



Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), mayo-junio 2025,
Volumen 9, Número 3.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i1

HÁBITOS DE ESTUDIO Y ADAPTACIÓN ACADÉMICA EN EDUCACIÓN SUPERIOR: UN ANÁLISIS COMPARATIVO ENTRE ESTUDIANTES DE LA UAZ Y EL IPN ZACATECAS

STUDY HABITS AND ACADEMIC ADAPTATION IN HIGHER EDUCATION: A COMPARATIVE ANALYSIS OF UNIVERSITY STUDENTS AT UAZ AND IPN ZACATECAS

José Berumen Enríquez

Universidad Autónoma de Zacatecas

Alejandra Ariadna Romero Moyano

Universidad Autónoma de Zacatecas

Omar Eduardo Contreras Delgado

Universidad Autónoma de Zacatecas

Mario César Ordoñez Gutiérrez

Instituto Politécnico Nacional

DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i3.18336

Hábitos de Estudio y Adaptación Académica en Educación Superior: Un Análisis Comparativo entre Estudiantes de la UAZ Y El IPN Zacatecas

José Berumen Enríquez¹jose.berumen@uaz.edu.mx<https://orcid.org/0000-0003-3587-6873>

Universidad Autónoma de Zacatecas

Omar Eduardo Contreras Delgadooe_contreras@uaz.edu.mx<https://orcid.org/0000-0002-1649-045X>

Universidad Autónoma de Zacatecas

Alejandra Ariadna Romero Moyanoaarm@uaz.edu.mx<https://orcid.org/0000-0002-5569-1123>

Universidad Autónoma de Zacatecas

Mario César Ordoñez Gutiérrezmordonezg@ipn.mx<https://orcid.org/0000-0001-9776-9657>

Instituto Politécnico Nacional

RESUMEN

El ingreso a la universidad implica para el estudiantado nuevas experiencias que pueden ser motivadoras, frustrantes o desafiantes, exigiendo una adaptación que influye en su éxito académico, el cual no solo depende del currículo, sino también de factores socioemocionales, relaciones interpersonales y hábitos de estudio, considerados clave en la formación profesional. El presente estudio es de corte transversal y analítico, se compararon los hábitos de estudio en estudiantes de licenciatura de la Universidad Autónoma de Zacatecas y del Instituto Politécnico Nacional Unidad Zacatecas. Se utilizó un muestreo por conveniencia y se aplicó el estadístico U de Mann-Whitney para el análisis. Los resultados indican que la interpretación del currículo por el profesorado, las estrategias de enseñanza, el entorno escolar y los aspectos socioemocionales inciden directamente en los hábitos de estudio y en la disposición hacia el aprendizaje, factores decisivos entre el éxito y el fracaso en la educación superior.

Palabras clave: hábitos de estudio, estudiantes universitarios

¹ Autor principal.

Correspondencia: jose.berumen@uaz.edu.mx

Study Habits and Academic Adaptation in Higher Education: A Comparative Analysis of University Students at UAZ and IPN Zacatecas

ABSTRACT

Entering university students with new experiences that could be motivating, frustrating or challenging, requires an adaptation process that significantly influences their academic success. This success depends not only on the curriculum, but also on socio-emotional factors, interpersonal relationships, and study habits, elements considered as key to professional development. This cross sectional and analytical study compare the habits of undergraduate students at Universidad Autonoma de Zacatecas and Instituto Politecnico Nacional at Zacatecas. A convenience sampling method was used, and the Mann Whitney U test was applied for analysis. The results show the teachers' curriculum interpretation, teaching strategies, environment scholar and socio emotional factors directly affect students' study habits and their disposition toward learning, decisive factors between success and failure in higher education.

KeyWords: study habits, university students

Artículo recibido 22 mayo 2025

Aceptado para publicación: 28 junio 2025



INTRODUCCIÓN

La creación y el mejoramiento de los hábitos de estudio en los estudiantes de educación media superior son claves para el desarrollo formativo de ellos, además de ser un tema que cada vez cobra mayor relevancia (Mukherjee & Sujit, 2024), es durante esta etapa donde los adolescentes se hacen de un bagaje general de la cultura y el conocimiento, además, es un momento crucial para desarrollar habilidades de autorregulación, planificación y organización, básicas para su éxito en la educación superior. Los hábitos de estudio pueden apoyar el rendimiento académico (García & Navalgund, 2024), reducir estrés y estar en mejores condiciones para generar un aprendizaje más significativo.

Los hábitos de estudio son las conductas y rutinas traducidas en prácticas que los estudiantes reproducen con regularidad en su tarea formativa. Guardan relación con la planeación y organización del tiempo, el manejo de la información, el análisis crítico sobre diversos temas, así como la implementación de técnicas activas de aprendizaje (García & Navalgund, 2024, Bentil, 2023). Unos buenos hábitos de estudio sentarán las bases para que los estudiantes puedan afrontar desafíos y retos que deberán superar durante su permanencia en la educación superior, nivel de estudios que implica mayor autonomía y responsabilidad. Los buenos hábitos de estudio impactan no solamente en mejorar el rendimiento académico, influyen también en la salud socioemocional (Iaia, et al., 2024) y en el disfrute del adolescente con respecto a sus estudios, pues una buena planificación, puede reducir la ansiedad y el estrés producto de la presión académica.

Los hábitos de estudio pueden relacionarse de manera directa con el éxito académico y hay un creciente interés por investigar sobre el tema, se ha demostrado que los estudiantes que desarrollan hábitos efectivos de estudio son proclives a obtener mejores notas y tener mayor compromiso y motivación con su formación. La autorregulación, capacidad de concentración, disciplina y motivación son esenciales para la formación de hábitos de estudio saludables.



Además, con el ingreso a las tecnologías de la información se abren nuevas oportunidades para desarrollar hábitos de estudio (Ntui & USang, 2014), al interactuar el estudiante con dispositivos móviles y plataformas digitales porque al utilizar estos medios tecnológicos se tiene acceso a una gran cantidad de información y recursos.

En cuanto al factor de la motivación se entiende que el deseo de aprender ha sido uno de los principales predictores que llevan a la formación de buenos hábitos de estudio por encima de posibles estímulos externos, aunque puedan tener también un impacto relevante (Syukur, *et al.*, 2025), lo que implica la necesidad de la intervención de docentes de forma permanente para apoyar a los adolescentes a formar buenos hábitos de estudio, apoyando con orientaciones encaminadas a facilitar a sus estudiantes técnicas de estudio (Getu, 2024) y generar ambientes dentro del aula que promuevan un aprendizaje activo y un pensamiento crítico.

La investigación surgió con la finalidad de aportar elementos que orienten a los docentes sobre la importancia del trabajo de los hábitos de estudio, cuyo **objetivo es establecer un comparativo entre los hábitos de estudio de alumnos de licenciatura de la Universidad Autónoma de Zacatecas con estudiantes del mismo nivel de estudios del Instituto Politécnico Nacional, Campus Zacatecas**, para establecer cómo la implementación del curriculum, el ambiente escolar, la motivación o la disposición de los estudiantes con respecto a sus estudios, puedan tener una influencia determinante en los hábitos de estudio que muestran sus estudiantes.

MARCO TEÓRICO

El término “hábito” se refiere a patrones de actividades automáticas y repetitivas que un humano realiza sin pensar sobre ellas; por otro lado, el concepto “educación” describe un proceso o acción que cambia el comportamiento de una persona de instintivo a humano (Sarker, *et al.*, 2024).



El hábito significa un ahorro de esfuerzo porque se realiza una actividad con menor fatiga y mayor rapidez, por lo que incrementa la productividad; a nivel psicológico el hábito hace más placentera y satisfactoria la actividad, lo que origina sentimientos de confianza y seguridad en sí mismo, generación de disciplina, además, mejora la salud mental (Enríquez *et al.*, 2015).

El proceso de aprendizaje es particular e individual, también el compromiso con los estudios y la capacidad cognitiva son diferentes en cada persona (Terry & Tucto, 2021); los hábitos tienen un historial de repetición: mientras más se repite un comportamiento más se convierte en habitual, son una forma de automatismo (Verplanklen & Orbell, 2006), sin dejar de lado que estudiar es un proceso que permite alcanzar metas gradualmente (Vivas, 2023).

