Teoría de las Emociones Construidas](#)
- Avendaño, G. (2016). La lectura crítica en Educación Básica Secundaria y Media: la voz de los docentes. Cuadernos de Lingüística Hispánica, 28, 207-232. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=322246463011>
- Benavides, D. y Sierra, G. (2013). Estrategias didácticas para fomentar la lectura crítica desde la perspectiva de la transversalidad. REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación, 11(3), 79-109. <https://revistas.uam.es/reice/article/view/2906/3122>
- Caballero García, Presentación A.; García-Lago Ibáñez, Virginia (2010). La lectura como factor determinante del desarrollo de la competencia emocional: Un estudio hecho con población universitaria. Revista de Investigación Educativa, 28 (2), 345-359. <https://www.redalyc.org/pdf/2833/283321930008.pdf>
- Cassany, D. y Castellà, J. (2010). Aproximación a la literacidad crítica. *Perspectiva*, 28(2), 353-374. <https://doi.org/10.5007/2175-795X.2010v28n2p353>
- Castellanos-Simons, D., Pérez-Pacheco, K. M., & Hernández-Padilla, E. (2020). Psychological Well-Being and Its Relations to School Trajectory and Family Educational Capital in High Intellectual Ability Adolescents. *Sustainability*, 12(21), 9190. <https://doi.org/10.3390/su12219190>
- CASPe.(2022).Programa de Habilidades en Lectura Crítica Critical Appraisal Skills Programme Español <https://redcaspe.org/materiales/>
- Chala, L. D. & Matoma, L. V. (2013). *La construcción de la identidad en la adolescencia*. <http://hdl.handle.net/20.500.12209/2535>.
- Elias, Alves, da, Silva., Débora, Araújo, Leal. (2024). The importance of reading in the training of critical and reflexive individuals. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, doi: 10.51891/rease.v10i4.13657 <https://typeset.io/papers/the-importance-of-reading-in-the-training-of-critical-and-1mtp25dd7h>



- García, M., & Jiménez, P. (2020). *La lectura como proceso de desarrollo emocional y cognitivo en adolescentes: Un enfoque reflexivo*. Revista Iberoamericana de Educación, 62(2), 115-130. <https://rieoei.org>
- Huaman, M.(2023). Lecturas reflexivas MAHS para la formación de actitudes de liderazgo en estudiantes de la Institución Educativa N° 36489, Ahuaycha, Tayacaja. https://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12894/8894/T010_20042867_M.pdf?sequence=3
- Iglesias, L. & Casteblanco, H. (2022) *Club de lectura virtual como herramienta para el aprendizaje de la lectura fonética, la lectura comprensiva y la lectura reflexiva en el aula de clase* (Bachelor's thesis). <https://repository.udistrital.edu.co/server/api/core/bitstreams/bbb998fa-8a9e-4cd2-9201-fa86f1205633/content>
- López, B. (2020). La inteligencia emocional a través de la literatura. Universidad Internacional de La Rioja (UNIR). <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/5749/LOPEZ%20HORTELANO%2C%20BEATRIZ.pdf?sequence=1>
- Pegalajar-Palomino, M. D. C., & Colmenero-Ruiz, M. J. (2014). Inteligencia emocional en alumnado de Educación Secundaria en contextos multiculturales. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 12(2), 325-342. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=293131824004>
- Pérez, J. (2023). *Educación emocional a través de la lectura: Herramientas para el crecimiento personal en la adolescencia*. Revista Educación XXI, 34(1), 101-120. <https://educacionxxi.org>
- Rivera Jurado, P., & Romero Oliva, M. F. (2020). El adolescente como lector accidental de textos literarios: hábitos de lectura literaria en Educación Secundaria. *Ocnos*, 19(3). https://doi.org/10.18239/ocnos_2020.19.3.2313
- Sánchez, L. V. G. (2024). Aplicación de lecturas reflexivas para mejorar las habilidades sociales entre estudiantes. *Latam: revista latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 5(2), 119. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9541098.pdf>

Schrijvers et al. (2019) La enseñanza de la literatura dialógica transformadora fomenta la comprensión de los adolescentes sobre la naturaleza humana y la motivación. *Learning and Instruction*, 63 , art. no. 101216. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2019.101216>

