



**Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión**

Escuela de Posgrado

**Hábitos de estudio y estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la escuela de  
ingeniería en industrias alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez  
Carrión - Huacho 2024**

**Tesis**

Para optar el Grado Académico de Maestro en Docencia Superior e Investigación  
Universitaria

**Autor**

Carlos Alberto Beltran Quiroz

**Asesor**

Dr. Carlos Enrique Bernal Valladares

Huacho – Perú

2024



**Reconocimiento - No Comercial – Sin Derivadas - Sin restricciones adicionales**

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

**Reconocimiento:** Debe otorgar el crédito correspondiente, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se realizaron cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de ninguna manera que sugiera que el licenciante lo respalda a usted o su uso. **No Comercial:** No puede utilizar el material con fines comerciales.

**Sin Derivadas:** Si remezcla, transforma o construye sobre el material, no puede distribuir el material modificado. **Sin restricciones adicionales:** No puede aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros de hacer cualquier cosa que permita la licencia.



# UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN LICENCIADA

(Resolución de Consejo Directivo N° 012-2020-SUNEDU/CD de fecha 27/01/2020)

## ESCUELA DE POSGRADO

### MAESTRÍA EN DOCENCIA SUPERIOR E INVESTIGACIÓN UNIVERSITARIA

#### METADATOS

| DATOS DEL AUTOR (ES):                                 |          |                       |
|-------------------------------------------------------|----------|-----------------------|
| APELLIDOS Y NOMBRES                                   | DNI      | FECHA DE SUSTENTACIÓN |
| Beltran Quiroz, Carlos Alberto                        | 41890178 | 03 – 02 – 2025        |
|                                                       |          |                       |
| DATOS DEL ASESOR:                                     |          |                       |
| APELLIDOS Y NOMBRES                                   | DNI      | CÓDIGO ORCID          |
| Bernal Valladares, Carlos Enrique                     | 15614554 | 0000-0002-7421-9537   |
| DATOS DE LOS MIEMBROS DE JURADOS – POSGRADO-MAESTRÍA: |          |                       |
| APELLIDOS Y NOMBRES                                   | DNI      | CODIGO ORCID          |
| Ramos Manrique, Juan Ernesto                          | 15647647 | 0000-0001-6418-0627   |
| Villafuerte Castro, Delia Violeta                     | 15744241 | 0000-0002-7442-467X   |
| Susanibar Hoces, Teobaldo Noreño                      | 15688490 | 0000-0002-2540-0233   |
|                                                       |          |                       |
|                                                       |          |                       |

# Carlos Alberto Beltrán Quiroz 2024-083579

## HÁBITOS DE ESTUDIO Y ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE DE LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA DE INGENIERÍA EN INDU...

 Quick Submit  
 Quick Submit  
 DIRECCION DE GESTION DE LA INVESTIGACION\_Tesis Posgrado 2024

### Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid::1:3085214894

Fecha de entrega

19 nov 2024, 9:22 a.m. GMT-5

Fecha de descarga

19 nov 2024, 9:34 a.m. GMT-5

Nombre de archivo

2024-083579\_\_SOLICITUD-sn\_\_1\_removed.pdf

Tamaño de archivo

984.1 KB

102 Páginas

20,620 Palabras

107,581 Caracteres



Página 2 of 109 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trn:oid::1:3085214894

## 20% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

### Filtrado desde el informe

- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

### Exclusiones

- N.º de fuentes excluidas
- N.º de coincidencias excluidas

### Fuentes principales

- 16%  Fuentes de Internet
- 4%  Publicaciones
- 18%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

### Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

**HÁBITOS DE ESTUDIO Y ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE DE LOS  
ESTUDIANTES DE LA ESCUELA DE INGENIERÍA EN INDUSTRIAS  
ALIMENTARIAS DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ  
CARRIÓN, HUACHO, 2024**

**AUTOR**

CARLOS ALBERTO BELTRAN QUIROZ

**TESIS DE MAESTRIA**

**ASESOR**

DR. CARLOS ENRIQUE BERNAL VALLADARES

**UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**MAESTRO EN DOCENCIA SUPERIOR E INVESTIGACIÓN UNIVERSITARIA**

Huacho - Perú

2024

## **DEDICATORIA**

A mis amados hijos Mikael y Sofia, quienes son mi mayor logro, mi fuente inagotable de motivación y superación para ser cada día mejor.

*Carlos Alberto Beltrán Quiroz*

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios por estar siempre conmigo y permitir que cumpla con cada uno más de mis sueños.

A Mayra Patricia, mi amada esposa, tu amor y apoyo incondicional, es la base de nuestro hogar; tus palabras de aliento, tu perseverancia, es mi inspiración y un ejemplo para nuestros hijos; gracias por no soltar mi mano en todo este camino, te amo con todo mi corazón.

A mi asesor, su orientación y apoyo ha sido invaluable en el proceso de esta tesis.

*Carlos Alberto Beltrán Quiroz*

# ÍNDICE

|                                              |      |
|----------------------------------------------|------|
| DEDICATORIA                                  | vi   |
| AGRADECIMIENTO                               | vii  |
| RESUMEN                                      | xiv  |
| ABSTRACT                                     | xv   |
| INTRODUCCIÓN                                 | xvi  |
| CAPÍTULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA       | 1    |
| 1.1. Descripción de la realidad problemática | 1    |
| 1.2. Formulación del problema                | 3    |
| 1.2.1. Problema general                      | 3    |
| 1.2.2. Problemas específicos                 | 3    |
| 1.3. Objetivos de la investigación           | 4    |
| 1.3.1. Objetivo general                      | 4    |
| 1.3.2. Objetivos específicos                 | 4    |
| 1.4. Justificación de la investigación       | 4    |
| 1.5. Delimitaciones                          | 5    |
| 1.6. Viabilidad del estudio                  | 5    |
| CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO                   | 7    |
| 2.1. Antecedentes de la investigación        | 7    |
| 2.1.1. Estudios internacionales              | 7    |
| 2.1.2. Estudios nacionales                   | 8    |
| 2.2. Bases teóricas                          | 10   |
| 2.3. Bases filosóficas                       | 32   |
| 2.4. Definición de términos básicos          | 33   |
| 2.5. Hipótesis de la investigación           | 35   |
| 2.5.1. Hipótesis general                     | 35   |
|                                              | viii |

|                                                       |    |
|-------------------------------------------------------|----|
| 2.5.2. Hipótesis específicas                          | 35 |
| 2.6. Operacionalización de las variables              | 36 |
| CAPÍTULO III. METODOLOGÍA                             | 38 |
| 3.1. Diseño metodológico                              | 38 |
| 3.2. Población y muestra                              | 39 |
| 3.2.1. Población                                      | 39 |
| 3.2.2. Muestra                                        | 39 |
| 3.3. Técnicas de recolección de datos                 | 41 |
| 3.4. Técnicas para el procedimiento de la información | 42 |
| CAPÍTULO IV. RESULTADOS                               | 43 |
| 4.1. Análisis de resultados                           | 43 |
| 4.2. Contrastación de hipótesis                       | 59 |
| CAPÍTULO V. DISCUSIÓN                                 | 69 |
| 5.1. Discusión de resultados                          | 69 |
| CAPÍTULO VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES           | 71 |
| 6.1. Conclusiones                                     | 71 |
| 6.2. Recomendaciones                                  | 72 |
| REFERENCIAS                                           | 74 |
| 7.1 Fuentes documentales                              | 74 |
| 7.2 Fuentes bibliográficas                            | 75 |
| 7.3 Fuentes hemerográficas                            | 76 |
| 7.4 Fuentes electrónicas                              | 77 |
| ANEXOS                                                | 78 |