Los hábitos de estudio son actividades cotidianas repetitivas que se van automatizando para alcanzar procesos de aprendizaje, la generación de estas prácticas depende de las características culturales y sociales de cada contexto educativo, institución, región o país (George, *et al.*, 2023), son las actividades que se ponen en práctica al estudiar (Montes, 2012), generalmente incluye técnicas y estrategias o métodos de estudio (Capdevila & Bellmunt, 2016); son el método que el estudiante utiliza frecuentemente para asimilar unidades de aprendizaje, su aptitud para evitar distracciones, su atención al material estudiado y los esfuerzos para la realización de las tareas (Jiménez, *et al.*, 2019).

Las investigaciones sobre hábitos de estudio utilizan diferentes conceptos, frecuentemente aparecen términos como técnicas de estudio, métodos de estudio, estrategias de aprendizaje o simplemente estudiar (Capdevila & Bellmunt, 2016). Las técnicas de estudio, específicamente, comprenden procedimientos flexibles empleados por el estudiante para aprender, solucionar problemas y exigencias académicas, son herramientas prácticas para la tarea de estudiar, para mejorar la actividad, acelerar la producción y elevar su calidad, corresponden a las estrategias que permiten conseguir el aprendizaje (Jiménez, *et al.*, 2019).



Los métodos y medidas para obtener información pueden ocurrir en nivel consciente o inconsciente (Jereb, *et al.*, 2023). El uso repetido y planificado de las técnicas de estudio combinado con la acción de estudiar en determinadas condiciones de espacio, tiempo y características similares se conoce como hábitos de estudio (Jiménez, *et al.*, 2019), que se manifiestan como acciones realizadas por los estudiantes para adquirir los conocimientos, son las normas y procedimientos utilizados durante el aprendizaje para perfeccionar los estudios (Iza, *et al.*, 2024).

La autonomía del estudiante se evidencia en la forma en la que organiza sus recursos para el estudio, es decir, cuando tiene conciencia de sus hábitos de estudio y de la forma en que éstos lo acercan a su éxito académico (Torres, *et al.*, 2009). Los hábitos de estudio son importantes porque propician el razonamiento de los alumnos y también los proveen de las labores intelectuales necesarias para resolver problemas y reflexionar sobre los temas de estudio (Iza, *et al.*, 2024).

Además, las estrategias de aprendizaje se relacionan con la capacidad del individuo para adquirir conocimientos sobre él mismo, sea sobre las fortalezas, debilidades o limitaciones y cómo se relacionan con el proceso de aprendizaje (Barrera, *et al.*, 2023) El estudiante universitario debe estar en la capacidad de aprender a aprender para terminar exitosamente su carrera profesional (Terry & Tucto, 2021).

El desarrollo de hábitos de estudio influirá en la adquisición de habilidades inherentes a la formación universitaria y el rendimiento académico (George, *et al.*, 2023). Las técnicas y habilidades que desarrolla y utiliza el estudiante durante toda su formación escolar previa, los elementos físicos que rodean los espacios destinados a las actividades escolares y los rituales que desarrolla para repasar y trabajar temas académicos, aunado a la planificación de tiempo y estrategias para adquirir conocimiento le ayudan a tener éxito en los objetivos y propósitos de las asignaturas que conforman su licenciatura, esas conductas deben desarrollarse y fomentarse



tanto en la escuela como en el hogar, son finalmente los hábitos de estudio que lo están formando, es lo que conforma la disciplina que debe tener como profesional una vez que haya obtenido el grado.

Por otro lado, la deserción, el abandono y el fracaso escolar preocupan en la preparación profesional, pero es necesario analizar las actividades planeadas por el docente, las condiciones físicas de las escuelas y el hogar más allá de culpar al alumno de cierta incapacidad o falta de habilidades.

Los contextos escolares deben facilitar medios para que los estudiantes desarrollen hábitos que les permitan adquirir nuevos conocimientos de forma independiente y no sólo acumulen conocimientos aplicables a situaciones específicas (Enríquez *et al.*, 2015).

Los resultados obtenidos en otras investigaciones son diferentes, pero generalmente se establece un grupo de variables en común: género, edad, entorno sociocultural, tipo de centro educativo, hábitos de estudio, hábitos de lectura y hábitos de ocio; en estos casos, el rendimiento académico se considera una variable dependiente de otras variables, lo que establece una relación de causa-efecto (Capdevila & Bellmunt, 2016). Las investigaciones que abordan el tema de hábitos de estudio generalmente encuentran diferencias con respecto al aprendizaje en los estudiantes universitarios (Terry & Tucto, 2021).

Los lugares donde los estudiantes realizan actividades como las tareas, repaso para exámenes, resolución de problemas además del orden y limpieza de las áreas de trabajo y otras condiciones de uso del tiempo también se relacionan con la investigación sobre hábitos de estudio (Campos, *et al.*, 2024). Los métodos incorrectos a la hora de estudiar son un factor por el que los estudiantes no concluyen sus estudios, pueden llegar a ser poco competentes y desertan de los estudios universitarios (Terry & Tucto, 2021).

La investigación sobre hábitos de estudio en universitarios es útil para comprender las prácticas y costumbres inherentes a la formación académica que ayudan a los estudiantes a mejorar su

rendimiento académico o bien, para predecir cuál será éste en determinadas condiciones educativas (George, *et al.*, 2023).

MATERIALES Y MÉTODO

El estudio es de corte transversal porque se realizó durante un periodo específico (Estrada Araoz, *et al.*, 2024) correspondiente al cierre del semestre enero-junio de 2024; analítico porque busca establecer relaciones entre las variables involucradas que se comparan (Veyga, *et al.*, 2008) respecto a verificar las diferencias entre los hábitos de estudio entre estudiantes de licenciatura de la Universidad Autónoma de Zacatecas (UAZ) y el Instituto Politécnico Nacional Campus Zacatecas (IPN).

El instrumento fue aplicado a 161 estudiantes de licenciatura de la UAZ y 270 del IPN mediante muestreo por conveniencia no probabilístico, lo que favoreció la elección de casos que resultaron accesibles para ser incluidos en el estudio dada la proximidad de los alumnos encuestados para el grupo de investigadores que realizaron el trabajo de campo y porque no se establecieron criterios previos para pertenecer a la muestra realizada (Otzen & Manterola, 2017). El instrumento se construyó en referencia a algunos criterios para valorar los hábitos de estudio, a través de 101 ítems organizados en diferentes dimensiones señalados en la Tabla 1. (insertar Tabla 1)

Las preguntas utilizaron escala de Likert ordinal como opciones de respuesta (Canto de Gante *et al.*, 2020), excepto la sección de datos generales (G), los 431 encuestados dieron sus respuestas señalando su acuerdo o desacuerdo a través de una escala unidimensional y ordenada (Bertram, citado en Matas, 2018).

Las pruebas estadísticas se realizaron con el software específico SPSS versión 25. La consistencia interna del instrumento que analiza la correlación entre ítems del instrumento se determinó con el coeficiente de alfa de Cronbach, (Oviedo & Campo, 2005) obtuvo un valor de 0.871, que se interpreta como un buen nivel de consistencia (Tabla 2).

(Insertar Tabla 2)

Después, se verificaron pruebas de normalidad para determinar el tipo de comparativos de variables que era posible aplicar y verificar supuestos que validaran o rechazaran la normalidad de los datos (Flores & Flores, 2021), a través del estadístico de *Kolmogorov-Smirnov*, que compara magnitudes de coeficientes de correlación general con los de correlación parcial, para contar con información que permita medir la adecuación de la muestra (Montoya, 2007). Al obtener un nivel de significancia menor a 0.05% para todas las variables, se determinó que el comportamiento de los datos no tiene una distribución normal.

Los estadísticos no paramétricos para dos muestras autónomas son útiles para comparar proporciones y medianas o alguna otra característica equivalente al procedimiento de comparar promedios (Ramírez & Polack, 2020).

Al no existir normalidad y por tratarse de variables ordinales de muestras independientes, se eligieron estadísticos no paramétricos para dos muestras autónomas, útiles para comparar proporciones y medianas o alguna otra característica equivalente al procedimiento de comparar promedios (Ramírez & Polack, 2020), lo cual llevó a elegir la aplicación de la prueba estadística *U de Mann-Whitney* lo que corroboró si las dos muestras aleatorias y autónomas elegidas tanto de la UAZ como del IPN, sobre estudiantes de licenciatura con respecto a hábitos de estudio, tienen su origen en dos poblaciones idénticas o de una misma población; es la alternativa no paramétrica de la prueba paramétrica *t* de Student que compara promedios. Esta prueba compara las diferencias entre dos medianas, por lo que se basa en rangos (Ramírez & Polack, 2020).

