



Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), enero-febrero 2026,
Volumen 10, Número 1.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v10i1

**PROCESOS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE:
LA METACOGNICIÓN Y LOS ESTILOS
DE APRENDIZAJE**

**TEACHING-LEARNING PROCESS:
METACOGNITION AND LEARNING STYLES**

Silvia Brenda Embleton Sánchez
Universidad Autónoma de Sinaloa, México

Procesos de Enseñanza-Aprendizaje: La Metacognición y los Estilos de Aprendizaje

Silvia Brenda Embleton Sánchez¹

silviabrenda.es@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-9045-5687>

Facultad de Psicología Mazatlán

Universidad Autónoma de Sinaloa

Mazatlán, Sinaloa- México

RESUMEN

En los procesos de enseñanza y aprendizaje, la metacognición y los estilos de aprendizaje juegan un papel crucial, ya que son uno de los pilares que podrían llegar a marcar un avance o un estancamiento en un aprendizaje. La investigación es de tipo cualitativa y se empleó la técnica de la investigación documental; el objetivo de la investigación fue conocer y analizar la metacognición y los estilos de aprendizaje, se realizó una revisión de distintas bases de datos para la consulta de distintas fuentes de información (dentro de las que se encuentran artículos, capítulos de libros y libros) que su año de publicación oscilará entre 2020-2025. Dentro de los resultados se encuentran que analizar los procesos de enseñanza y aprendizaje desde la metacognición y los estilos de aprendizaje abre un panorama en la educación para hacer adecuaciones o actualizaciones (o ambos) en las didácticas y estrategias de aprendizaje para hacer un aprendizaje significativo y autónomo.

Palabras clave: metacognición, estilos de aprendizaje, educación; aprendizaje, estrategias de aprendizaje

¹ Autor principal

Correspondencia: silviabrenda.es@gmail.com

Teaching-Learning Process: Metacognition and Learning Styles

ABSTRACT

In teaching and learning processes, metacognition and learning styles play a crucial role, as they are one of the pillars that could mark progress or stagnation in learning. The research is qualitative and the technique of documentary research was used; the objective of the research was to know and analyze metacognition and learning styles, a review of different databases was carried out for the consultation of different sources of information (among which are articles, book chapters and books) that its year of publication will range between 2020-2025. Among the results are that analyzing the teaching and learning processes from metacognition and learning styles opens a panorama in education to make adjustments or updates (or both) in didactics and learning strategies to make meaningful and autonomous learning.

Keywords: metacognition, learning styles, education, learning, learning strategies

*Artículo recibido 02 febrero 2026
Aceptado para publicación: 27 febrero 2026*



INTRODUCCIÓN

En los procesos de enseñanza y aprendizaje, la metacognición y los estilos de aprendizaje juegan un papel crucial, ya que son uno de los pilares que podrían llegar a marcar un avance o un estancamiento en un aprendizaje; de acuerdo con Embleton Sánchez, S. B. (2023, citando a Sánchez Cerezo, S., et al., 2003) los procesos de aprendizaje son “un proceso mediante el cual un sujeto adquiere destrezas, habilidades prácticas, incorporando todo el conocimiento previo al anterior y adopta nuevas estrategias de conocimiento y/o acción (p.16)” (p. 1379). Dentro de los procesos de aprendizaje, se encuentran los elementos básicos para que esto ocurra, con base en Embleton Sánchez, S. B. (2023, citando Gearheart, Bill R.,1996, que retoma a Gagné) “los elementos básicos del fenómeno del aprendizaje son: 1) el alumno, 2) la situación estímulo (el fenómeno o los fenómenos que estimulan los sentidos del alumno), y 3) la respuesta (la acción resultante de la estimulación) (p.50)” (p. 1379). Durante este proceso los estudiantes aprenden nuevos aprendizajes o reafirman el conocimiento previo, pero dependerá conforme a la disposición que presente el estudiante durante el periodo de enseñanza y aprendizaje, y a su vez, del proceso de adaptación mental con el que se procese la información nueva o previa con la finalidad de que la información o conocimiento sea significativo en la medida que es asimilado, ya que “El proceso de adaptación mental, tiene 3 elementos que son “asimilación de la experiencia a la mente, la acomodación de la mente a la nueva experiencia y estados de equilibrio de adaptación progresivamente más estables (p. 102)” (Embleton Sánchez, S. B. (2023, citando a Richmond, P. G.,1984, p. 1379).