## ÍNDICE DE TABLAS

|                                                                                                    |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabla 1. Número de estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC | 39 |
| Tabla 2. Muestra de cada ciclo de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC | 41 |
| Tabla 3. Hábitos de estudio                                                                        | 43 |
| Tabla 4. Condiciones ambientales del estudio                                                       | 44 |
| Tabla 5. Planificación del estudio                                                                 | 45 |
| Tabla 6. Utilización de materiales                                                                 | 46 |
| Tabla 7. Asimilación de contenidos                                                                 | 47 |
| Tabla 8. Estrategias de aprendizaje                                                                | 48 |
| Tabla 9. Sensibilización                                                                           | 49 |
| Tabla 10. Elaboración                                                                              | 50 |
| Tabla 11. Personalización                                                                          | 51 |
| Tabla 12. Metacognición                                                                            | 52 |
| Tabla 13. Hábitos de estudio en relación a Estrategias de aprendizaje                              | 53 |
| Tabla 14. Condiciones ambientales del estudio en relación a Estrategias de aprendizaje             | 54 |
| Tabla 15. Planificación del estudio en relación a Estrategias de aprendizaje                       | 55 |
| Tabla 16. Utilización de materiales en relación a Estrategias de aprendizaje                       | 56 |
| Tabla 17. Asimilación de contenidos en relación a Estrategias de aprendizaje                       | 57 |
| Tabla 18. Prueba de normalidad                                                                     | 58 |
| Tabla 19. Hábitos de estudio correlacionado con Estrategias de aprendizaje                         | 59 |
| Tabla 20. Condiciones ambientales del estudio correlacionada con Estrategias de aprendizaje        | 61 |

|                                                                                   |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabla 21. Planificación del estudio correlacionada con Estrategias de aprendizaje | 63 |
| Tabla 22. Utilización de materiales correlacionada con Estrategias de aprendizaje | 65 |
| Tabla 23. Asimilación de contenidos correlacionada con Estrategias de aprendizaje | 67 |

## ÍNDICE DE FIGURAS

|                                                                                              |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Figura 1. Factores que intervienen en el estudio del alumnado                                | 15 |
| Figura 2. Elementos que inciden en el desarrollo de hábitos de estudio                       | 19 |
| Figura 3. Estrategias de aprendizaje según los cuatro principales procesos de aprendizaje    | 26 |
| Figura 4. Habilidades para aprender cómo aprender                                            | 31 |
| Figura 5. Hábitos de estudio                                                                 | 43 |
| Figura 6. Condiciones ambientales del estudio                                                | 44 |
| Figura 7. Planificación del estudio                                                          | 45 |
| Figura 8. Utilización de materiales                                                          | 46 |
| Figura 9. Asimilación de contenidos                                                          | 47 |
| Figura 10. Estrategias de aprendizaje                                                        | 48 |
| Figura 11. Sensibilización                                                                   | 49 |
| Figura 12. Elaboración                                                                       | 50 |
| Figura 13. Personalización                                                                   | 51 |
| Figura 14. Metacognición                                                                     | 52 |
| Figura 15. Hábitos de estudio en relación a Estrategias de aprendizaje                       | 53 |
| Figura 16. Condiciones ambientales del estudio en relación a Estrategias de aprendizaje      | 54 |
| Figura 17. Planificación del estudio en relación a Estrategias de aprendizaje                | 55 |
| Figura 18. Utilización de materiales en relación a Estrategias de aprendizaje                | 56 |
| Figura 19. Asimilación de contenidos en relación a Estrategias de aprendizaje                | 57 |
| Figura 20. Hábitos de estudio correlacionado con Estrategias de aprendizaje                  | 60 |
| Figura 21. Condiciones ambientales del estudio correlacionada con Estrategias de aprendizaje | 62 |
| Figura 22. Planificación del estudio correlacionada con Estrategias de aprendizaje           | 64 |

|                                                                                    |    |
|------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Figura 23. Utilización de materiales correlacionada con Estrategias de aprendizaje | 66 |
| Figura 24. Asimilación de contenidos correlacionada con Estrategias de aprendizaje | 68 |

## RESUMEN

*Objetivo:* Determinar de qué manera los hábitos de estudio se relacionan con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024. *Metodología:* Enfoque cuantitativo, diseño no experimental y nivel correlacional. Población de 361 y muestra de 186 estudiantes de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC. Se aplicó una encuesta sobre hábitos de estudio y estrategias de aprendizaje. *Resultados:* La mayoría de estudiantes presenta deficiencias en ambas variables, pocos presentan regularidades, y solo una minoría presenta una efectividad. *Conclusión:* Se determina mediante una sig. bilateral menor al 5%, que los hábitos de estudio sí se relacionan significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024. Además, se encontró un valor Rho de Spearman 0.664, señalando que, si el estudiante no logra planificar ni organizar oportunamente sus estudios, o no llega a contar con un entorno idóneo para estudiar, afrontará diversas dificultades en su capacidad para seleccionar, organizar y aplicar informaciones aprendidas, así como para reflexionar de manera crítica sobre su proceso de aprendizaje.

**Palabras clave:** Hábitos de estudio, estrategias de aprendizaje, condiciones ambientales, planificación del estudio, utilización de materiales, asimilación de contenidos.

## ABSTRACT

*Objective:* To determine how study habits are related to the learning strategies of students at the School of Food Industry Engineering at the José Faustino Sánchez Carrión National University, Huacho, 2024. *Methodology:* Quantitative approach, non-experimental design, and correlational level. Population of 361 and sample of 186 students of Food Industry Engineering at UNJFSC. A survey on study habits and learning strategies was applied. *Results:* The majority of student's present deficiencies in both variables, few present regularities, and only a minority present effectiveness. *Conclusion:* It is determined by a sig. bilateral less than 5%, that study habits are significantly related to the learning strategies of students of the School of Food Industry Engineering of the José Faustino Sánchez Carrión National University, Huacho, 2024. In addition, a Spearman Rho value of 0.664 was found, indicating that if the student fails to plan and organize their studies in a timely manner, or does not have an ideal environment to study, they will face various difficulties in their ability to select, organize and apply learned information, as well as to critically reflect on their learning process.

**Keywords:** Study habits, learning strategies, environmental conditions, study planning, use of materials, assimilation of content.

## INTRODUCCIÓN

Muchos estudiantes universitarios afrontan una gran cantidad de desafíos que terminan por afectar considerablemente su desempeño académico. Entre estos desafíos se tienen, por ejemplo, a la gestión de tiempo, la adaptación a entornos educativos autónomos y complejos, la exigencia académica, entre otros. Inclusive, estos estudiantes tienen el reto de asumir factores personales como el estrés y la ansiedad, que limitan el alcance máximo de sus potencialidades.

Entender a las estrategias de aprendizaje, resulta una ser un tema sumamente relevante para los estudiantes en general, ya que estas ayudan a mejorar la asimilación y aplicación del conocimiento adquirido. Sin embargo, su implementación efectiva depende en cierta forma del hábito de estudio que el estudiante ha desarrollado a lo largo de su formación académica. Un hábito de estudio incluye condiciones ambientales para estudiar, planificaciones del tiempo, organizaciones de materiales, y la forma de procesar y asimilar los contenidos.

Esta investigación se enfocó en determinar de qué manera los hábitos de estudio se relacionan con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, abordando aspectos claves de los hábitos de estudio y de las estrategias de aprendizaje como resultan ser la sensibilización, la elaboración, la personalización y la metacognición.

De esta forma se busca contribuir con la problemática presentada en la UNJFSC, al sugerir el desarrollo de un programa educativo que permita al estudiante afrontar con éxito a cada desafío académico y optimizar su proceso de aprendizaje.