RESULTADOS

El análisis de variables mediante el estadístico de *U de Mann-Withney* (Tabla 3 y Tabla 4) muestra las variables de los diferentes grupos en las que existe diferencia y semejanza entre las variables comparadas y de esta manera se realizó el análisis comparativo propuesto; existen

semejanzas cuando el nivel de significancia es mayor a 5% y se encuentran diferencias cuando $P < 5\%$ al hacer el comparativo en cada variable de sus medias muestrales para corroborar si estadísticamente son significativas o no lo son (Juárez Hernández, *et al.*, 2001).

(insertar Tabla 3)

(insertar Tabla 4)

Se describen a continuación para cada ámbito el análisis de los datos obtenidos al aplicar la prueba *U* de *Mann-Whitney*, donde se indica únicamente las variables en las que hay semejanza y aquellas en las que existe diferencias tal como lo demuestran los resultados del análisis estadístico, en el apartado de discusión se analizan las posibles causas sobre los diferentes valores obtenidos.

En el ámbito Distribución de Tiempo (**DT**), se observó que el tiempo adicional que el alumno dedica a sus tareas escolares (**DT3**), la forma de organizar sus horarios de estudio (**DT4**), dar seguimiento puntual al avance del programa de estudios (**DT6**), el ocupar el tiempo en tareas productivas (**DT7**), el registro del tiempo dedicado al estudio (**DT8**) y el contar con un plan de actividades diarias (**DT9**), en ambos grupos de estudio, tanto de los estudiantes de licenciatura de la UAZ como del IPN Campus Zacatecas, no existe diferencia; los estudiantes manifiestan hábitos muy semejante en ambos casos. Las diferencias se presentaron en aspectos como la organización del tiempo en función de las materias que se tenga para estudiar (**DT1**), en la forma de planear actividades de estudio (**DT2**) y en terminar las actividades escolares puntualmente (**DT5**).

Respecto a la motivación para el estudio referido en el segundo ámbito (**ME**), no se encontró diferencia en cuanto al gusto de participar con actividades relacionadas con el estudio (**ME3**), el ambiente de la escuela para estudiar (**ME5**), las decisiones que se deben tomar cuando se estudia (**ME6**) y en el gusto y disposición por el estudio (**ME8**). Las diferencias se presentaron en cuanto a culpar a otras personas por parte de los estudiantes por el fracaso escolar (**ME1**),

en los gustos que tienen por el estudio (**ME3**), en las decepciones que se tienen como estudiante (**ME4**), en considerar el estudio aburrido y desagradable (**ME7**), en las metas consideradas con respecto a las calificaciones (**ME9**) y en cuanto al sueño y cansancio que puede provocar el estudio (**ME10**).

En el tercer ámbito, referente a los Distractores contra el estudio (**DE**), se encontraron semejanzas entre los grupos comparados, con respecto a ruidos o personas que provocan distracción (**DE1**), con distraerse por sí mismo (**DE3**), al abusar del uso de recursos tecnológicos (**DE4**), contar con un área de estudio con muchos distractores (**DE5**), si se cuenta con un área adecuada para estudiar (**DE7**), en la manera de buscar información en bibliografías o internet (**DE8**), por la música que se escucha cuando se estudia (**DE9**), contar con todos los medios para estudiar (**DE10**), al distraerse con facilidad (**DE11**) o no contar con un lugar adecuado para el estudio (**DE12**). Las pocas diferencias que se presentan en este rubro se manifiestan en aspectos socioemocionales personales que afectan los estudios (**DE2**) o la búsqueda de apuntes y libros en lugar de estudiar (**DE6**).

El cuarto apartado, referente a la toma de apuntes en clases correspondiente (**NC**), se encontraron semejanzas sobre buscar alternativas para tomar apuntes de forma más rápida (**NC2**), en la atención prestada en clase (**NC4**), en contar con los materiales suficientes para tomar apuntes (**NC5**), tener los apuntes en copias de los compañeros (**NC7**), en tomar notas limpias, ordenadas y entendibles (**NC8**), en la forma de repasar apuntes (**NC9**) y en el lenguaje empleado para elaborar las notas (**NC10**), las semejanzas encontradas se tienen con respecto a tomar apuntes en clase (**NC1**), en la forma de hacerlo (**NC3**), o la forma de registrar los ejemplos que el maestro da en clase en los apuntes (**NC6**).

Sobre la optimización de la lectura (**OL**, quinto apartado), las semejanzas se presentaron en subrayar lo interesante cuando se lee (**OL2**) en explorar un libro antes de leerlo (**OL3**), al repasar en voz alta lo que se está leyendo (**OL4**), leer cansado (**OL5**), tomar notas de lo leído



para elaborar resúmenes o esquemas gráficos (**OL6**), usar diccionarios o internet para encontrar términos no conocidos (**OL8**), existiendo diferencia solamente en el grado de crítica que se tiene con lo que se lee (**OL1**) y en la dificultad para comprender lo leído (**OL7**).

La sección sobre cómo preparar un examen (**PE**), reportó similitud en la distribución de tiempo para responder cada pregunta (**PE1**), en la forma de señalar las respuestas al contestar el examen (**PE2**), en leer con calma antes de contestar (**PE3**), al revisar las respuestas antes de entregar el examen (**PE7**), la claridad de la escritura empleada en el examen (**PE8**) y en la forma anticipada de preparar un examen (**PE10**). Las diferencias se manifestaron en la confianza mostrada al contestar un examen (**PE4**), en el estrés que esto pueda causar (**PE5**), las formas de descanso previas al examen (**PE6**) y en la precisión de las respuestas que da el estudiante (**PE9**).

En el apartado sobre actitudes frente al estudio (**AC**) se encontraron semejanzas con respecto a faltar a clases (**AC1**), preguntar dudas al profesor (**AC3**), en tener una actitud positiva con maestros y compañeros (**AC4**), en el cumplimiento de las tareas escolares (**AC5**), en quedarse con dudas sobre la clase (**AC7**), en el estudio diario (**AC8**) o platicar en clases de temas ajenos a la clase (**AC9**). Las semejanzas sólo se dan, en las relaciones que establece el alumno con otros estudiantes que sacan buenas notas (**AC2**), en los hábitos de investigación sobre los temas vistos en clase (**AC6**) y en la asistencia constante y puntual a clases (**AC10**).

Sobre el uso de tecnología (**T**) solo se encontraron semejanzas entre las dos muestras no hay diferencias en el comparativo de variables de este rubro, se les consultó sobre usar internet en vez de bibliografía impresa (**T1**), usar más las redes sociales que estudiar (**T2**), de robarle tiempo al estudio por abusar de la tecnología (**T3**), de contar con recursos tecnológicos para estudiar (**T4**), si el internet les facilita el estudio (**T5**), ver la forma en que usan la tecnología para organizar sus estudios (**T6**), en consultar redes sociales para responder dudas sobre temas no comprendidos (**T7**), estudiar a través de redes sociales con otros compañeros (**T8**), el uso



de internet para mejorar hábitos de estudio (**T9**), así como consultarles si dejar el internet les ayudaría a mejorar sus calificaciones (**T10**).

Finalmente, en el apartado nueve, sobre emociones frente al estudio (**EFE5**), se encontraron semejanzas en las sensaciones desagradables que producen las notas (**EFE7**), en las sensaciones desagradables que genera la escuela (**EFE8 y EFE9**) y la confianza que brindan los maestros para fomentar el estudio (**EFE 10**). Las diferencias se presentan en la angustia que significa estudiar (**EFE1**), la ansiedad de presentar exámenes (**EFE2**), lo desagradable de tener que estudiar (**EFE3 y EFE4**), las emociones producidas por las notas obtenidas (**EFE6**), o el temor causado por el docente ante sus múltiples exigencias (**EFE10**).

