

## **Técnicas y Hábitos de estudio utilizados por los alumnos de primer año de Licenciatura en Ciencias de la Educación, Especialidad en Idioma Inglés de la Universidad Católica de El Salvador, Facultad Multidisciplinaria de Ilobasco durante el ciclo I-2015**

**William Edgardo Ayala**

Máster en Asesoría Educativa

Docente investigador, Facultad Multidisciplinaria de Ilobasco, Cabañas

Universidad Católica de El Salvador, El Salvador

william.ayala@catolica.edu.sv

Fecha de recepción: 22-11-2015 / Fecha de aceptación: 18-12-2015

---

### **Resumen**

El proceso de enseñanza aprendizaje es un proceso que requiere de la planificación del docente para enseñar; y también de la planificación del alumno sobre la manera de cómo estudiar. Esta investigación buscó determinar cuáles son las técnicas y los hábitos de estudio de los alumnos de primer año de licenciatura en Ciencias de la Educación especialidad en Idioma Inglés de la Universidad Católica de El Salvador, Facultad Multidisciplinaria de Ilobasco, durante el ciclo I-2015.

Para el estudio se utilizó la técnica de la entrevista escrita que permitió recabar información desde el punto de vista de alumnos; también se utilizó el grupo focal y la observación de clases, obteniéndose un mayor acercamiento a los alumnos para así determinar, finalmente, la aplicación de las técnicas y los hábitos de estudio.

Los resultados muestran que el 48.5% de los alumnos tienen un lugar específico de estudio, y que un 73% de alumnos utilizan la técnica del subrayado como herramienta de aprendizaje.

**Palabras clave:** hábitos de estudio, técnicas de estudio, condiciones, lugar de estudio

### **Abstract**

Teaching-learning process is a procedure that requires teacher planning in order to teach as well as student planning focusing on how to properly study. This research sought to determine which the techniques and study habits of freshmen of the major Bachelor in education specialization in English of Catholic University of El Salvador, Multidisciplinary Faculty of Ilobasco, during semester I – 2015 are.

For the study, there was used as technique the written interview that allowed gathering information from students` point of view. Also there was used the focus group and class observation, getting a greater approach to the students in order to determine, lastly, the application of techniques and study habits.

The results show that the 48.5% of students have a specific place where they can study appropriately, and that the 73% of the students use the technique of underlining as a tool of learning.

**Key words:** study habits, study techniques, conditions, place of study

## 1. Introducción

La Universidad Católica de El Salvador, Facultad Multidisciplinaria de Ilobasco, con sede en Cabañas, recibe año con año a alumnos de nuevo ingreso en las diferentes carreras que imparte; estos alumnos ingresan a un nivel diferente de estudio. Al iniciar la carrera, los alumnos de Licenciatura en Ciencias de la Educación Especialidad en Idioma Inglés cursan cinco asignaturas en las que se requieren realizar diferentes actividades de evaluación.

Ante la realización de dichas actividades, muy pocas veces se pone especial atención a la forma en que el alumno estudia y las técnicas que utiliza, que sin lugar a dudas son fundamentales en el aprendizaje.

### **Nociones generales sobre hábitos y técnicas de estudios**

Al hablar de la enseñanza es importante tomar como referencia la estrecha relación que, a lo largo del tiempo, ha existido entre los hábitos y las técnicas de estudio; siendo estos muchas veces algo fundamental que determina el éxito académico. Es decir, que lo que determina el buen desempeño del alumno será el tiempo, forma y empeño que dedica al estudio.

Es por ello que, mientras avanza la educación escolar se van incorporando de manera no sistemática diversos hábitos y técnicas de estudio en los aprendices. Técnicas y hábitos que deberían ser controlados y orientados con la finalidad que, cuando inicien la universidad

no se les dificulte, ya que es donde se ve más contenido y hay mayor exigencia.