# **CAPÍTULO I**

## **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **1.1 Descripción de la realidad problemática**

La comprensión profunda de cómo los individuos abordan sus estudios, organizan su tiempo, y aplican diversas estrategias para comprender y recordar conceptos, resulta esencial para optimar el proceso de aprendizaje. En consecuencia, explorar y analizar los hábitos de estudio y estrategias de aprendizaje no solo enriquece la comprensión teórica, sino que también puede contribuir significativamente al diseño de enfoques educativos más efectivos y personalizados (Ñanez et al., 2022).

A nivel mundial, los hábitos de estudio y estrategias de aprendizaje comprenden una pluralidad de factores por las que están incididos, como la cultura, el sistema educativo, y las tecnologías disponibles. En diferentes regiones del mundo, los estudiantes pueden adoptar enfoques distintos para el estudio, ya sea centrándose en la memorización, el razonamiento lógico, la participación activa en clases o la colaboración con compañeros. Además, el acceso a recursos educativos, la presencia de TIC, así como las expectativas culturales, pueden moldear el modo en que el estudiantado desarrolla sus hábitos de estudio (Guevara et al., 2022). A pesar de estas variaciones, existe un interés global en comprender y mejorar estos aspectos, ya que impactan directamente en el rendimiento académico y en la preparación de individuos para los desafíos del presente siglo. Investigaciones a nivel mundial buscan identificar las mejores prácticas y estrategias que puedan ser aplicadas de manera efectiva en contextos educativos diversos.

En América Latina y el Caribe, se observa que el alumnado enfrenta desafíos, como la falta de acceso a recursos educativos, infraestructuras limitadas y disparidades económicas, lo

que puede afectar la calidad de la educación. A pesar de estas dificultades, se contempla una fuerte valoración del estudio como un conducto para la superación social y económica. La participación activa en clases, la memorización y la colaboración entre estudiantes son estrategias comunes. Asimismo, gran parte de estudiantes buscan desarrollar hábitos de estudio que fortalezcan su aprendizaje significativo (Escribano, 2017).

En el Perú, la educación se enfrenta a desafíos y oportunidades únicas. Aunque ha habido mejoras significativas en el acceso a la educación en las últimas décadas, persisten disparidades regionales y socioeconómicas que afectan la calidad y equidad del sistema educativo. Las iniciativas gubernamentales buscan mejorar la infraestructura, fortalecer la formación de docentes y fomentar la inclusión educativa. Sin embargo, hay áreas remotas que aún enfrentan limitaciones en recursos y acceso. La implementación de tecnologías educativas y enfoques pedagógicos innovadores está en desarrollo para abordar estos desafíos y la calidad de la educación en todo el territorio peruano (Miranda, 2023). De igual forma, los docentes buscan que su alumnado adopte hábitos y estrategias de aprendizaje novedosos y personalizados que les permitan abordar sus propias necesidades individuales, más allá de las prácticas tradicionales de aprendizaje, como la memorización y participación activa en clase. Igualmente, se requiere un enfoque integral que incluya el apoyo institucional y la concientización sobre la importancia de los hábitos de estudio y estrategias de aprendizaje.

En la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión (UNJFSC) se ha observado que sus estudiantes enfrentan varios desafíos en cuanto a sus estudios, como la gestión del tiempo, debido a las exigencias académicas y extracurriculares, así como la falta de habilidades de organización; la adaptación a un entorno académico más autónomo y desafiante; factores personales, como el estrés o la

ansiedad; entre otros. En consecuencia, se propuso estudiar los hábitos de estudio y su relación con las estrategias de aprendizaje en el estudiantado de la escuela antes mencionada.

## **1.2 Formulación del problema**

### **1.2.1 Problema general**

¿De qué manera los hábitos de estudio se relacionan con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho 2024?

### **1.2.2 Problemas específicos**

- ¿De qué manera las condiciones ambientales de estudio se relacionan con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho 2024?
- ¿De qué manera la planificación del estudio se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho 2024?
- ¿De qué manera la utilización de materiales de estudio se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho 2024?
- ¿De qué manera la asimilación de contenidos se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho 2024?

### **1.3 Objetivos de la investigación**

#### **1.3.1 Objetivo general**

Determinar de qué manera los hábitos de estudio se relacionan con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.

#### **1.3.2 Objetivos específicos**

- Establecer de qué manera las condiciones ambientales de estudio se relacionan con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.
- Establecer de qué manera la planificación del estudio se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.
- Establecer de qué manera la utilización de materiales de estudio se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.
- Establecer de qué manera la asimilación de contenidos se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho 2024.

### **1.4 Justificación de la investigación**

#### **1.4.1 Conveniencia**

Esta investigación sirvió para encontrar si hay alguna correspondencia entre los hábitos de estudio y las estrategias de aprendizaje del estudiantado de la Escuela de Ingeniería de Industrias Alimentarias en la UNJFSC.

### **1.4.2 Valor teórico**

Este estudio radica en profundizar en la comprensión de cómo los estudiantes adquieren, procesan y retienen información de manera efectiva, por medio del estudio de los diversos hábitos de estudio y estrategias de aprendizaje.

### **1.4.3 Justificación práctica**

Este escrito formula alternativas de solución en torno a los hábitos de estudio y estrategias de aprendizaje del estudiantado en indagación. Al mismo tiempo, busca contribuir al desarrollo de recomendaciones prácticas para estudiantes, educadores y padres, promoviendo así la mejora continua en la enseñanza y el éxito académico.

## **1.5 Delimitaciones del estudio**

### **1.5.1 Delimitación temporal**

Esta investigación corresponde al periodo 2024.

### **1.5.2 Delimitación espacial**

Como lugar del estudio se tuvo a la UNJFSC, situada en el distrito de Huacho, provincia de Huaura, departamento de Lima.

### **1.5.3 Delimitación social**

Este estudio contó con la participación de 186 estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC.

## **1.6 Viabilidad del estudio**

Hace referencia a la evaluación de la posibilidad de abordar con éxito una investigación. Asimismo, la viabilidad implica disponer de recursos, acceder a la información necesaria, contar con autorización de los participantes, considerar factores éticos y legales, entre otros. Es

fundamental conocer la viabilidad antes de iniciar cualquier estudio, ya que ayuda a determinar la probabilidad de alcanzar los objetivos propuestos de manera efectiva y ética (Pérez et al., 2020).

En virtud de lo antes citado, se pudo confirmar la viabilidad de este escrito.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1 Antecedentes de la investigación**

##### **2.1.1 Estudios internacionales**

Díaz et al. (2022) en su escrito: “*Hábitos de estudio en época de pandemia en la Universidad Industrial de Santander*” formuló como propósito evaluar los hábitos de estudio, a través de la prueba Inventario Hábitos de Estudio CASM 85, en la Universidad Industrial de Santander. Se abordó una metodología cuantitativa y descriptiva. El cuestionario se gestionó a 300 alumnos de dicha universidad. Como resultados se encontró que los estudiantes emplean mecanismos de estudio, los cuales son implementados como hábitos para enriquecer su rendimiento académico.

Urrego et al. (2022) en su estudio: “*Influencia del bienestar psicológico y subjetivo en el afrontamiento, los hábitos de estudio y uso de TICS en estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19*” expuso como finalidad responder si el bienestar influye en el afrontamiento, los hábitos de estudio y el uso de las nuevas TIC en estudiantes de dos universidades privadas de Bogotá, en el contexto de la pandemia por COVID-19. Se desarrolló un proceso cuantitativo transversal y correlacional. Se gestionó un cuestionario a 212 alumnos. Se comprobó correspondencias significativas entre las cuatro variables en estudio.