DISCUSIÓN

El estudio contempló la participación de grupos relativamente homogéneos aunque pertenecen a instituciones diferentes, a primera instancia puede suponerse que no deberían existir grandes diferencias en los resultados porque se consideraron varias similitudes como la edad, madurez socioemocional o considerar dos universidades públicas con condiciones sociales similares, sin embargo se observa que la institución, su dinámica propia de trabajo y el currículum propuesto pueden marcar una diferencia significativa en cuanto a los hábitos de estudio que pueda desarrollar un estudiante durante su educación superior.

Otros estudios han reportado que el clima y ambiente escolar son claves en los resultados favorables que puedan tener los estudiantes, los cuales se relacionan con la autonomía del profesorado, los programas de estudio, las formas de evaluar y las estrategias implementadas para favorecer la formación de los estudiantes (Prada, *et al.*, 2020). La reflexión se dirige hacia la forma en que se lleva a la práctica la implementación del currículum y cómo sus características pueden favorecer el fomento de hábitos de estudio (Salazar, 2020), uno de los primeros desafíos de la escuela contemporánea consiste en integrar metodologías que aseguren los procesos de enseñanza-aprendizaje (Salinas, *et al.*, 2022) a la vez que promueven estilos y



formas de trabajo que lleven al estudiante a desarrollar hábitos de estudio que garanticen su éxito académico.

Una de las claves en el contexto educativo moderno es la formación desde una perspectiva integral a los estudiantes, para generar habilidades acordes al tiempo actual (Sulistyaningsih & Rahmawati, 2019). Los estudiantes deben desarrollar habilidades que fomenten el pensamiento crítico, la resolución de problemas, trabajar de forma colaborativa, comunicación efectiva y la alfabetización digital para convertirse en individuos que hagan frente a los retos del mundo contemporáneo, para no sucumbir en un entorno que evoluciona rápidamente con la tecnología en constante evolución. (Zambrano-Contreras, 2023) lo que implica el fomento de hábitos de estudio que favorezcan el aprender a aprender.

El conocimiento sobre los hábitos de estudio de los estudiantes representa una fuente objetiva para la toma de decisiones en acciones de mejora continua que impacten en poner en práctica estrategias efectivas de aprendizaje (Román Fuentes, *et al.*, 2020), la falta de hábitos de estudio y de desarrollo por parte del alumno y la ausencia de procesos de autorregulación del aprendizaje provocan un impacto en el éxito académico que pueda tener un estudiante. (Vidal & Manríquez, 2016) lo que implica un minucioso análisis del currículum, para determinar qué elementos pueden favorecer en su puesta en práctica, la promoción de hábitos de estudio que apoyen el desarrollo académico de los estudiantes.

Por otra parte, los hábitos de estudio que adquiere un estudiante, sean positivos o negativos, son un predictivo del rendimiento académico, puesto que este indicador no sólo refiere a la obtención de una calificación, sino que guarda relación con la comprensión y dominio de contenidos, solución de problemas, análisis crítico y habilidades tanto sociales como emocionales (Ostaíza & Loor, 2024), se ha demostrado que los hábitos de estudio se asocian con aspectos psicosociales en los que se ve involucrado el estudiante (Salamea & Cedillo, 2023).



Con respecto a las dimensiones manejadas en el desarrollo de esta investigación, la primera de ellas guarda relación con la distribución del tiempo, pues en el trabajo académico siempre se está sujeto a periodos de entrega de tareas y actividades previamente establecidos, lo cual para gestionar mejor el tiempo es necesario que el estudiante aprenda a organizar mejor su jornada de estudio (Hernández García, *et al.*, 2024). Las diferencias observadas entre las muestras de estudiantes de licenciatura de la UAZ respecto al IPN se ven influenciadas por el ambiente escolar que favorece la procrastinación académica, pues un alto porcentaje pospone sus actividades académicas hasta el final de los periodos establecidos de entrega (Hernández, *et al.*, 2024). En el análisis realizado a través el estadístico de *U* de Mann-Whitney en ese rubro destaca la variable que hace referencia a la entrega puntual de tareas (**DT5**).

Sobre la motivación para el estudio como segunda dimensión la diferencias encontradas tienen sustento en que el entorno social es un componente fundamental que influye en la motivación hacia el estudio y la opinión que tenga el estudiante de sí mismo (De Occa & Herrera, 2019), los hábitos de estudio parten muchas veces de la motivación provocada por propósitos superiores, como lo que pretende alcanzar un estudiante en el futuro a mediano y largo plazo (Rivas-Proañó & Román-Cao, 2024). Los aspectos en este punto que contrastan entre las muestras tomadas guardan relación también con aspectos socioemocionales, como el sentirse decepcionado con el esfuerzo realizado (**ME4**) o considerarse culpable por un tropiezo académico (**ME1**).

Los distractores del estudio (**DE**), correspondientes a la tercera dimensión son estímulos externos o internos que interfieren en la atención del estudiante para concentrarse en sus tareas académicas, las cuales son de diversa índole, entre las que destacan las académicas, ambientales y personales (Álvarez-Lacayo, 2024), que guardan relación con aspectos socioemocionales. El hecho de que el ítem (**DE2**), referido a problemas personales que afectan los estudios, señala que las condiciones de cada centro escolar universitario considerados en el

estudio, tienen una influencia con respecto a factores que ponen la atención del estudiante en otras actividades ajenas al estudio.

En este tema se considera que el ambiente escolar puede ser un factor de influencia decisivo, pues mientras el IPN Campus Zacatecas, se caracteriza por un ambiente competitivo de alto rigor académico, en la UAZ permea un enfoque más social y humanista orientado a la inclusión, la diversidad y el compromiso social, por lo que mientras en el IPN Campus Zacatecas hay una preocupación formativa de la cuestión técnica, la influencia de lograr que los estudiantes participen en actividades que los vinculan a su comunidad, puede resultar en un momento dado un factor de distracción significativo.

Para el análisis de la cuarta dimensión referida a la toma de apuntes (**NC**) se tiene que el registro de notas por parte del estudiante lo vuelve el actor principal de su proceso formativo, con lo que puede resaltar lo más significativo de la clase, resumir las ideas centrales e incluso crear un estilo propio de codificación de información para generar conocimiento por sí mismo, esto puede ser una puerta a nuevas reflexiones al brindarle a la información que analiza nuevos significados, pues la escritura favorece la comunicación, enriquece el habla y ayudan a objetivar el pensamiento (Godoy, *et al.*, 2023), lo que permite inferir que el contexto de la organización de las estrategias de aprendizaje que utilice el profesor en cada centro universitario tomado en cuestión en el estudio, genera esa diferencia en los ítems (**NC1 NC3 y NC6**), referidos a tomar apuntes en clase, qué apuntar y si se registran los ejemplos presentados por el profesor.

Pues mientras en el IPN Campus Zacatecas hay un énfasis marcado a promover estrategias de aprendizaje basadas en proyectos y resolución de problemas prácticos, desde una perspectiva de aprendizaje autodirigido, en la UAZ, la flexibilidad en cuanto a las estrategias que puede proponer el maestro en clase, puede considerarse un elemento importante en la forma en que

el estudiante tome notas para organizar posteriormente sus actividades de estudio fuera de clases.

Para la dimensión de optimización de la lectura (**OL**) existen diferencias en el análisis crítico de la lectura para la toma de conclusiones (**OL1**) y en la dificultad para comprender lo que se lee (**OL7**). No hay que pasar por alto la relación significativa existente entre comprensión lectora y rendimiento académico (Granda & Ordoñez, 2023), pero también en la forma en que en los centros universitarios principalmente a pesar de dar por hecho que los estudiantes tienen competencias lectoras, buscar mecanismos que la fomenten en beneficio de su formación académica, pues la lectura es una habilidad que se fomenta en todo momento a lo largo de la vida y requiere de práctica constante” (Gaibor, *et al.*, 2023).

La dimensión sexta, sobre la preparación de exámenes (**PE**), se incluyó porque en la educación superior las pruebas objetivas siguen teniendo un peso específico en la forma de evaluar a los estudiantes, en particular en disciplinas de las ciencias exactas o de la salud. Estas pruebas no pueden verse como algo negativo, siempre que sean parte de una estrategia empleada por el docente desde una metodología amplia y coherente (Sánchez-Vera & Prendes-Espinosa, 2015). Las diferencias encontradas se asocian con aspectos de confianza (**PE4**) y estrés (**PE5**) y la forma de responder en los exámenes (**PE9**), se destaca como el ambiente escolar de ambos centros universitarios UAZ y IPN Campus Zacatecas, tienen condiciones diferentes al momento de llevar a cabo exámenes, lo que repercute en estos puntos emocionales principalmente.