Dentro de los procesos de aprendizaje, se encuentra el aprendizaje autorregulado, de acuerdo con Gutiérrez de Blume, A. P. y Montoya Londoño, D. M. (2021, p.2):

Boekaerts (1999) propuso un modelo de Aprendizaje Autorregulado (AA) de tres capas, que incluye: 1) regulación de la autoelección de objetivos y recursos; 2) monitoreo de los métodos de procesamiento (es decir, el uso de conocimientos y habilidades metacognitivas para dirigir el aprendizaje); y 3) regulación de los modos de procesamiento (es decir, la elección de estrategias cognitivas).

Esto se complementa con Nelson y Narens (1990, citados en Gutiérrez de Blume, A. P. y Montoya Londoño, D. M., 2021, p.3):



Propusieron un modelo de metacognición de dos procesos históricamente importantes que diferencian entre el nivel objeto (donde operan los procesos cognitivos) y el nivel meta (donde operan los procesos metacognitivos de naturaleza ejecutiva).

Así desde este modelo se establecen diferencias entre procesos cognitivos a nivel de objeto y actividades metacognitivas a nivel de meta. Este modelo postula un proceso de monitoreo que vincula la información en el nivel del objeto con los procesos de control autorreguladores en un nivel superior meta. La información obtenida mediante un monitoreo preciso se puede utilizar en el nivel meta para regular el aprendizaje posterior a nivel del objeto a través de procesos de control ejecutivo.

La metacognición

Dentro de las concepciones de la metacognición, de acuerdo con Torregrosa, A., Deulofeu, J. y Albarracín, L. (2020, p. 43):

Dentro del concepto de metacognición, Flavell (1979) diferenció dos categorías: el conocimiento de la cognición y la regulación de la cognición. Cuando hablamos de conocimiento sobre la cognición nos referimos al conocimiento que tiene una persona de sus capacidades cognitivas.

Callahan (1987) y Clarke (1989) como aquellas decisiones que uno toma para:

- Regular: Tomar consciencia de las decisiones necesarias para planificar y usar los procesos de resolución.
- Tomar consciencia: Monitorear dichas acciones atendiendo a su efectividad en términos de estrategias.
- Evaluar: Valorar la situación y evaluar la solución.

Es decir dentro de la metacognición en el aprendizaje, se encuentra un aprendizaje en donde ya se asimilo un conocimiento previo y nuevo, en donde se toma conciencia del aprendizaje, esto se complementa con Gusmão, T. y Font, V. (2022, p. 171):

La metacognición en la acepción de procesos u operaciones cognitivas suele ser interpretada como mecanismo autorregulatorio, autorregulación de la conducta, conocimiento procedimental o simplemente regulación. Pero sobre todo esta acepción se refiere a los procesos de supervisión y regulación que ejercemos sobre nuestra propia actividad cognitiva.



De acuerdo con Sánchez Cruzado, C. y Sánchez Compañía, M. T. (2020, p. 125):

En la metacognición se pueden destacar tres aspectos básicos, el conocimiento y conciencia de sí mismo y de los propósitos de aprendizaje, conocimiento sobre estrategias para resolver situaciones propuestas, y la autorregulación (Brown & Baker, 1984).

La autorregulación implica entonces un conocimiento propio, y del proceso de aprendizaje personal. Es decir, el discente selecciona de forma consciente su estrategia de aprendizaje, y de forma autónoma, es capaz de transferir procesos y habilidades a otros contextos o situaciones que tengan elementos comunes.

Esto se complementa con Gusmão, T. y Font, V. (2022, p. 172):

Con base en los estudios de Flavell, se diferencian las estrategias cognitivas de las metacognitivas: las estrategias son cognitivas cuando son empleadas para hacer progresar la actividad cognitiva hacia una meta, y son metacognitivas cuando su función es supervisar ese progreso. Las estrategias metacognitivas “hacen que el sujeto lleve a la conciencia su propio proceso de aprendizaje, teniendo en cuenta sus propias características como aprendiz” (Jiménez y Puente, 2014). Considerado un conocimiento de nivel superior, la metacognición es necesaria para “llegar a ser un aprendiz eficaz” (Jiménez y Puente, 2014).

Los estilos de aprendizaje

Dentro de los procesos de enseñanza y aprendizaje, los estilos de aprendizaje juegan un papel crucial dado que es lo que le permitirá a los individuos conocer su autorregulación a la hora de conseguir un aprendizaje nuevo o tener un aprendizaje significado, de acuerdo con Esteves Fajardo, Z., Chenet Zuta, M. E., Pibaque Ponce, M. S. y Chávez Rocha, M. L. (2020) “Londoño y Calvache (2010) es importante considerar que como “cada uno de los estudiantes es un mundo individual y que el estudiante, en su tipología suigéneris (activo, reflexivo, teórico, pragmático), en su estilo (visual, auditivo, kinestésico).” (p.228). En cada individuo predomina uno o más de los estilos de aprendizaje a la hora de adquirir conocimiento, ejemplo de esto es cuando un estudiante es más visual cuando explica una temática quiere enseñar por medio de imágenes o texto que se pueda proyectar o escribir para poder ejemplificar lo que quiere expresar, sin embargo, no significa que por el hecho de que el individuo inicialmente se



acostumbro a todo visual, o auditivo o kinestésico, con el paso del tiempo no pueda ir aprendiendo los diferentes estilos de aprendizaje.