Gómez et al. (2021) en su artículo: “*Estrategias de aprendizaje y creencias sobre el idioma inglés: una aproximación correlacional en estudiantes universitarios*” formuló como propósito analizar las estrategias y las creencias sobre el aprendizaje de lenguas mediante el Strategy Inventory for Language Learning (SILL) y el Beliefs About Language Learning

Inventory (BALLI). Se elaboró un estudio transversal y correlacional. Los instrumentos fueron gestionados a 303 estudiantes. Se encontraron asociaciones negativas entre las variables, de acuerdo al correlacional de Spearman.

Betancourt (2020) en su artículo: “*Estrategias de aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes de Secretariado Ejecutivo, Machala – Ecuador*” formuló como propósito conocer la relación que existe entre las estrategias de aprendizaje y el rendimiento académico de los estudiantes de Secretariado Ejecutivo. Se siguió un proceso correlacional del que participaron 25 alumnos. El cuestionario administrado contribuyó a corroborar una correspondencia positiva y notable de  $r$  de Pearson = 0,846.

Jerónimo et al. (2020) en su escrito: “*Estrategias de aprendizaje de estudiantes colombianos de grado y posgrado*” presentó como finalidad exponer la importancia de la calidad del aprendizaje docente y analiza las estrategias de aprendizaje en estudiantes de grado y posgrado en educación. Se elaboró un proceso cuantitativo y descriptivo. Se gestionó el instrumento CEVEAPEU a 534 alumnos. Se hallaron diferencias notables en el uso de estrategias de aprendizaje entre el alumnado de grado y posgrado.

### **2.1.2 Estudios nacionales**

Abanto (2022) en su investigación: “*Personalidad eficaz y su relación con las estrategias de aprendizaje en los estudiantes de una universidad privada de Lima*” presentó como propósito identificar cómo se vinculan la personalidad eficaz y las estrategias de aprendizaje en alumnos de una universidad privada de Lima. Se abordó un tratamiento metodológico no experimental y correlacional, con 525 estudiantes del primer año de todas las facultades de dicha institución (como partícipes). Gracias a la administración del cuestionario se arrojó como resultado principal una vinculación positiva y representativa, con un valor  $Rho = 0,71$ .

Rojas (2022) en su estudio: “*Estrategias de aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Física, Facultad de Educación, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2018*” formuló como finalidad determinar la relación existente entre las estrategias de aprendizaje y rendimiento académico de los estudiantes de los primeros ciclos de la Escuela Profesional de Educación Física de la UNMSM, Lima, 2018. Se desarrolló un tratamiento no experimental y correlacional. De igual forma, se administraron dos cuestionarios a 80 alumnos. Finalmente, se corroboró una asociación positiva y notable de  $Rho = 0,609$  entre las variables.

Bazalar (2021) en su escrito: “*Los hábitos de estudio y tipos de aprendizaje en estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión*” formuló como finalidad determinar la correspondencia entre los hábitos de estudio y los tipos de aprendizaje en escolares de cuarto y quinto ciclo de la especialidad de CTS de la Facultad de Educación en la UNJFSC, 2018. Se siguió un proceso correlacional para que el participaron 53 alumnos. Los cuestionarios aplicados permitieron demostrar que una correspondencia significativa entre las variables de  $Rho = 0,666$ .

Límaco (2021) en su investigación: “*Liderazgo transformacional y hábitos de estudio en los estudiantes de posgrado de la Facultad de Ciencias Matemáticas de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos*” expuso como propósito determinar la relación que hay entre el liderazgo transformacional y los hábitos de estudio en los estudiantes de posgrado de la Facultad de Ciencias Matemáticas de la UNMSM. Se planteó una investigación cuantitativa, no experimental, correlacional. Se administraron dos cuestionarios a 100 alumnos. Con un valor de  $Rho = 0,404$ , se corroboró una vinculación estadística entre las variables.

Vásquez (2021) en su escrito: “*Niveles de comprensión lectora y hábitos de estudio en los estudiantes de educación primaria de la Facultad de Pedagogía, Universidad de*

*Educación Enrique Guzmán y Valle, 2019*” presentó como finalidad demostrar la relación que existe entre los niveles de comprensión lectora y los hábitos de estudio en los estudiantes de la especialidad de educación primaria en la Facultad de Pedagogía, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, 2019. Se expuso un estudio no experimental transeccional y correlacional. Se gestionó un instrumento a 28 estudiantes, el cual permitió verificar una correspondencia positiva y notable de  $r$  de Pearson = 0,718 entre las variables.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1 Hábitos de estudio**

García et al. (2018) declaran que un hábito hace referencia a la costumbre de llevar a cabo “algo” de forma repetida, naturalmente y con voluntad propia. Respetando estas mismas líneas, entonces, el hábito de estudio supondría el acto de estudiar, en actos repetitivos, es decir, la persona que ha adquirido este hábito de estudio lo ha ejecutado tantas veces que o bien no le cuesta nada o casi nada. Cabe destacar que pueden existir buenos hábitos de estudio (como subrayar las ideas significativas de las lecciones) y malos (como postergar las tareas para el último día de presentación).

De acuerdo con Eduardo y Garza (2012, como se citó en Soto y Rocha, 2020), los hábitos de estudio comprenden una serie de sistemas y prácticas de estudio que el alumnado aprende y desarrolla habitualmente, teniendo en consideración el proceso de enseñanza-aprendizaje. Estos hábitos pueden ser apropiados o inapropiados para el éxito académico del estudiantado.

En palabras de Salamea y Cedillo (2021), los hábitos de estudio están repercutidos por enrevesadas relaciones entre la cultura, costumbres, condicionamiento y motivación. En este sentido, los dichos hábitos sostienen al alumnado a enfrentarse a la rutina de las actividades

académicas, aprendiendo a ordenar su tiempo y espacio, empleando métodos y prácticas para evitar distracciones, y utilizando su motivación para sacar adelante su aprendizaje.

Según Carrillo y Bravo (2022), los hábitos de estudio engloban acciones repetitivas y frecuentes en la que la recurrencia conductual produce un proceso inconsciente que lo vuelve más fácil de efectuar. El alumnado debe desarrollar hábitos adecuados, como planificar su tiempo y lugar de estudio, organizar prácticas y sistemas pertinentes para su adquisición de conocimientos, habilidades y competencias, y sumarles eficiencia a dichos hábitos para lograr resultados favorables para su rendimiento académico.

**Caracterización del Hábito de Estudio.** García et al. (2018) mencionan que el hábito está integrado por diversas actividades, ya sean motoras, mentales o emocionales. El individuo adquiere la forma de imaginar, sentir, recordar, pensar, percibir y actuar repetidamente y bajo eventualidades parecidas al pasado. Comienza el hábito con la acción que va a satisfacer su necesidad hasta sentirse recompensado. Al sentir nuevamente la misma necesidad, entonces, repite la acción, convirtiéndose esta en algo intrínseco para él.

De acuerdo con el psicólogo William James, los hábitos se forman a partir de ciertas leyes:

- a. Ley de la Iniciativa.** El individuo antepone la iniciativa cuando desea adquirir o abandonar un hábito. Bajo esta perspectiva, la voluntad toma un papel decisorio sobre el hábito.
- b. Ley de la Constancia.** La constancia conduce a que el individuo pueda enraizar el hábito hasta que este se instale firmemente en su cotidianidad.
- c. Ley de la Oportunidad.** Para que el hábito se desarrolle, este necesita que el individuo busque oportunidades y cualquier estímulo para realizarlo.