Para continuar, se toma de referencia la definición de hábito según Perrenoud (s.f.): «conjunto de las costumbres y las maneras de percibir, sentir, juzgar, decidir y pensar». Siguiendo la definición de hábito antes mencionada, al hablar de hábitos de estudio se hace referencia a todas las conductas que los estudiantes hacen con regularidad en la adquisición de nuevos aprendizajes. Esto indica un primer elemento importante con respecto al deseo interior que presentan los alumnos para estudiar. Ello aparece entonces como un dato elemental: la preparación mental para realizar con provecho y entusiasmo su estudio.

Sin lugar a dudas,

Los hábitos son factores poderosos en la vida de las personas. Dado que se trata de pautas consistentes, a menudo inconscientes, de modo constante y cotidiano expresan el carácter y generan nuestra efectividad o ineffectividad. El hábito requiere de tres elementos para ponerlo en acción: a) el conocimiento, b) las capacidades y c) el deseo (Covey, 2009). Autores como Bajwa, Gujjar, Shaheen y Ramzan (2011) mencionan que un estudiante no puede usar habilidades de estudio eficaces, hasta que no está teniendo buenos hábitos y argumentan que un individuo aprende con mayor rapidez y profundidad que otras personas debido

a sus acertados hábitos de estudio. Además, reiteran que el estudiar de forma eficaz y eficiente consiste más que en la memorización de hechos, en saber dónde y cómo obtener la información importante y la capacidad de hacer uso inteligente de la misma. Al igual que cualquier otra actividad la habilidad y la dedicación son los puntos claves para el aprendizaje (Hernández Herrera, 2012).

Para tener un hábito hay que tener una técnica, que según la Real Academia Española técnica es el «conjunto de procedimientos y recursos de que se sirve una ciencia o un arte»; también es la habilidad para ejecutar cualquier cosa, o para conseguir algo.

### **Hábitos de estudio**

Para desglosar los hábitos de estudio, que ya anteriormente se ha definido, se realizará en dos grandes áreas:

#### **a. Condiciones ambientales del lugar de estudios**

Al hablar de las condiciones ambientales del lugar donde los alumnos estudian, es importante hacer notar que se refiere a las condiciones físicas que incluye una serie de características, dentro de las cuales se pueden mencionar, ventilación, luz, mobiliario etc.

A continuación se describen cada una de las características que debe de reunir el lugar de estudios, considerando como elemento importante que siempre debe de ser el mismo:

- **Lugar tranquilo:** El lugar de estudio debe de ser lejos de ruidos o cualquier otra interrupción que impida la concentración; por ello no es recomendable estudiar en la sala o habitación en la que constantemente puede ser interrumpido por familiares, e incluso no se recomienda tener el celular para evitar realizar o responder llamadas o enviar mensajes de texto mientras estudia.
- **Iluminación adecuada:** La iluminación del lugar es fundamental al momento de estudiar, ya que esta favorece para evitar el esfuerzo de la vista. Preferiblemente, la luz debe de ser natural; en caso de no ser posible se debe utilizar luz artificial cuidando siempre la buena distribución de la misma.
- **Ventilación y temperatura adecuada:** El lugar debe de estar bien ventilado y con una temperatura adecuada; no debe de haber demasiado calor, ni demasiado frío porque esto impide la concentración.
- **Ordenado y funcional:** Es importante tener ordenado todos los materiales a utilizar, es por ello todos los insumos se deben tener al alcance para no perder mucho tiempo en encontrarlo; y así no levantarse a cada momento.
- **Mobiliario adecuado:** Para garantizar la comodidad, el alumno debe contar con una mesa y una silla adecuada al momento de estudiar. La mesa debe ser am-

plia, con la finalidad de tener todos los materiales a utilizar cerca; no ser demasiada alta ni demasiada baja. En cuanto a la silla, debe ser adecuada al nivel de la mesa, y es recomendable que tenga un respaldo para evitar el cansancio en la espalda. Es importante que el mobiliario garantice una postura correcta.