Esto se complementa con Alvis-Arrieta, J., Arellano-Cartagena, W.; Muñiz-Olite, J. (2023, p. 5):

En ese contexto, se reconocen cuatro (4) estilos de aprendizaje: activo, reflexivo, teórico y pragmático.

En el estilo activo las personas se caracterizan por ser: animadoras, improvisadoras, descubridoras, arriesgadas y espontáneas.

Por su parte, en el estilo reflexivo las personas muestran las siguientes conductas: ponderadas, concienzudas, receptivas analíticas y exhaustivas.

Así mismo, las personas desde el estilo teórico presentan conductas caracterizadas por ser metódicas, lógicas, objetivas, críticas y estructuradas.

Y el estilo pragmático, cuyas personas muestran las siguientes conductas cuando aprenden: experimentadoras, prácticas, directas, eficaces y realistas (Alonso et al., 2012).

Esto se complementa con Sánchez Cruzado, C. y Sánchez Compañía, M. T. (2020) “El alumnado que alcanza la consciencia de sus habilidades metacognitivas, tiene mayor capacidad de aprendizaje, consiguiendo mayor eficiencia en el mismo, con lo que obtiene resultados académicos más favorables.” (p. 126).

Las estrategias de aprendizaje juegan un papel dentro de los estilos de aprendizaje para lograr una metacognición, siempre y cuando la persona (estudiante) sea consciente de su tipo o estilo de aprendizaje que le favorezca a la hora de su autorregulación en el aprendizaje (para adquirir nuevos conocimientos o lograr un aprendizaje significativo), dentro las estrategias de aprendizaje se encuentran los esquemas, mapas conceptuales, mapas de caja, entre otros, que les permita estructurar la información. De acuerdo con Sánchez Cruzado, C. y Sánchez Compañía, M. T. (2020, p. 126):

El entorno virtual, amplía las posibilidades de adaptación personalizada a los distintos ritmos de aprendizaje, permitiendo diseñar un compendio de tareas apropiadas al nivel de conocimiento, hasta llegar a la metacognición, que facilita el control y monitorización para una adecuada autorregulación (Osses & Jaramillo, 2008).



METODOLOGÍA

La investigación es de tipo cualitativa y se empleó la técnica de la investigación documental; el objetivo de la investigación fue conocer y analizar la metacognición y los estilos de aprendizaje. Se dividió en dos fases el procesos de la investigación, en la primera fase se realizó una revisión de distintas bases de datos para la consulta de distintas fuentes de información (dentro de las que se encuentran artículos, capítulos de libros y libros) que su año de publicación oscilará entre 2020-2025; en la segunda fase con los documentos recolectados se realizó un análisis de la información mediante el empleo del programa Atlas.ti (es un software para análisis de datos cualitativos), en dicho programa se realizó el análisis de las palabras claves “metacognición”, “estilos de aprendizaje”, “ educación”, “aprendizaje” y “estrategias de aprendizaje”.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Dentro de los resultados se encuentran que analizar los procesos de enseñanza y aprendizaje desde la metacognición y los estilos de aprendizaje abre un panorama en la educación para hacer adecuaciones o actualizaciones (o ambos) en las didácticas y estrategias de aprendizaje para hacer un aprendizaje significativo y autónomo.

Dentro los resultados para la discusión se requiere que futuras investigaciones continúen con el análisis de los procesos de enseñanza y aprendizaje desde la metacognición y los estilos de aprendizaje pero desde una investigación de tipo mixta (cualitativa y cuantitativa) con la finalidad de indagar más a profundidad la relación de la metacognición y los estilos de aprendizaje en cada una de las etapas escolares (es decir etapa de preescolar, primaria, secundaria, preparatoria, universidad e incluso en los posgrados), a su vez, detallar más que estrategias de aprendizaje son más idóneos en cada una de las etapas para lograr las habilidades metacognitivas en el aprendizaje autorregulado.