La diferencia de los modelos educativos tiene un impacto significativo también en la forma de evaluar, ya que mientras en el IPN Campus Zacatecas existe énfasis en las pruebas objetivas y evaluación de proyectos, en la UAZ existe una diversificación de maneras de evaluar.

En las actitudes y conductas frente al estudio (**AC**) de la séptima dimensión, las diferencias encontradas se manifiestan en aspectos en hábitos de asistencia (**AC10**), desarrollo de



habilidades para hacer investigación (**AC6**), así como el rodearse de compañeros que tienen buenas notas (**AC2**). Al parecer, esta dimensión pudiera considerarse de poca importancia o ser solo una perspectiva complementaria a tener buenos hábitos de estudio, sin embargo, se ha encontrado que la disposición al estudio es clave para fomentar la autorregulación del aprendizaje, la disposición al estudio que fomenta factores emocionales, motivacionales y actitudinales positivos para que el estudiante pueda planear y cumplir con éxito sus tareas escolares (Landabur, 2024).

Se observa que las diferencias surgen por el tipo de organización y reglamento disciplinar que genera el cumplimiento a clases o bien el desarrollar hábitos de estudio ante las exigencias de cada centro universitario referido. Si bien se han diseñado a nivel universitario la promoción de procesos de autorregulación falta mucho por hacer en este rubro en el nivel de educación superior (Sáez, 2020).

En el aspecto de las emociones frente al estudio (**EFE**), en la décima dimensión, se encontró el peso específico que juega la parte socioemocional como un referente importante para la adquisición de hábitos de estudio positivos; la autorregulación emocional es clave para gestionar su trabajo de aprendizaje, ya que es importante que el estudiante aprenda sobre las estrategias empleadas para aprender o encontrar motivación, partiendo de comprender la realidad de su capacidad cognitiva (Terry & Tucto, 2021).

Una autoestima baja impacta al reproducir escenarios de frustración frente al estudio, falta de socialización e incluso la deserción académica, por lo que en los últimos tiempos se hace hincapié en la afectividad y autoestima como pilares del desarrollo formativo de un estudiante, donde los hábitos de estudio desde esta perspectiva tienen una visión preponderante (La Serna, 2023). Las diferencias encontradas que encajan en este marco previamente descrito se manifiestan en la angustia (**EFE1**), nerviosismo o ansiedad (**EFE 2**), sensaciones desagradables o agradables (**EFE 3 y EFE 4**) o situaciones de temor (**EFE 10**), como resultado

de la presión a la que se ven sometidos los estudiantes durante sus estudios universitarios. Esto permite inferir que la presión ejercida por alcanzar una cierta competitividad formativa, tiene un impacto directo en las emociones de los estudiantes.

Finalmente, en lo que respecta a la dimensión sobre uso de tecnología (T), no existieron diferencias en el comparativo estadístico *U* de *Mann-Withney*, esto inferido por la forma más genérica que tienen los estudiantes en cuanto al uso de la tecnología en diferentes ámbitos y circunstancias, pues se trata de una generación de adolescentes y adultos jóvenes, que tienen patrones similares en la forma de usar la tecnología, tanto a nivel lúdico, recreativo o formativo. Se ha estudiado cómo la cultura digital tiene un impacto en el aprendizaje, la interacción social y la construcción de identidades en el contexto universitario (Nulley-Valdés, 2022), desde esta perspectiva a la par de la cultura digital, se promueve a través de la tecnología un capital cultural que se entrelaza con el mundo virtual, el cual se manifiesta en prácticas y experiencias de los estudiantes, tanto en el aspecto social como académico (García-Hernández, 2022).

La identificación de la interrelación entre cultura digital y capital social, mediante la detección de los significados que comparten los jóvenes de esta época (García, 2024), se puede plantear que es un motivo preponderante para que en el comparativo de este rubro no se den diferencias entre los dos grupos universitarios en cuestión, pues el ocio digital principalmente produce valores sociales, hábitos y pautas de comportamiento que determinan a las generaciones actuales que cursan la educación superior.

CONCLUSIONES

Es importante abordar desde la investigación los hábitos de estudio, generalmente éstos se asocian con indicadores referentes a los resultados académicos, encontrando que existe una correlación entre fomentar prácticas de estudio positivas y el éxito académico de los estudiantes (Capdevila & Bellmunt, 2016), ya que los estudiantes se incorporan a la enseñanza universitaria deben hacer frente a una serie de tareas y actividades para asimilar un gran cúmulo de

conocimientos de disciplinas y asignaturas por lo general nuevas para ellos, además de acoplarse a nuevas formas de trabajo muchas de ellas exigentes, por lo que requieren capacidades cognitivas desarrolladas, así como estrategias y hábitos de estudio que resulten eficaces (Najarro Vargas, 2020).

El interés de enfocarse en fomentar hábitos de estudio en alumnos universitarios tiene su raíz tanto en el contexto nacional como internacional, debido a los porcentajes altos de reprobación, lo que se convierte en un reto (Najarro, 2020) para las instituciones de educación superior. Con respecto al objetivo planteado en la presente investigación sobre comparar los hábitos de estudio entre alumnos universitarios de la UAZ y el IPZ Campus Zacatecas, se observa cómo la interpretación del currículum que hacen los docentes, la forma de abordar los programas de estudio y las estrategias de aprendizaje empleadas, tienen repercusión en los hábitos y disposición que tengan los estudiantes hacia el estudio, pues serían los factores observados al tratarse de universidades públicas pero con diferente contexto y perspectiva formativa.

Además, los buenos hábitos de estudio implican que el estudiante registre información, la ordene, se asesore, procure organizar sus tiempos de estudio, evitar distractores, aprovechar los recursos tecnológicos, obtendrá mejores resultados académicos (Najarro, 2020). La escuela debe insistir en ello, puesto que dichos hábitos pueden también ser perdidos, ampliados o recuperados, por lo que esta tarea implica encontrar rutas de motivación para los estudiantes (Rivas-Proañó & Román-Cao, 2024).

Los resultados de la investigación muestran que diferentes variables guardan relación con el aspecto socioemocional del estudiante, cuando pudiera pensarse en primera instancia, que la mayoría de los factores que inciden en fomentar hábitos de estudio tiene su origen en aspectos únicamente académicos, así queda constatado al resultar significativa las diferencias detectadas en la decepción que siente en el estudio (**ME4**), lo aburrido o desagradable que le puede resultar



al estudiante sus estudios(**ME7, EFE3 y EFE4**), los problemas personales como detonante de problemas académicos (**DE2**), o los nervios que provocan los exámenes (**PE5 o EFE2**).

Otro aspecto significativo fue la no diferenciación entre las muestras en los ítems de la dimensión tecnológica, la respuesta estaría en el contexto actual de cultura digital que en cierta forma unifica patrones de comportamiento, crea expresiones propias de interacción y establece canales de comunicación a través de la vinculación que existe entre el individuo y prácticamente todos los aspectos de su vida con los recursos tecnológicos, pues nos encontramos inmersos en un escenario de sociedades de la red o sociedades líquidas, donde hay un cambio abrupto y generalizado sobre las diferentes dimensiones que componen el entramado social consecuencia el uso de la tecnología (Quintero & López, 2022), en los adolescentes se hace aún más significativo este cambio de perspectiva de vida, mediado por el uso de los medios de información.

Con base en lo anterior, futuras líneas de investigación deben orientarse a determinar qué factores de corte socioemocional intervienen en el fomento de hábitos de estudio positivos, también definir los elementos que influyen en el desarrollo de estos hábitos y su incidencia para motivar o autogestionar el aprendizaje por parte de los estudiantes, que les garantice trayectorias académicas exitosas. Una limitación del estudio fue trabajar con muestras pequeñas, sin embargo, se puede ampliar el desarrollo de esta investigación a contextos más números que involucren a más estudiantes.