### **b. Planificación del estudio**

Para el desarrollo de cualquier actividad es importante siempre planificarla antes de llevarla a cabo; esto garantiza en cierta medida que logremos con mayor certeza lo que nos hemos propuesto. El estudio - en este caso - no es la excepción. Por ello, el estudiante debe de planificar sus estudios con la finalidad de obtener mejores resultados académicos; el no hacerlo es falta de compromiso y de hábitos.

La planificación del estudio implica la elaboración de un plan de trabajo, donde se debe establecer de manera específica el estudio diario con su respectivo horario en el que el alumno va estudiar. También es importante que defina muy bien el tiempo estimado que se dedicará a cada una de las asignaturas, según el grado de dificultad. Otro de los elementos importantes es el de incluir un periodo de descanso para evitar esfuerzos no productivos; esto también implica respetar el número de horas de sueño.

Otro aspecto importante, además de las condiciones físicas del lugar de estudio y de la planificación del mismo, es el de incluir una alimentación sana y adecuada, porque no se

puede estudiar cuando no se ha alimentado ni cuando ha ingerido demasiados alimentos.

### **c. Técnicas de estudio**

Las técnicas de estudio son todas aquellas herramientas que facilitan al alumno su manera de estudio, es decir, que forman parte de como estudiar. Dentro de las técnicas de estudio más comunes se pueden mencionar:

- El subrayado, consiste en resaltar las ideas más importantes en un texto.
- El resumen es abreviar o poner en pocas palabras un texto, pero sin cambiar la estructura principal del texto original.
- Síntesis es construir un texto breve en lo que se ha comprendido del texto original.
- Esquemas es establecer las ideas principales, secundarias y la relación entre sí, ya que estos permiten una idea clara del contenido.
- Acordeón: pequeño papel en el que se anotan las ideas o conceptos principales que puedan venir en el examen.

Además de las antes mencionadas se encuentran las técnicas de estudios conocidas como Mnemotécnicas, que son un conjunto de estrategias lingüísticas que ayudan a memorizar diversos conceptos. Por lo general se utilizan para memorizar formulas, fechas, nombres y números dentro de las cuales se encuentran:

- Palabra-pinza: consiste en asociar un número con la palabra que rime.

- De cadena: radica en asociar los diferentes elementos a memorizar de manera que uno lleve al otro.
- De relato: trata de desarrollar una historia con todos los elementos a memorizar, sin importar el orden.

Como bien dice Hernández Herrera (2012):

el hábito de estudio requiere fuertes cantidades de esfuerzo, dedicación y disciplina. Pero también se alimenta de impulsos que pueden estar generados por expectativas y motivaciones de la persona que desea aprender. Por ello es necesario entender que el proceso de aprendizaje es complejo y requiere de una adecuada planeación y organización del tiempo.

Finalmente es importante tener muy en cuenta que lo más difícil no es reconocer la importancia y la necesidad de las técnicas y hábitos de estudio, sino ponerlos en práctica a diario. Precisamente se trata no de saber lo que hay que hacer, sino de hacerlo; la aplicación de estos tendría como consecuencia mejores resultados académicos en los estudiantes.

## 2. Metodología

La investigación utilizada fue de tipo descriptiva; ya que se identificaron las técnicas de estudio más utilizadas y se describieron las condiciones ambientales en la que los alumnos estudian.

La población estuvo compuesta por 33 estudiantes de primer año de la carrera de Licen-

ciatura en Ciencias de la Educación con Especialidad en Idioma Inglés. A todos ellos se les realizaron entrevistas escritas sobre las técnicas de estudio que utilizan y en qué condiciones ambientales las llevan a cabo.