CONCLUSIONES

Dentro de las conclusiones con base en los distintos tratadistas que se consultaron en las distintas bases de datos para la consulta de distintas fuentes de información (dentro de las que se encuentran artículos, capítulos de libros y libros) que su año de publicación oscilará entre 2020-2025, se encuentra que entre los tipos de aprendizaje se encuentran los pragmáticos, reflexivos, activos y teóricos, y entre los estilos de aprendizaje se encuentra lo kinestésico, visual y auditivo, y a su vez, de acuerdo con Sánchez



Cruzado, C. y Sánchez Compañía, M. T. (2020) “El alumnado que alcanza la consciencia de sus habilidades metacognitivas, tiene mayor capacidad de aprendizaje, consiguiendo mayor eficiencia en el mismo, con lo que obtiene resultados académicos más favorables.” (p. 126).

Las estrategias de aprendizaje juegan un papel dentro de los estilos de aprendizaje para lograr una metacognición, siempre y cuando la persona (estudiante) sea consciente de su tipo o estilo de aprendizaje que le favorezca a la hora de su autorregulación en el aprendizaje (para adquirir nuevos conocimientos o lograr un aprendizaje significativo), dentro las estrategias de aprendizaje se encuentran los esquemas, mapas conceptuales, mapas de caja, entre otros, que les permita estructurar la información.

De acuerdo con Sánchez Cruzado, C. y Sánchez Compañía, M. T. (2020, p. 126):

El entorno virtual, amplía las posibilidades de adaptación personalizada a los distintos ritmos de aprendizaje, permitiendo diseñar un compendio de tareas apropiadas al nivel de conocimiento, hasta llegar a la metacognición, que facilita el control y monitorización para una adecuada autorregulación (Osses & Jaramillo, 2008).

Todo esto con la finalidad de que le favorezca a la hora de su autorregulación en el aprendizaje (para adquirir nuevos conocimientos o lograr un aprendizaje significativo), dentro las estrategias de aprendizaje se encuentran los esquemas, mapas conceptuales, mapas de caja, entre otros, que le permitan al estudiante estructurar la información para tener una autorregulación en el aprendizaje.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Alvis-Arrieta, Jorge; Arellano-Cartagena, William; Muñiz-Olite, Jorge (2023). Estilos de aprendizaje, género y rendimiento académico en estudiantes del curso Fundamentos de Economía. *Revista Electrónica Educare*, 27(1), 1-17.

Barría Jeréz, Verónica Ariela; Martínez Sierra, Ricel; Robledo Nakagawa, Hernán (2022). Estilos de aprendizaje y metacognición en la Práctica Profesional. *Praxis & Saber*, 13(35), e204.

De Dios Alija, T. (2020) Transformación de un modelo educativo a través de la formación y las comunidades docentes de aprendizaje. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 34(2), 61-78.



- Embleton Sánchez, S. B. (2023). Análisis de la Metacognición. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 512-520. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.4410
- Embleton Sánchez, S. B. (2023). Los procesos de aprendizaje y el papel de las TIC en la educación antes y durante el COVID-19. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 4(1), 1376–1384. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.345>
- Esteves Fajardo, Z., Chenet Zuta, M. E., Pibaque Ponce, M. S. y Chávez Rocha, M. L. (2020) Estilos de aprendizaje para la superdotación en el talento humano de estudiantes universitarios. *Revista de Ciencias Sociales (Ve)*, XXVI(2), 225-234.
- Giraldo Gaviria, D. M., Caro Lopera, M. Á. (2022). Alfabetización académica una alternativa para repensar la formación inicial docente en las escuelas normales superiores de Colombia. *Zona Próxima*, 37, 53-79.
- Gusmão, T. y Font, V. (2022). Análisis metacognitivo de un aula de matemática sobre medida de superficies. *Revista Latinoamericana de Investigación en Matemática Educativa* 25(2), 169-196. <https://doi.org/10.12802/relime.22.2522>.
- Gutiérrez de Blume, A. P. y Montoya Londoño, D. M. (2021). Validación y examen de la estructura factorial del Metacognitive Awareness Inventory (MAI) en español con una muestra colombiana de estudiantes universitarios *Psicogente*, 24 (46), 58-81
- Pozo Alvarez, D.S. y Valverde Gavilanes, Á. P. (2024) Juegos serios para la enseñanza- aprendizaje en educación ambiental. *Revista apertura*, 16(2), 66-79.
- Sánchez Cruzado, C. y Sánchez Compañía, M. T. (2020) El modelo flipped classroom, una forma de promover la autorregulación y la metacognición en el desarrollo de la educación estadística, 34(2), 121-142.
- Torregrosa, A., Deulofeu, J. y Albarracín, L. (2020) Caracterización de procesos metacognitivos en la resolución de problemas de numeración y patrones matemáticos. *Educación matemática*, 32(3), 39-67.