Otra limitante importante del presente estudio por tratarse de un estudio exploratorio, está en que en esta ocasión únicamente se detectaron diferencias y semejanzas en cuanto a los hábitos de estudio, faltaría profundizar en futuros trabajos sobre cuales aspectos dan prioridad a una Institución con respecto a la otra, para determinar en cuál de las dos instancias analizadas, existe mayor probabilidad de influir hábitos positivos de estudio en sus estudiantes,

La educación superior es una buena oportunidad para seguir fomentando hábitos de estudio positivos, que pueden ser la base para que el estudiante continúe aprendiendo a lo largo de la vida, la perseverancia provocará que los hábitos mejoren con el tiempo, la escuela debe buscar cómo involucrar a través de hábitos de estudio efectivos, a que el estudiante trabaje más en el desarrollo de competencias profesionales sólidas, pues el insistir en fomentar un hábitos siempre aumentará la probabilidad de tener éxito en la vida académica primeramente y enseguida en el desarrollo profesional.

Paulo Freire señala que “Enseñar no es transferir conocimiento, sino crear las posibilidades para su propia producción o construcción”, en este sentido es mucho lo que puede aportar para la formación de un estudiante, buenos hábitos de estudio.

AGRADECIMIENTOS

Se agradece a la Universidad Autónoma de Zacatecas y al Instituto Politécnico Nacional unidad Zacatecas por las facilidades prestadas para la elaboración del presente estudio.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Álvarez-Lacayo, E. E. (2024). Los distractores que influyen en el aprendizaje del curso de Ciencias Sociales y Formación Ciudadana en estudiantes de diversificado de Quetzaltenango, Guatemala. *Revista Científica Del Sistema De Estudios De Postgrado De La Universidad De San Carlos De Guatemala*, 7(1), 167–176.

<https://doi.org/10.36958/sep.v7i1.271>

Barrera E. H. M., Hidalgo V. Claudio J., Alulema P. N., Telenchana D. L. & Ninacuri T. R. (2023) Lectura y niveles de comprensión lectora en estudiantes universitarios LATAM *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*. 4(1) 3383-3394.

<https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.494>

Bentil, J. (2023). Study habits and academic performance among public junior high school students in the Ekumfi district: investigating the controlling effect of learning styles. *European Journal of Social Sciences Studies*.



<https://oapub.org/soc/index.php/EJSSS/article/view/1505/2082>

Campos Ramos, C. I., Gutiérrez Hernández, R. & Gutiérrez Hernández N. (2024) Planeación y espacios considerados para el estudio en estudiantes de nivel superior. En Jasso Velázquez, D. & Villagrán Rueda, S. (Coords.) Disertaciones en torno a la Nueva Escuela Mexicana en la Educación Media Superior. 95-106 México: Universidad Autónoma de Zacatecas y Colegio de Estudios Científicos y Tecnológicos del Estado de Zacatecas

Canto de Gante, A. G., Sosa González, W. E., Bautista Ortega, J., Escobar Castillo, J., & Santillán Fernandez, A., (2020). Escala de Likert: Una alternativa para elaborar e interpretar un instrumento de percepción social. Revista de Alta Tecnología y Sociedad, 12(1), 38-45.

https://www.researchgate.net/publication/361533522_Escala_de_Likert

[Una alternativa para elaborar e interpretar un instrumento de percepcion social](#)

Capdevila Seder, A. & Bellmunt Villalonga, H. (2016) Importancia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico del adolescente: diferencias por género Revista Educatio Siglo XXI (34)1 157-172 Servicio de publicaciones de la Universidad de Murcia (España)

<http://dx.doi.org/10.6018/j/253261>

Enríquez, M., Fajardo, M., Garzón, F. (2015). Una revisión general a los hábitos y técnicas de estudio en el ámbito universitario. Psicogente, 18(33), 166-187.

<http://doi.org/10.17081/psico.18.33.64>

Estrada Araoz, E. G. ., Farfán-Latorre, M. ., Lavilla-Condori, W. G. ., Quispe-Aquise, J. ., Lavilla-Condori, M. L. ., & Mamani-Roque, M. . (2024). Estrés académico y cansancio emocional en estudiantes universitarios: Un estudio transversal. Gaceta Médica De Caracas, 132(1). Recuperado a partir d

http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_gmc/article/view/27976

Gaibor Zurita, C. C. E., Sánchez Bonilla, A. M., Enríquez Jaya, B. M., Guajan Guevara, Y. G., & Bonilla-Jiménez, M. M. (2023). La comprensión lectora como fundamento del pensamiento crítico. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 7(2), 8756-8776.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i2.5985 (Gaibor Zurita, et al., 2023).



- García-Hernández, G. (2022). Caracterización de la cultura digital universitaria. [Tesis de Maestría, Universidad Autónoma de Baja California].
- García, M. C., & Navalgund, B. K. (2024). The correlation between international medical graduates' self-study habits and their United States Medical Licensing Examination (USMLE) Step 1 and Step 2 Clinical Knowledge (CK) scores. *Cureus*, 16(7), e63798.
<https://doi.org/10.7759/cureus.63798>
- Gil-García, D., Alemán-Ramos, P. F. & Martín-Quintan, J. C. (2024). Tecnología digital y ocio universitario: Explorando el acceso, uso y actitud de los estudiantes. *Revista Latinoamericana De Tecnología Educativa - RELATEC*, 22(2), 83-99
<https://doi.org/10.17398/1695-288X.22.2.83>
- Granda Asencio, L. Y., Ordoñez-Ocampos, B. P., & Aguirre-Labanda, J. E. (2023). Importancia de la comprensión lectora en las áreas básicas del aprendizaje. *Portal De La Ciencia*, 4(2), 256–269.
<https://doi.org/10.51247/pdlc.v4i2.365>
- George-Reyes, C. E., Ruiz-Ramírez, J. A., Glasserman-Morales, L. D. & Olarte Arias, Y. A. (2023) Hábitos de estudio desarrollados durante la complejidad digital en la pandemia: Investigación comparada entre estudiantes universitarios de México y Colombia. *Education in the Knowledge Society* (24)
<https://doi.org/10.14201/eks.31035>
- Godoy Mendoza, J. ., Saucedo Silva, R. ., Ochoa Meza, A. ., Vega Chávez, K. E. ., & Chávez García, B. L. . (2023). La toma de apuntes en los espacios discursivos, retóricos y conceptuales: Las aulas. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 4(1), 70–79.
<https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.224>
- Hernández García, J., Chávez Sánchez, H. del C., Chávez Sánchez, G., Parra García, R. R., & Espinosa Juárez, M. C. (2024). Manejo de la gestión del tiempo en estudiantes universitarios, percepción y herramientas: Management of time management in university students, perception and tools. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 5(4), 724 – 733.
<https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2288>



- Flores Tapia, C. E., y Flores Cevallos, K. L. (2021). Pruebas para comprobar la normalidad de datos en procesos productivos: Anderson-Darling, Ryan-Joiner, Shapiro-Wilk y Kolmogórov-Smirnov. *Societas*, 23(2), 83–106. Recuperado a partir de <https://matriculapre.up.ac.pa/index.php/societas/article/view/2302>
- Getu, A. W. (2024). The effectiveness of the "Predict-Explain-Enact-Observe-Reflect (PEEOR)" instructional strategy on conceptual understanding and motivation in motion and force topic. *Journal of Research in Social Science and Humanities*, 5(1). <https://doi.org/10.47679/jrssh.v5i1.81>
- Iaia, M., Vizzi, F., Carlino, M. V., Turi, M., Marinelli, C. V., & Angelelli, P. (2024). Specific learning disabilities and associated emotional-motivational profiles: A study in Italian university students. *Frontiers in Psychology*, 1365980. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1365980>
- Iza Amanta, A.G., Ponce Sánchez, D.L., Hidrobo Guzmán, S. M. & Lázaro Moreira, A. E. (2024) Hábitos de estudio: su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes de secundaria. *Revista Puce* 118 + <https://www.revistapuce.edu.ec/index.php/revpuce/article/view/538>
- Jereb, E., Jerebic, J. & Urh, M. (2023) Studying habits in higher education before and after the outbreak of the COVID-19 pandemic *Athens Journal of Education* (10)1 67-84 <https://doi.org/10.30958/aje.10-1-4>
- Jiménez-Reyes, A., Molina, L. & Lara, M. (2019) Asociación entre motivación y hábitos de estudio en educación superior *Revista de psicología y educación/Journal of psychology and education* (14)1 50-63 <https://doi.org/10.23923/rpye2019.01.171>
- Juárez Hernández, B., Sotres Ramos, D. A., & Matuszewski, A. (2001). Distribución exacta de la estadística prueba tipo Mann-Whitney-Wilcoxon bajo violaciones a los supuestos estándar, para distribuciones uniformes continuas. *Agrociencia*, 35(2), 223-235.