Se llevó a cabo la observación de clases con la finalidad de ver el interés de los alumnos y tener un mayor acercamiento a ellos. Además se realizaron grupos focales para conocer, de forma personal, las opiniones y experiencias de los alumnos en cuanto a la forma en que estudian. Los instrumentos utilizados fueron las guías de entrevistas, guía de grupo focal y guía de observación. Finalmente, se procedió al análisis en la que se realizó un cruce de información de los diferentes datos obtenidos

## 3. Resultados

Las técnicas y hábitos de estudios utilizadas por los alumnos son variadas. Para efectos de mejor visualización en cuanto a los resultados obtenidos, los datos se presentan con base a tres grandes áreas, a continuación se detallan cada una:

- **Lugar y condiciones de estudio**

La tarea de aprender requiere de ciertos elementos indispensables para que dicha actividad logre desarrollarse con éxito, dentro de estas condiciones se encuentra el lugar de estudio y las características que debe de cumplir el mismo. A continuación se presenta la tabla 1, en la cual se muestran los resultados obtenidos con respecto a dicha área.

**Tabla 1.** Lugar y condiciones de estudio

Preguntas	Sí	Porcentaje	No	Porcentaje	A veces	Porcentaje
¿Trabajas siempre en el mismo lugar?	16	48.5%	6	18.18%	11	33.33%
¿El lugar que tienes para estudiar está aislado de ruidos, radio, TV, etc.?	14	42%	4	12.12%	15	45.45%
¿El lugar sitio estudias tiene iluminación idónea?	32	97%	0	0%	1	3.0%
¿Cuándo inicias a estudiar, tienes a mano todo el material necesario? (libros, diccionario, calculadora, lapicero, etc.)	24	73%	1	3%	8	24%
¿Estudias en una silla con respaldo que te permita sentarte apoyando bien tu espalda, sin posturas defectuosas?	20	61%	5	15%	8	24%
¿Estudias en el sofá o en la cama?	22	67%	2	6%	9	27%

Se puede observar que no todos los alumnos poseen hábitos de estudio establecidos, ya que no siempre estudian en el mismo lugar y un porcentaje considerable utiliza el sofá o la cama para estudiar, cuestión que no es correcta porque no es el lugar idóneo para hacerlo.

- **Planificación del estudio**

Toda actividad necesita de una previa planificación con la finalidad de obtener mejores re-

sultados y el estudio no es la excepción, dicha planificación inicia desde la asignación de un horario para llevarlo a cabo, horario que debe de buscar que siempre sea el mismo con la finalidad de que se vuelva un hábito y por consiguiente la obtención de mejores resultados académicos. A continuación se describen los aspectos sobre la forma en la cual los estudiantes planifican sus estudios.

**Tabla 2.** Planificación de estudio

Preguntas	Sí	Porcentaje	No	Porcentaje	A veces	Porcentaje
¿Tienes un horario fijo para estudiar?	4	12%	16	49%	13	39%
¿Has realizado una planificación anotando el tiempo que debes dedicar a tu estudio diariamente?	7	21%	15	46%	11	33%
¿Estudias al menos tres días por semana?	13	39%	8	24%	12	37%
¿Parcializas tu estudio para no tener que preparar los exámenes el último día?	13	39%	6	18%	14	43%
¿Realizas tareas al límite de la fecha de entrega?	21	64%	3	9%	9	27%

Sin lugar a dudas, para la formación de un hábito se requiere la práctica constante de la misma acción; y la planificación del estudio debería ser un hábito adquirido por parte de los alumnos. La tabla muestra que la mayoría de los estudiantes no tienen establecido un horario

en la que se dediquen a estudiar, lo que puede llevarlos a cometer el error de posponer siempre sus estudios, y llegar a realizar sus trabajos o prepararse para los exámenes no con el tiempo suficiente.

- **Atención en clases**

La atención que los alumnos manifiestan en clase, mientras los profesores explican sus contenidos, juega uno de los papeles muy importantes en el momento de aprender; ya que si

este no se ve motivado por la clase, cualquier elemento le llevará a distraerse con facilidad. En la siguiente tabla se muestra los aspectos relacionados a la atención que los alumnos muestran en las clases.