**d. Ley de la Conservación.** Es fundamental que el individuo repita el acto de forma periódica, a pesar que no exista necesidad de él, para que el hábito pueda fijarse.

Una manera concreta para que el estudiante consiga sus objetivos es construyendo hábitos de estudio que le entreguen confianza y seguridad. Para ello, por ejemplo, puede poner en práctica las siguientes acciones:

- Estudiar todos los días en el mismo horario, respetando, además, el mismo tiempo de estudio.
- Estudiar las horas en la que perciba que alcanza el máximo rendimiento.
- No trasnocharse o madrugar.
- Ordenar sus estudios por materia según su nivel de concentración.
- Dividir su tiempo de estudio por materia según el grado de exigencia y dificultad.
- Estudiar siguiendo periodos con descansos pequeños de 10 minutos.
- Consumar lo aprendido antes de terminar cada periodo, autoevaluando lo aprendido.

Para formar hábitos de estudio, además, es fundamental la organización y la formulación de metas. El alumno debe conocer que existen ciertas reglas que determinan sus propias metas:

- a. Regla 1:** La meta debe ser formulada en expresiones positivas.
- b. Regla 2:** La meta debe ser formulada en términos sensoriales, es decir, se deben establecer objetivos SMART.
- c. Regla 3:** La meta debe ser formulada, teniendo en cuenta las capacidades cognitivas y metacognitivas del sujeto.
- d. Regla 4:** La meta debe ser establecida por el estudiante en ayuda de sus compañeros, maestros, amigos o padres de familia.

La norma básica y general para formar hábitos es la práctica de estudio continuo. Existen ciertas recomendaciones que el estudiante debe tomar en consideración para mejorar sus hábitos de estudio:

- Diseñar y fijar un horario de estudio.
- Formular y establecer objetivos de actividades que vayan en relación con el tópico que se está estudiando.
- Dividir y organizar de forma objetiva y pertinente el tiempo de estudio.
- Estudiar permanentemente a través del repaso diario, teniendo en cuenta la presentación de tareas de cada asignación. En este sentido, no se debe procrastinar, dejando las tareas académicas para el final.
- Formar hábitos competentes de lectura, efectuando de forma continua subrayados, esquemas, resúmenes, etc.
- Estudiar en un espacio que brinde iluminación y ventilación adecuada, y que esté libre de ruidos y distracciones.

**Factores que Intervienen en el Estudio.** García (2018) señala que existen dos tipos de factores que intervienen durante el estudio del alumnado:

1. **Factores Físicos.** Es normal ver a estudiantes mayores (aquellos que están en academias, institutos o universidades) realizar exámenes sin haber dormido lo suficiente o desayunado, con altos niveles de estrés y con una única taza de café bebida. Estas malas condiciones físicas inciden en los resultados de los alumnos, incluso cuando perciben que han estudiado de forma correcta. Por esta razón, aquellos alumnos que conocen la importancia de las condiciones físicas suelen sentirse fuertes y seguros cuando van a estudiar. Mientras que, existen otros estudiantes que solo se enfocan en estudiar, sin considerar que lo físico incide en lo intelectual. En este sentido, es fundamental analizar los principales elementos que influyen en el cuerpo del estudiante.

- a. *Alimentación.* Considerar la importancia de un buen y completo desayuno, conformado por lácteos, cereales y frutas. Es fundamental que el desayuno se concientice tomarlo desde cuando sé es pequeño y dedicarle el tiempo necesario para hacerlo.
- b. *Ejercicio físico.* Realizar actividad física con regularidad tiene buenos beneficios en la práctica del estudio. Por ejemplo, mejora la actividad neuronal, en especial la superior, la cual engloba la memoria, el razonamiento, juicio, abstracción y otras competencias de ejecución.
- c. *Relajación.* Los ejercicios de relajación impactan en la disminución del estrés de los alumnos. Realizar ejercicios como la meditación o el yoga antes de estudiar contribuyen en la preparación de un buen aprendizaje.

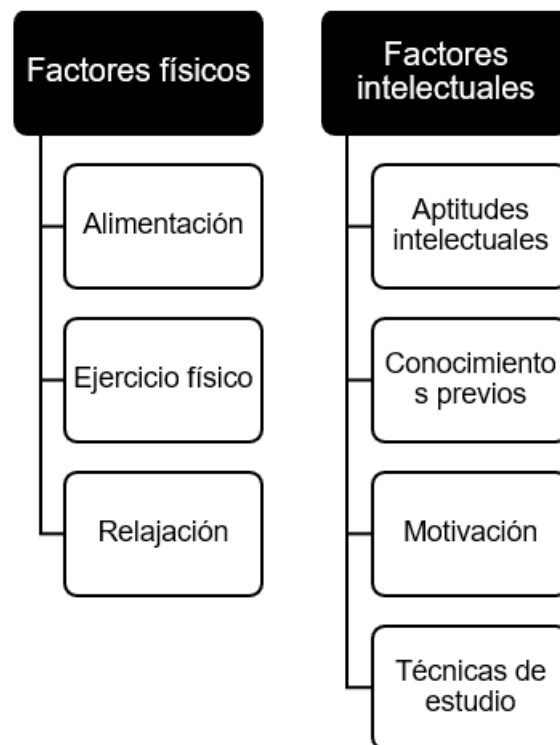
**2. Factores Intelectuales.** Estas condiciones también afectan a los estudiantes durante su adquisición de conocimientos y son más decisivos que las físicas, debido a que el estudio se caracteriza por ser de ámbito intelectual. Las principales condiciones intelectuales que el alumnado debe conocer y tomar en consideración son:

- a. *Aptitudes intelectuales.* De acuerdo con la teoría de Gardner, existen ocho inteligencias, las cuales pueden ser desarrolladas según los estilos de aprendizaje del estudiante, así como siguiendo sus propias habilidades.
- b. *Conocimientos previos.* Los nuevos conocimientos se unen a la organización cognitiva del estudiante. Un aprendizaje correcto forma una red en la que se interrelacionan los nuevos conocimientos con lo que ya han sido adquiridos.
- c. *Motivación.* Desarrollar una motivación intrínseca y conseguir aquella motivación extrínseca permitirá a que el alumno pueda conseguir cualquier meta u objetivos que se proponga en su vida estudiantil.

d. *Técnicas de estudio*. Desarrollar técnicas de estudio correctas suplirá las ausencias de desarrollo que pueda tener el estudiante en los tres factores intelectuales anteriormente descritos.

**Figura 1**

*Factores que intervienen en el estudio del alumnado*



**Dimensiones de los Hábitos de Estudio.** Fernández (2014) manifiesta que estos hábitos se desarrollan, teniendo en consideración los siguientes elementos:

1. **Condiciones Ambientales del Estudio.** Comprende el entorno físico y psicológico que favorece unas condiciones propicias para el aprendizaje y la concentración durante el tiempo dedicado al estudio. Estas condiciones juegan un papel crucial en la efectividad de los hábitos de estudio y pueden variar según las preferencias individuales del estudiante. Sin embargo, algunos aspectos generales incluyen:

- *Ambiente familiar.* La familia ejerce una función importante en el rendimiento académico del alumnado. Bajo esta perspectiva, la familia debe aconsejar, ayudar y animar para que el alumno estudie más y mejor.
- *Ambiente académico.* Este ambiente abarca los elementos académicos del estudiante, como la universidad, compañeros y docentes. Estos últimos tienen la misión de ayudar y guiar a los alumnos en su trayectoria hacia el aprendizaje.
- *Ambiente personal.* Este ambiente es el más importante e involucra lo que el alumno piensa y espera de sus estudios. Para ello, este debe estudiar con firmeza, convencerse de que el estudio es una profesión y de que pueda brindar grandes oportunidades en la vida.
- *Estado físico del estudiante.* Indica evitar obstáculos para desarrollar un estudio provechoso como, por ejemplo, el cansancio, mala alimentación, dolor de cabeza, falta de sueño, problemas visuales, etc. En este sentido, la forma física es una de las condiciones principales para el estudio. Para ello, el estudiante debe realizar ejercicio físico regularmente, alimentarse adecuadamente, descansar y estudiar en las horas en las que el cuerpo y mente estén en su mayor nivel de concentración.
- *Lugar de estudio.* Hace referencia a aquel lugar que esté libre de distracciones, es decir, en donde no haya ruidos, ni llamadas, ni interrupciones, etc. Debe ser un lugar en el que el alumno se pueda concentrar, tenga buena iluminación, ventilación y comodidad (mesa y silla de trabajo adecuadas). Además, el lugar de estudio debe ser personal. En otras palabras, un lugar al que el estudiante le tome verdadero cariño.
- *Comportamiento académico.* Se centra en las normas que el estudiante debe seguir y cumplir en su espacio estudiantil: universidad, instituto, colegio o escuela. Entre ellas se encuentran la atención que debe tomar el estudiante durante

las exposiciones de los docentes, hacer preguntas a estos mismos con respecto algún contenido académico que no se comprenda, colaborar de forma activa en las tareas que se efectúen en la universidad, instituto, colegio o escuela, y tomar apuntes durante las clases explicadas por los docentes.

- *Rendimiento.* La remuneración del trabajo del estudiante son las calificaciones. Para ello hay que tener en consideración que existen dos tipos de rendimiento escolar. El primero, llamado rendimiento efectivo, es el que refleja las calificaciones de los exámenes tradicionales, trabajos académicos, exposiciones, pruebas objetivas, etc.; es decir, refleja el conocimiento real del estudiante en cierta asignatura. Y el segundo, llamado rendimiento satisfactorio, el cual resalta la diferencia entre lo que el estudiante ha conseguido y lo que podría conseguir.

**2. Planificación del Estudio.** Proceso en el que se organizan y se determinan estrategias para gestionar eficientemente el tiempo y los recursos disponibles para obtener designios académicos. La planificación del estudio es esencial para maximizar la productividad, mantener la consistencia en los hábitos de estudio y lograr un éxito académico continuo.

- *Horarios.* Se debe elaborar un horario en el que se pueda aprovechar el tiempo máximo de estudio. Para ello, es fundamental incluir en este horario todas las asignaturas, periodos de descanso, días de descanso a la semana y, sobre todo, que el horario sea al estilo y preferencia del estudiante.
- *Organización.* También es esencial desarrollar hábitos de organización. Entre estos se encuentran preparar todos los materiales que sean necesario antes de sentarse a estudiar, colocar cada cosa (libros, fichas, hojas, etc.) en su lugar correspondiente, y sentirse satisfecho con su propia organización.

**3. Utilización de Materiales.** Facilita el proceso de aprendizaje e incluye la selección adecuada de libros, apuntes, recursos en línea y cualquier material de referencia pertinente al tema de estudio. La calidad y relevancia de estos materiales influyen directamente en la comprensión de conceptos clave. Además, la combinación de diversos recursos, tanto impresos como digitales, maximiza las oportunidades de adquirir conocimiento de manera integral y eficaz.

- *Lectura.* Es una de las herramientas principales cuando se estudia. Asimismo, muchos de los problemas de los estudiantes se inician por no comprender lo leído.
- *Libros y otros materiales.* A pesar de que hoy por hoy existen modernas técnicas de estudio, los libros de texto, de consulta, de apuntes, de gráficos, revistas, etc. son elementos que se deben considerar en la formación integral del alumnado. De igual forma, es importante que se le habitúe al estudiante a buscar información (investigar) cuando no la posea.
- *Esquemas-resúmenes.* Actualmente, se encuentra altas dosis de información. Por esta razón, es fundamental que los estudiantes realicen de forma correcta la función de síntesis, a través del subrayado, apuntes de los puntos importantes, construcción de esquemas y resúmenes.

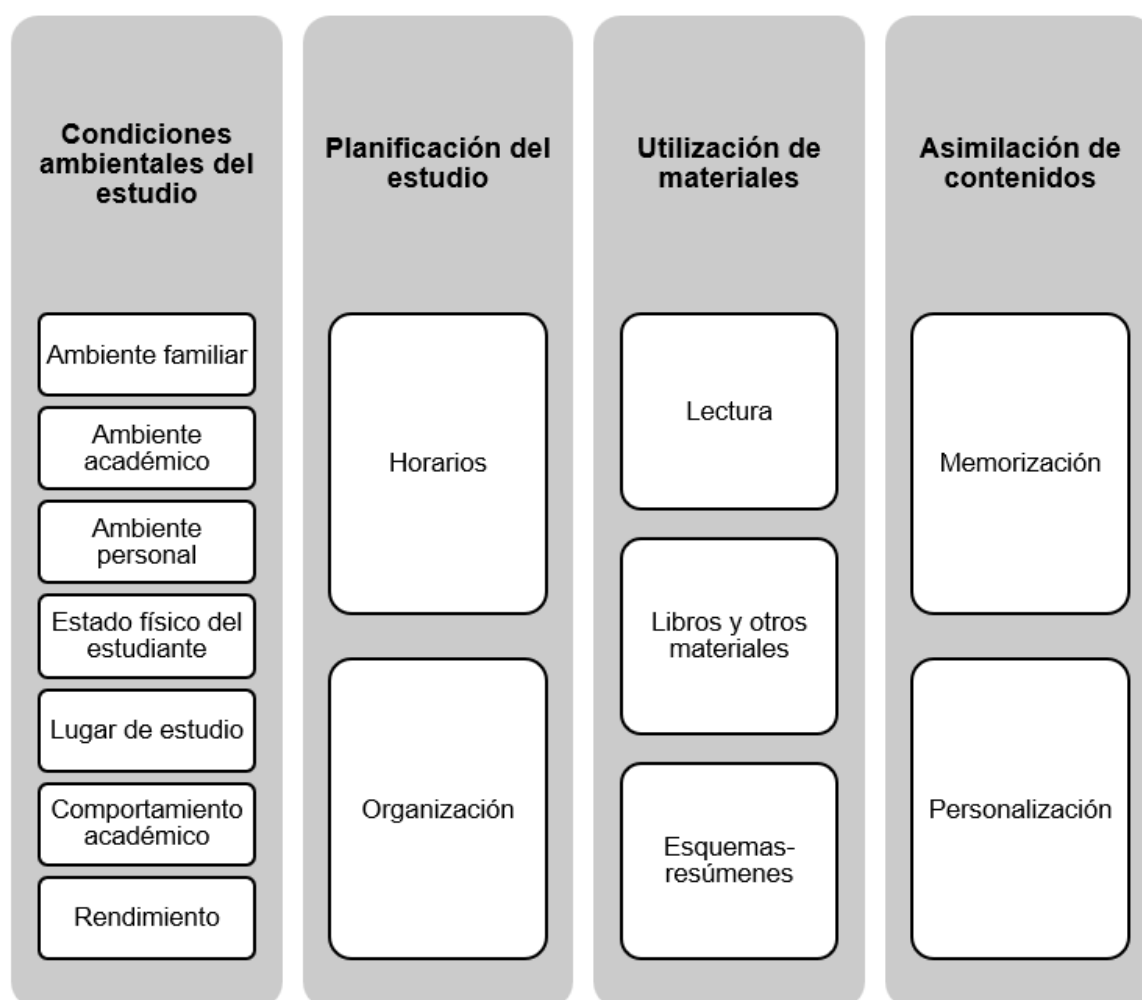
**4. Asimilación de Contenidos.** Implica la comprensión profunda y efectiva de la información aprendida. Este proceso implica principalmente a la memorización y personalización:

- *Memorización.* La memoria tiene una participación esencial en la formación de los estudiantes. Para ello, los estudiantes deben confiar en su propia memoria, entender y asimilar antes de memorizar, disponer de recursos sensoriales y emplear métodos de memorización.