- Landabur , R. A., Betancourth , S., Tabares, Y. A., Diaz, E. P., Cuaspud , N. M., & Chaves, A. S. (2024). Relación entre Pensamiento Crítico y Estrategias de Disposición al Estudio en Universitarios. *Praxis & Saber*, 15(43), 1–16.
<https://doi.org/10.19053/uptc.22160159.v15.n43.2024.15793>
- La Serna-Solari, PB, Castillo-Cornock, TB, & Viera-Quijano, YG. (2023). Ansiedad, autoestima y hábitos de estudio en relación al rendimiento académico de estudiantes universitarios peruanos: contexto Covid-19. *Avances en Odontoestomatología*, 39(1), 2-8. Epub 29 de mayo de 2023. Recuperado en 22 de agosto de 2024, de
http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0213-12852023000100002&lng=es&tlng=es
- Matas, A. (2018). Diseño del formato de escalas tipo Likert: un estado de la cuestión. *Revista electrónica de investigación educativa*, 20(1), 38-47.
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-40412018000100038&lng=es&tlng=es .
- Montes Iturrizaga, I. (2012) Investigación longitudinal de los hábitos de estudio en una cohorte de alumnos universitarios *Revista Lasallista de investigación* (9)1 96-110 Antioquía, Colombia
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=69524955005>
- Montoya Suárez, O., (2007). Aplicación del análisis factorial a la investigación de mercados. Caso de estudio Scientia Et Technica, Universidad Tecnológica de Pereira Colombia35(2), 281-286,
- Mukherjee, S., & Pal, S. (2024). Study habit of higher secondary level students and its relation with their academic achievement. *IJFMR*, 6(4).
<https://doi.org/10.36948/ijfmr.2024.v06i04.24609>
- Nachar, N. (2008). The Mann-Whitney U: A test for assessing whether two independent samples come from the same distribution. *Tutorials in Quantitative Methods for Psychology*, 4(1), 13–20.
<https://doi.org/10.20982/tqmp.04.1.p013>
- Ntui, A. I., & Usang, E. I. (2014). Information and Communication Technology (ICT) usage and undergraduate students' study habits in universities in Cross River State, Nigeria. *Library Philosophy and Practice*.



- Nulley-Valdés, T. (2022). Leyendo Bourdieu en Casanova: teoría de campo, illusio y habitus. *Theory Now. Journal of Literature, Critique, and Thought*, 5(1), 7–29.
<https://doi.org/10.30827/tn.v5i1.22865>
- Ostaíza Chávez , M. D., & Loor Salmon , L. (2024). Los hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico. *ULEAM Bahía Magazine (UBM)* E-ISSN 2600-6006, 5(9), 62–68.
<https://doi.org/10.56124/ubm.v5i9.009>
- Otzen, Tamara, & Manterola, Carlos. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232.
<https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Oviedo, H. C. & Campo Arias, A. (2005). Aproximación al uso del coeficiente alfa de Cronbach. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(4), 572-580.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502005000400009&lng=en&tlng=es .
- Prada Nuñez, R, Aloiso, A y Avendaño Castro, W. (2020). Hábitos de estudio y ambiente escolar: determinantes del rendimiento académico en estudiantes de básica secundaria. *Espacios*.
- Quintero Moreno, L., & López Ornelas, M. (2022). Aproximación a la definición de cultura digital universitaria y las dimensiones que la constituyen. *Revista Conhecimento Online*, 1, 213–239.
<https://doi.org/10.25112/rco.v1.2875>
- Ramírez Ríos, A. & Polack Peña, A. M. (2020). Estadística inferencial. Elección de una prueba estadística no paramétrica en investigación científica. *Horizonte de la ciencia*, 10(19),191208.
<https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2020.19.597>
- Román Fuentes, Juan Carlos, Franco Gurría, Rafael Timoteo, & Román Julián, Rebeca. (2020). Diagnóstico sobre hábitos de estudio en universitarios de nuevo ingreso como herramienta para identificar oportunidades de mejora. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 11(21),
<https://doi.org/10.23913/ride.v11i21.692>



Sáez-Delgado, Fabiola M., Díaz-Mujica, Alejandro E., Bustos, Claudio E., & Pérez-Villalobos, María V.. (2020). Impacto de un programa intracurricular sobre la disposición al estudio en universitarios. *Formación universitaria*, 13(4), 101-110.

<https://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062020000400101>

Salamea, R., & Cedillo, L. (2023). Hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje en estudiantes universitarios. *INNOVA Research Journal*, 6(3.1), 94-113.

Salazar, M. (2020). Escenarios de conversación y aprendizaje. *Cultura educación y sociedad*, 11(1), 219-234.

<https://doi.org/10.17981/cultedusoc.11.1.2020.16>

Salinas Padilla, H. A., Díaz Perera, J. J., Álvarez Amezcu, C. D., Saucedo Fernández, M. (2022). Hábitos de estudio, motivación y estrés estudiantil en ambientes virtuales de aprendizaje. 11(1). 392-409.

<https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/1650>

Sánchez-Vera, M. d. M. & Prendes-Espinosa, M. P. (2015) Beyond objective testing and peer assessment: alternative ways of assessment in MOOCs. *Int J Educ Technol High Educ* 12, 119–130 (2015).

<https://doi.org/10.7238/rusc.v12i1.2262>

Sarker, B. K., Gain, N., Saha, S. K., Mondal, N. B., & Ifte, I. (2024). A quantitative research of learning habits of secondary school students: An observational study in Dhaka Division. *Journal of Social, Humanity, and Education*, 4(2), 117- 127.

<https://doi.org/10.35912/jshe.v4i2.1677>

Study Habit of Higher Secondary Level Students and its Relation with their Academic Achievement - Subhasis Mukherjee, Sujit Pal - *IJFMR* Volume 6, Issue 4, July-August 2024. DOI 10.36948/ijfmr.2024.v06i04.24609

Sulistyaningsih, Sulistyaningsih & Rahmawati, Vebriary. (2019). The Implementation of 21st Century Skills as the New Learning Paradigm to the Result of Student's Career and Life Skills. *JournEEL* (Journal of English Education and Literature). 1. 1-10. 10.51836/journeel.v1i1.37



- Syukur, Y., Afdal, A., Fikri, M., Zahri, T. N., & Anggraini, O. K. (2025). Examining the impact of learning motivation, desire to work, and curiosity of students in the post-COVID-19 pandemic era. *Journal of Education and Learning*, 19(1).
<https://doi.org/10.11591/edulearn.v19i1.21352>
- Terry Advíncula, S. G. & Tucto Aguirre, S. D. (2021) Hábitos de estudio y aprendizaje autorregulado en estudiantes universitarios. *Revista Educa-UMCH* (17) 133-146
<https://doi.org/10.35756/educaumch.202117.167>
- Torres Narváez, M., Tolosa Guzmán, I., Urrea González, C., & Monsalve Robayo, A. (2009). Inventario de hábitos de estudio en una clase para toma de decisiones de estudiantes de fisioterapia. *Revista Ciencias de la Salud*, 7(3), 57-68.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56216306006>
- Veiga de Cabo, Jorge, Fuente Díez, Elena de la, & Zimmermann Verdejo, Marta. (2008). Modelos de estudios en investigación aplicada: conceptos y criterios para el diseño. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 54(210), 81-88.
http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2008000100011&lng=es&tlng=es
- Verplanken, B., & Orbell, S. (2006). Reflections on Past Behavior: A Self-Report Index of Habit Strength1. *Journal of Applied Social Psychology*, 33(6), 1313–1330
<https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2003.tb01951.x>
- Vidal, D. & Manríquez, L. (2016). El docente como mediador de la comprensión lectora en universitarios. *Revista de la Educación Superior*, 15(177), 95-118.
<http://publicaciones.anuies.mx/revista/177/3/4/es/el-docente-como-mediador-de-lacompreension-lectora-en-universitarios>
- Zambrano-Contrera, Ángel. (2023). Curriculum y aulas activas. *Revista Científica De Innovación Educativa Y Sociedad Actual "ALCON"*, 3(6), 2–6.
<https://soeici.org/index.php/alcon/article/view/25>