**Tabla 3.** Atención en clases

Preguntas	Sí	Porcentaje	No	Porcentaje	A veces	Porcentaje
¿Anotas las tareas que debes realizar en tu casa?	30	91%	0	0%	3	9%
¿Atiendes al profesor, tratando de entender todo lo que dice?	22	67%	2	6%	9	27%
¿Preguntas cuando hay algo que no entiendes?	18	55%	3	9%	12	36%
¿Tomas apuntes de lo que los profesores explican?	28	85%	1	3%	4	12%
¿Anotas las palabras extrañas y/o lo que no comprendes?	16	49%	3	9%	14	42%

- **Técnicas de estudio**

Existen una serie de técnicas que se pueden utilizar para facilitar el aprendizaje de cualquier asignatura. En muchas ocasiones, los docentes expresan a sus alumnos la importancia de estudiar, pero se les olvida enseñarles a estudiar.

Cuando se conocen las técnicas de estudio y se aplican de la manera adecuada, la adquisición de los conocimientos se vuelve más fácil.

La tabla 4 muestra las técnicas más utilizadas por los alumnos al momento de estudiar.

**Tabla 4.** Técnicas de estudio utilizadas por los alumnos

Preguntas	Sí	Porcentaje	No	Porcentaje	A veces	Porcentaje
¿Subrayas las ideas principales de los textos?	24	73%	2	6%	7	21%
¿Utilizas en tu estudio habitual técnicas como el esquema?	12	37%	7	21%	14	42%
¿Realizas cuadros sinópticos para estudiar?	3	9%	19	58%	11	33%
¿Utilizas mapas conceptuales para estudiar?	6	18%	10	30%	17	52%
¿Realizas cuestionarios como un apoyo para estudiar?	20	61%	8	24%	5	15%
¿Realizas grupos de estudio con tus compañeros?	10	30%	11	33%	12	37%
¿Repasas cada tema después de clase?	6	18%	14	42%	13	40%
¿Pides ayuda a tus profesores, compañeros o padres cuando tienes dificultades en tus estudios?	16	49%	4	12%	13	40%
¿Consultas otras fuentes bibliográficas además de lo que brinda el profesor?	14	42%	8	25%	11	33%

## 5. Discusión

La discusión se realiza con base a las cuatro áreas en que se presentaron los resultados.

- **Lugar y condiciones de estudio**

Cuando se emprende la tarea de aprender, los alumnos toman en cuenta la importancia de elegir primeramente el lugar adecuado que cumpla con las condiciones básicas para realizar con mayor tranquilidad dicha actividad. En el caso de los estudiantes objeto de estudio, se puede observar en la tabla 1 que el 48% de ellos tienen un lugar fijo de estudio, lo cual es bueno porque desde ese aspecto se inicia a formar un hábito de estudio. Pero a esto no se puede dejar desapercibido que el 18.8% de los estudiantes manifiesta no tener un lugar específico de estudio; mientras el porcentaje restante expresa que en ocasiones estudian en el mismo lugar, lo cual abona al porcentaje de aquellos que no tienen un espacio definido de estudio, superando así más del 50% de los alumnos que no han establecido un lugar fijo para realizar sus actividades académicas.

En cuanto a las condiciones del lugar de estudio es importante hacer notar que, el 42% manifiesta que estudian en un lugar alejado de ruidos y de toda interrupción, aunque el resto de los estudiantes expresaron que, aunque quieran estudiar en un ambiente alejado de ruidos, se les hace difícil por las interrupciones de sus familiares.

Otro de los puntos claves al momento de estudiar es tener a disposición todos los mate-

riales a utilizar, con la finalidad de evitar levantarse a cada momento en que se necesite algo. Con respecto a este punto, la gran mayoría de alumnos lo realizan de manera correcta, ya que el 73% manifiesta tener todos los materiales a su alcance. En cuanto al resto de los alumnos expresan que no siempre tienen todo a su disposición, lo cual genera distracción. Otro de los puntos que impiden la concentración de los alumnos según sus puntos de vista es el celular, ya que siempre lo tienen a su alcance mientras estudian.

Cuando el alumno estudia es de suma importancia que mantenga una postura adecuada; y en cuanto a ello, un dato muy interesante es que solamente el 6% manifestó no estudiar en el sofá o en la cama, esto equivale a no tener las condiciones adecuadas en cuanto a posturas.