- *Personalización.* Es el tratamiento que cada estudiante le da a la asimilación de contenidos de su estudio, según sus necesidades y preferencias. Aquí se proponen dos sistemas de personalización: trabajo en equipo y trabajo personal.

**Figura 2**

*Elementos que inciden en el desarrollo de hábitos de estudio*



### 2.2.2 Estrategias de aprendizaje

Woolfolk (2014) declara que las estrategias de aprendizaje comprenden una serie de ideas para conseguir metas de aprendizaje. En otras palabras, es un plan general para desempeñar tareas académicas.

En palabras de Rosales (2020), las estrategias de aprendizaje comprenden procedimientos planificados que se emplean para simplificar y favorecer la manera de adquirir y retener el conocimiento. Asimismo, existe una amplia variedad de clasificar estas estrategias.

Para Madrigal (2022), las estrategias de aprendizaje engloban aquellas acciones entregadas a la consecución de un fin y que se caracterizan por la individualidad y diferenciación, pues atienden a las capacidades de cada individuo, es decir, forman parte de la intelectualidad que cada persona aplica para elaborar y ordenar conocimiento. Asimismo, une lo cognitivo con lo afectivo, por lo que no se puede apartar el rol que ejercen las emociones en el aprendizaje. En síntesis, las estrategias deben estar a disposición de la unificación de conocimientos y diversidad de tareas, habilidades y situaciones afectivas involucradas dentro del aprendizaje.

Conforme a Freiberg et al. (2017), las estrategias de aprendizaje destinan las tácticas que se aplican en la elaboración de tareas académicas. Comprenden actividades que el alumnado efectúa durante su aprendizaje con la intención de incidir sobre sus condiciones cognoscitivas y afectivas, contribuyéndole lograr una meta académica en específica.

**Tácticas de Aprendizaje.** Woolfolk (2014) indica que las tácticas de aprendizaje comprenden técnicas en concreto que permiten efectuar las estrategias de aprendizaje (plan).

García et al. (2018) mencionan que existen seis principales técnicas de aprendizaje:

1. **Técnica de Captación de la Información Escrita.** Se logra con la comprensión lectora y tiene como finalidad adjudicar significado al texto escrito sin pronunciar las palabras escritas.

**2. Técnicas Conceptuales.** Son empleadas en el aprendizaje inductivo y contribuyen en la elaboración de conceptos.

**3. Técnica del Aprendizaje Mecánico.** Se emplean diferentes herramientas de aprendizaje con el propósito de conseguir información y repetirla una y otra vez. Entre estas se engloba el leer notas o un libro, para después redactar las primeras cuestiones que se tenga de lo leído.

**4. Técnica de Condensación de Información.** Esta técnica se emplea dependiendo del tema a tratar. Como ejemplo, se tiene el resumen, infografías, comprensión de mapas, etc.

**5. Técnica de Estudio por Comprensión.** Es similar a la actividad científica. Esta técnica beneficia el autoaprendizaje de los estudiantes y enfatiza su índole activa en la indagación y administración de la información.

**6. Técnica de Progresión Básica de Lectura.** Prepara y ejercita al lector, afinando su espacio visual y mejorando la velocidad y comprensión de lo leído. Durante la lectura, los ojos del lector ejecutan pequeños saltos, desde un ancla de fijación hacia otro, frenando en ciertos momentos para agregar un término o dos, antes de que sus ojos se sigan moviendo. El lector incorpora la información en las pausas.

Asimismo, existen ciertas técnicas auxiliares que resaltan la calidad de lo que se aprende y no la cantidad de lo que se lee. Entre estas se encuentran:

**1. Tarjetas Didácticas.** También llamadas flash cards se pueden utilizar en diferentes actividades académicas. Por lo general, el alumnado es quien diseña sus propias tarjetas y sirvan como un recurso importante durante la autoevaluación.

**2. Técnica de Relajación.** Se recomienda para aquellos estudiantes que son nerviosos y preocupados. Es aconsejable practicarlo cada día, en sesiones de diez o quince minutos.

Debido a que el alumno estudia de forma intensa, en ciertos escenarios se encuentra presionado y estresado. Por este motivo, se aconseja los ejercicios de relajación que tienen como base al yoga.

**3. Técnica de Subrayado.** Resalta aquellas ideas principales de un texto, simplificando el estudio, memorización y repaso. Esta técnica acompañada de notas en los márgenes ahorra una cantidad de tiempo considerable de estudio, así como mucho esfuerzo.

**4. Técnica de Revisión del Examen.** Después de que el docente revisa el examen a los estudiantes, es importante que este sea entregado al alumno y que, además, proporcione las respuestas correctas de la prueba, brindándole así retroalimentación. Es fundamental que el alumno no se quede con las dudas.

**5. Técnica del Repaso.** Contribuye a reforzar los conocimientos ya aprendidos. Para que esta técnica pueda brindar frutos es esencial que el alumno evite repasar a última hora. Este escenario por lo habitual se da en fechas de exámenes.

**6. Técnica del Apunte.** Es uno de los mejores instrumentos que puede utilizar el alumno. Reúne información escrita que se dicta en clase. El alumno emplea esta técnica en dos momentos: durante la clase, cuando anota lo que se está dictando y después de clase, cuando va a repasar o estudiar lo dictado.

**Dimensiones de las Estrategias de Aprendizaje.** Beltrán et al. (2006) señalan que las estrategias de aprendizaje se enumeran de acuerdo a los cuatro procesos principales del aprendizaje humano:

**1. Sensibilización.** Debido a que este primer proceso es la puerta de acceso a cualquier aprendizaje, es esencial destacar a la motivación como el punto para comenzar la adquisición.

La sensibilización resalta la función que realizan las emociones dentro del aprendizaje. Por ejemplo, la ansiedad puede ser bien un elemento dinamizador como inhibidor dentro de los mecanismos del aprendizaje.

Finalmente, las actitudes durante el aprendizaje también son esenciales. Estas pueden facilitar u obstruir el aprendizaje del estudiante.

- *Motivación.* Es un elemento que evidencia la disposición dinámica y positiva del estudiante hacia el aprendizaje. La motivación atiende los procesos de aprendizaje que se dirigen al objetivo, permitiendo, además, que se mantengan.
- *Actitudes.* Se encuentran íntimamente asociadas con el proceso enseñanza-aprendizaje, debido a que las actitudes del alumnado son agentes que inciden de forma sustancial en los resultados de aprendizaje. En este sentido, las actitudes positivas conllevarán a resultados favorecidos, mientras que las negativas suscitarán resultados perjudiciales.
- *Afectividad-control emocional.* Hoy por hoy, la ansiedad es considerada como un factor directo que incide en los procesos cognitivos del alumnado. Bajo esta perspectiva, es importante que los estudiantes desarrollen una estrategia sólida contra la ansiedad, es decir, que mantengan el control emocional cuando efectúen tareas. Para ello, es fundamental que identifiquen escenarios de ansiedad y que después puedan aplicar ejercicios de relajación.