Tabla1: Hábitos de estudio,

Dimensión	No. de preguntas.	Características
Generales (G).	10	Preguntas de corte general para conocer las características de los encuestados: semestre, edad, sexo, nivel socioeconómico, etcétera.
Distribución del tiempo (DT).	9	Cómo los estudiantes organizan su tiempo en actividades de estudio.
Motivación para el estudio (ME).	10	Elementos de motivación para el estudio.
Distractores durante el estudio (DE).	12	Distractores que afectan las tareas de estudio en los estudiantes.
Toma de apuntes en clase (NC).	10	Cómo toman notas en clase los encuestados.
Optimización de la lectura (OL).	10	Técnicas utilizadas por los estudiantes para favorecer la lectura y comprensión de los textos revisados.
Como preparar un examen (PE).	10	Cómo preparan los estudiantes sus exámenes.
Actitudes y conductas frente al estudio. (AC).	10	Comportamientos y actitudes de los estudiantes frente a sus actividades de estudio.
Tecnología (T).	10	Apoyo de la tecnología en actividades de estudio.
Emociones frente al estudio. (E).	10	Aspectos socioemocionales que tienen su repercusión en los hábitos de estudio en los estudiantes.

Tabla 2: Alpha de Cronbach

Alfa de Cronbach	N de elementos
.871	91



Tabla 3: Variables con semejanza al aplicar prueba de U de Mann-Whitney

Variables	Nivel de significancia
DT3 Dedico tiempo extra clase a mis tareas escolares.	.532
DT4 Organizo mis horarios de estudio en cada evaluación parcial.	.114
DT6 Sigo mi programa de estudio acorde a lo planeado.	.466
DT7 Uso mi tiempo en tareas productivas	.801
DT8 Llevo un registro del tiempo que invierto en estudiar.	.376
DT9 Elaboro un plan de actividades diarias.	.992
ME2 Me gusta participar en actividades relacionadas con el estudio.	.254
ME5 El ambiente de la escuela es propicio para estudiar.	.911
ME6 Dudo cuando tengo que decidir algo con respecto a mis estudios.	.122
ME8 Me gusta estudiar y siempre estoy dispuesto a hacerlo.	.070
DE1 Donde estudio hay ruidos o personas que me distraen.	.907
DE3 Cuando estudio me distraigo con otras cosas o temas.	.188
DE4 Donde estudio me distraigo con aparatos electrónicos, internet, amistades, novio(a) etc.	.153
DE5 Donde estudio tengo muchos distractores.	.559
DE7 Tengo un área ventilada, iluminada y ordenada para estudiar.	.954
DE8 Busco información en bibliotecas y/o fuentes de internet.	.985
DE9 Escucho música cuando estudio.	.057
DE10 Tengo a mi alcance todos los materiales que necesito para estudiar.	.842
DE11 Cuando estudio me distraigo con facilidad.	.382
DE12 Cuento con lugar adecuado para estudiar.	.671
NC2 Uso abreviaturas y símbolos para escribir más rápido.	.658

NC4 Pongo atención en clases.	.085
NC5 Tengo todos los materiales necesarios en mis clases.	.411
NC7 Saco copias de los apuntes de mis compañeros.	.109
NC8 Mis apuntes están limpios, ordenados y entendibles.	.079
NC9 Repaso mis apuntes de clases anteriores.	.102
NC10 Utilizo mis propias palabras para elaborar mis apuntes.	.102
OL2 Subrayo lo que me parece interesante de lo que leo.	.451
OL3 Exploro un libro antes de leerlo.	.081
OL4 Repaso en voz alta y sin ver en el libro lo que estoy estudiando.	.925
OL5 Leo cuando estoy cansado.	.872
OL6 Hago diagramas, cuadros, mapas, etc., para resumir lo que leo.	.964
OL8 Consulto en el diccionario o internet las palabras que no entiendo.	.850
OL9 Me hago preguntas de las lecturas que realizo.	.165
OL10 Elaboro resúmenes con mis propias palabras de mis libros de estudio.	.753
PE1 Al responder un examen distribuyo el tiempo con el número de preguntas que consta la prueba.	.728
PE2 Señalo de forma clara las respuestas del examen.	.792
PE3 En un examen leo varias veces antes de contestar.	.447
PE7 Reviso mis respuestas en un examen antes de entregarlo.	.266
PE8 Escribo con claridad en los exámenes.	.573
PE10 Preparo con anticipación mis exámenes.	.556
AC1 Falto a clases.	.968
AC3 Aclaro mis dudas con el profesor.	.202



AC4 Tengo una actitud positiva con mis compañeros y maestros.	.660
AC5 Cumpló con mis tareas y actividades extra clase.	.985
AC7 Me quedo con dudas sobre la clase del profesor.	.234
AC8 Estudio diariamente en mis apuntes de clases.	.052
AC9 En clases platico con mis compañeros de temas ajenos a la clase.	.987
T1 Prefiero usar el internet que algún libro para estudiar.	.420
T2 Me gusta más estar en las redes sociales que estudiando.	.256
T3 Las redes sociales me quitan horas de estudio.	.457
T4 Dispongo de una computadora o teléfono celular para estudiar.	.228
T5 El internet me facilita el estudio.	.704
T6 La tecnología me permite organizar mejor mis estudios.	.154
T7 A través de redes sociales resuelvo dudas de los temas que no entiendo.	.233
T8 A través de las redes sociales, estudio con otros compañeros.	.420
T9 El uso de internet me permite tener mejores calificaciones.	.925
T10 Si no abusara del uso de internet tendría mejores calificaciones.	.358
EFE5 Mis calificaciones me producen sensaciones desagradables.	.060
EFE7 El ambiente de la escuela me genera sensaciones desagradables.	.787
EFE8 El ambiente de la escuela me genera sensaciones agradables.	.142
EFE9 Los maestros me dan confianza en mis estudios.	.410
P>.05 No existen diferencias entre las variables comparadas al aplicar la prueba estadística.	

Tabla 4: Variables con diferencias al aplicar prueba de U de Mann-Withney

Variables	Nivel de significancia
DT1 Al organizar mi tiempo de estudio considero todas mis materias.	.006
DT2 Planeo mis actividades de estudio.	.044
DT5 Comienzo y termino mis actividades escolares de manera puntual.	.007



ME1 Culpo a otras personas de mis fracasos en la escuela.	.014
ME3 Lo que más me gusta es estudiar.	.007
ME4 Me siento decepcionado como estudiante.	.007
ME7 Considero que estudiar es aburrido y desagradable.	.034
ME9 Tengo una meta en cuanto a las calificaciones que deseo obtener.	.013
ME10 Cuando estudio me da sueño y me siento muy cansado.	.001
DE2 Mis problemas personales afectan mis estudios.	.022
DE6 Busco apuntes o libros en el tiempo que debo estudiar.	.023
NC1 Tomo apuntes en clase.	.020
NC3 Anoto textualmente fórmulas, leyes, principios, reglas, etc., presentadas en clase por el profesor.	.025
NC6 Tomo nota de los ejemplos que elabora el maestro en clase.	.015
OL1 Soy crítico con lo que leo y saco mis propias conclusiones.	.041
OL7 Tengo dificultad para comprender lo que leo.	.050
PE4 Confío en lo que estudié antes de contestar un examen.	.001
PE5 Me siento nervioso antes de un examen.	.005
PE6 Duermo bien antes de un examen.	.000
PE9 Respondo de forma precisa las preguntas de mis exámenes.	.016
AC2 Me junto con compañeros que no tienen buenas calificaciones.	.031
AC6 Investigo por mi cuenta sobre los temas de mis materias.	.030
AC10 Asisto de forma puntual a cada una de mis clases.	.003
EFE1 Mis estudios me generan angustia.	.013
EFE2 Los exámenes me causan ansiedad o me ponen nervioso.	.000
EFE3 Estudiar me produce sensaciones desagradables.	.003
EFE4 Estudiar me produce sensaciones agradables.	.003
EFE6 Mis calificaciones me producen sensaciones agradables.	.000
EFE10 Los docentes me estresan o me dan temor.	.008

P<.05 Existen diferencias entre las variables comparadas al aplicar la prueba estadística.