De manera general los estudiantes conocen acerca de las condiciones que debe de tener el lugar de estudio, solo que al momento de aplicarlos la mayoría de ellos no tienen siempre un lugar y un horario específico para estudiar; y las condiciones en las que estudian algunos alumnos no son las adecuadas, ya que estudian en la cama, hamaca y sofá.

- **Planificación del estudio**

Para la planificación de una actividad de aprendizaje es importante que previamente se estipule un horario en el cual el alumno va a realizar sus actividades; con respecto a ello el 49% de los estudiantes manifestó no tener un horario fijo de estudio, sino que lo hacen de acuerdo a las tareas que les han sido asignadas.



En cuanto a la realización de la programación para visualizar cuanto tiempo diario se empleará en realizar las tareas de cada una de las asignaturas, el 49% manifestó que no lo realizan, esto equivale a establecer que no se tiene un hábito de estudio en cuanto a la planificación del desarrollo de las actividades a realizar. Con respecto al tiempo dedicado a estudiar, el 39% manifestó hacerlo al menos tres veces a la semana, mientras los demás expresaron que no siempre estudian y que depende en gran medida de las actividades que tienen asignadas durante la semana.

Con respecto a la parcialización del estudio para no tener que preparar los exámenes el último día, el 39% manifestó distribuir de una forma adecuada su tiempo para evitar estudiar el mismo día de los exámenes, aunque a ello algunos manifiestan que en semana de exámenes estudian de madrugada o incluso en el bus cuando se dirigen a la universidad. También es importante recalcar el hecho que, el 64% de los estudiantes realizan sus tareas al límite de tiempo; esto pone de manifiesto que faltan muchos aspectos por mejorar en cuanto a la planificación del estudio, ya que si se realizara de la manera adecuada, se evitarían inconvenientes como lo antes descrito.

- **Atención en clases**

Con respecto a la atención que los estudiantes muestran en las clases, el 67% de los estudiantes manifiesta que atiende al profesor, tratando de entender todo lo que dice. Esto sig-

nifica que hay un porcentaje del 6% que expresa no poner atención en lo el profesor explica, mientras el resto del 27% lo hace por ocasiones. Esto demuestra que no hay interés de todos los alumnos por aprender, uno de los aspectos que conlleva a ello, es el uso del celular mientras se encuentran en clase.

El 9% de los estudiantes manifiesta que cuando no han comprendido alguno de los temas de las asignaturas, no preguntan; aunque el 55% expresó que sí lo hacen. Por otro lado, aún falta incentivar a ese 9% de alumnos para mostrar más interés.

Otro de los datos importantes de mencionar es que el 85% de los estudiantes toman anotaciones mientras el profesor explica, ya que según ellos dichas apuntes les son útiles al momento de prepararse para los exámenes.

- **Técnicas de estudio**

Los estudiantes utilizan una serie de técnicas al momento de estudiar con la intención de aprender, entre las técnicas más utilizadas se encuentra en primer lugar el subrayado (73%). Ante ella los alumnos manifiestan que les es de utilidad cuando tienen que preparar los exámenes. Por otro lado, algunos de ellos expresaron que no saben utilizarla de la manera correcta, ya que cuando se dan cuenta han subrayado la mayor parte de todo el texto porque consideran que todo es importante.

En segundo lugar se encuentra el cuestionario (61%). Los alumnos manifiestan que se

valen de los apuntes de las explicaciones de los profesores para su elaboración. El 37% de los alumnos realizan esquemas como una técnica de estudio, y para ello hacen uso de sus propias anotaciones o documentos proporcionados por los docentes.

Otro aspecto importante de mencionar es que el 30% de los alumnos manifiestan realizar grupos de estudio para llevar a cabo las tareas o preparar los exámenes. Esto - según sus experiencias - les facilita aprender porque comparten ideas y se les facilita recordar al momento del examen. Sin lugar a dudas, este tipo de círculo de estudios es muy útil para los alumnos, y deberían de ser planificados durante todo el curso y no solo realizarlos un día antes o el propio día de los exámenes.

El repaso de cada uno de los temas impartidos contribuye a una mayor retención por parte de los estudiantes, pero no todos lo hacen, ya que solo el 18% manifestó realizarlo. Aunque también es importante recalcar que el 49% de los alumnos pide ayuda a sus profesores, compañeros o padres cuando tienen dificultades en sus estudios. Agregando el hecho que, el 42% de ellos consulta otras fuentes bibliográficas además de lo que brinda el profesor, demostrando que hay un buen porcentaje de estudiantes motivados por el deseo de aprender.

Los estudiantes son conscientes que no aplican de manera adecuada algunas técnicas de estudio y que hay muchos aspectos que se pueden mejorar; además consideran que aplicar técnicas les favorece a obtener buenos resultados.

## 5. Referencias

Alcalá, R. (2011). ¿Los hábitos de estudio, útiles ante el fracaso escolar? *Innovación y Experiencias Educativas*, 41. Recuperado de [http://www.csi.csif.es/andalucia/modules/mod\\_ense/revista/pdf/Numero\\_41/ROCIO\\_ALCALA\\_CABRERA\\_01.pdf](http://www.csi.csif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_41/ROCIO_ALCALA_CABRERA_01.pdf)

Bazan, J. y Aparicio, A. (2001). Modelo explicativo de las relaciones entre hábitos de estudio, sexo y procedencia en egresantes de secundaria de nivel socioeconómico bajo. *Revista de Investigación en Psicología*, 4 (2).

Cartagena, M. (2008). Relación entre la autoeficacia, el rendimiento escolar y los hábitos de estudio de secundaria. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y cambio en Educación*, vol. 6 (3). Recuperado de <http://www.rinace.net/arts/vol6num3/art3.pdf>

Fernández, F., Arco, J., López, S. y Heilborn, V. (2011). Prevención del fracaso académico universitario mediante tutorías entre iguales. *Revista Latinoamericana de Psicología*, Vol 43(1), Bogotá, Colombia. Recuperado de <http://www.ugr.es/~ve/gpp/files/revista/articulo2011.pdf>

Grajales, T. (2002). Hábitos de estudio en estudiantes universitarios. Recuperado de <http://tgrajales.net/habitosdeestudio.pdf>

Hernández Herrera, C. A. (2012), Los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje de los alumnos en tres carreras de ingeniería en un tecnológico federal de la ciudad de México. *Revista de la Educación Superior*, vol. 41, Núm. 163. Recuperado de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S018527602012000300003&script=sci\\_abstract](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S018527602012000300003&script=sci_abstract)

Martínez-Otero, V. y Torres, L. (2005). Análisis de los hábitos de estudio en una muestra de alumnos universitarios. *Revista Iberoamericana de Educación*. Recuperado de <http://www.rieoei.org/deloslectores/927MartinezOtero.PDF>

Perrenoud, P. (1996). *La construcción del éxito y del fracaso escolar*, 2a ed., Morata, Madrid.

Torres, M., Tolosa, I., Urrea, M. y Monsalve, A. (2009). Hábitos de estudio vs fracaso académico. *Revista Educación de la Universidad de Costa Rica*, Vol. 33, Núm. 2. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/440/44012058002.pdf>

Vidal, L., Gálvez, M. y Reyes-Sánchez, L. (2009). Análisis de hábitos de estudio en alumnos de primer año de Ingeniería Civil Agrícola. *Formación Universitaria*, 2 (2), 27-33. Recuperado de [http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071850062009000200005&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071850062009000200005&script=sci_arttext&tlng=en)

Villegas, C., Muñoz, F. y Villegas, R. (2009). Hábitos de estudio de los alumnos en el área de Química Orgánica y su impacto en el rendimiento académico. *Biotecnia*, 11 (3), 33-43. Recuperado de <http://www.biotecnia.uson.mx/revistas/articulos/5-Art22.pdf>