**2. Elaboración.** Después de que el estudiante se sensibiliza hacia la tarea de aprendizaje puede comenzar a transformar la información en conocimiento. Para la construcción del conocimiento interfieren tres elementos:

- *Selección de la información.* Actualmente, el problema general no reside en los datos, sino en la selección de estos. En la cadena del aprendizaje es fundamental la selección de la información, debido a que esta conducirá a las demás actividades que intervienen en la construcción del aprendizaje.
- *Organización de la información.* Este componente combina cada elemento informativo seleccionado, construyendo un todo que sea congruente y significativo, es decir, definiendo relaciones y formando una estructura interna que da consonancia y dirección. Para organizar la información, el estudiante puede emplear diferentes técnicas, como elaborar apuntes, esquemas, mapas conceptuales, resúmenes, etc.
- *Elaboración de la información.* Comprende asociar los nuevos conocimientos con los almacenados, consiguiendo así una interpretación individual. Mediante la elaboración, se fusiona información nueva con la que ya se tenía, construyendo nuevos y mejores significados que los anteriormente existentes. El resultado es que el alumno genera nuevas premisas, que inician en su conocimiento previo y de la nueva información recibida, lo cual conlleva más tiempo para procesar toda la información.

**3. Personalización.** Hace referencia al proceso en el que el estudiante camina más allá de la información que ha recibido, es decir, relaciona esta información con otras, la modifica, critica, aplica y transfiere a otros contextos. En este momento, el aprendizaje se vuelve más personal y su interpretación depende de la realidad del propio alumno.

- *Pensamiento crítico/creativo.* El pensamiento crítico se refiere al pensamiento reflexivo, pues este es el que decide qué hacer o creer. Mientras que, el

pensamiento creativo no se focaliza tanto en analizar la información, sino en generar ideas que sean auténticas y extravagantes.

- *Recuperación.* Recuperar los conocimientos adquiridos es una parte fundamental en el aprendizaje. Para recuperar la información se puede emplear exámenes de los contenidos informativos almacenados para recuperar la información que se necesita, y la acción de decisión, para definir si la información que se ha recuperado es la apropiada.
- *Transferencia.* Todo aprendizaje es transferido, debido a que nunca se utiliza el aprendizaje en el mismo escenario en el que se lo adquirió.

**4. Metacognición.** Para que el alumnado pueda obtener un buen rendimiento académico no solo es suficiente que utilice sus habilidades cognitivas, sino que, además, desarrolle habilidades metacognitivas. En otras palabras, la capacidad para direccionar, controlar, recuperar y aplicar los conocimientos (capacidad autorreguladora y metacognitiva) es clave durante el aprendizaje.

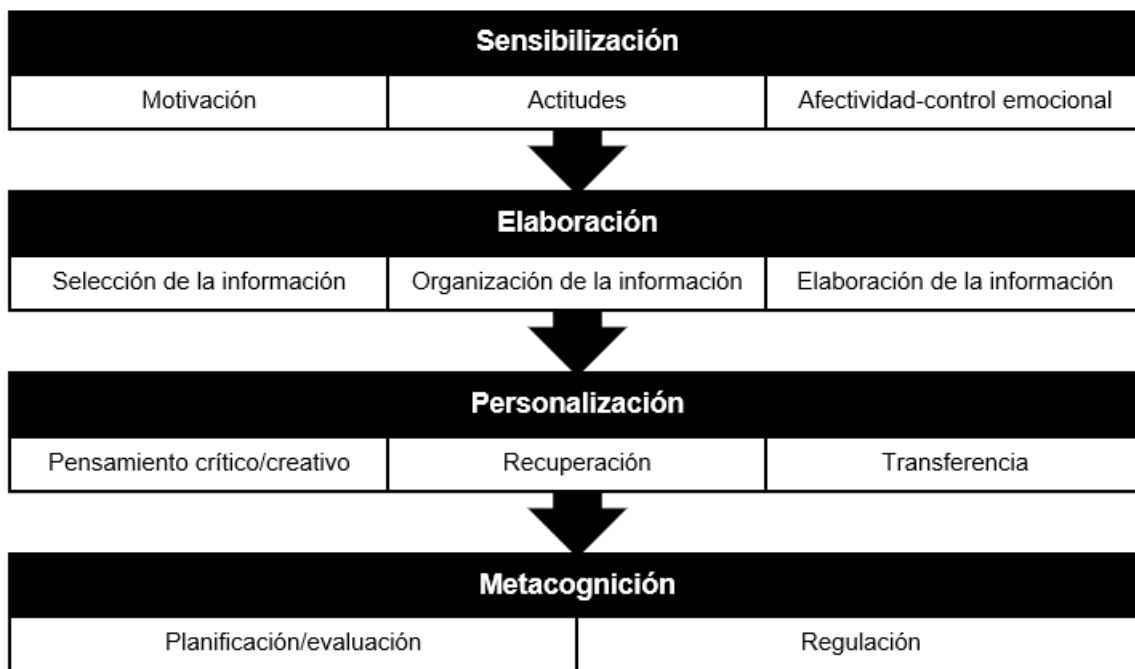
Las principales estrategias metacognitivas son:

- *Planificación/evaluación.* Las actividades de planificación y evaluación ayudan al estudiante a saber en qué dirección debe efectuar la adquisición, procesamiento y restablecimiento de la información, qué debe realizar y qué estrategias debe emplear en cada etapa del aprendizaje. La planificación comprende definir objetivos y metas de aprendizaje, pasos para cumplir las tareas académicas, programación de horarios, puntualización de recursos y selección de estrategias. Y la evaluación se encarga de controlar y comparar los resultados de aprendizaje obtenidos.

- *Regulación.* Comprende la autodirección y control del conocimiento durante la realización de la tarea y resalta la capacidad para efectuar actividades como, por ejemplo, corroborar si se ha comprendido la tarea, formular preguntas que impliquen la comprensión de la misma, adecuar tiempo y esfuerzo, y modificar o cambiar estrategias alternativas, si en caso las que se han aplicado han resultado ineficaces.

**Figura 3**

*Estrategias de aprendizaje según los cuatro principales procesos de aprendizaje*



**Estilos de Aprendizaje.** Sánchez y Andrade (2014) declaran que los estilos de aprendizaje comprenden la manera que emplea cada persona para aprender, lo cual hace al proceso único. Debido a que cada persona es diferente, entonces, la forma en la que cada una de ellas aprende también será diferente, de acuerdo a sus necesidades y objetivos.

En otras palabras, los estilos de aprendizaje engloban el modo en el que el cerebro absorbe y trata la información. A la hora de aprender, no existe un estilo que sea mejor que otro, debido a que el estilo que escoja y ponga en práctica cada estudiante será el que mejor le funcione. El punto clave y central es que el estudiante sea consciente acerca de qué estilo le funciona y prefiere, de cómo puede explotar y sacarle todo el potencial a dicho estilo y cómo puede construir estrategias que le ayuden a fortalecer su estilo de aprendizaje.

Una de las teorías que apoya a los estilos de aprendizaje es la teoría de las Inteligencias Múltiples, para la cual no hay un solo modo de aprender. Esta teoría resalta la importancia de cómo aprenden mejor las personas y explica que estas poseen una pluralidad de formas de aprender, como, por ejemplo, a través de la escritura, lectura, dibujos, cálculos, deducciones, sonidos, imágenes, entre otros.

Por su parte, Woolfolk (2014) señala que, desde su postura, el concepto de preferencias de aprendizaje es más exacto cuando se habla de estilos de aprendizaje, puesto que la gran mayoría de investigaciones en torno a este tópico especifica preferencias en ámbitos de aprendizaje, como cuándo, en qué lugar, con quién, con qué música, alimentos, iluminación prefiere estudiar, entre otros.

**Aprender a Aprender.** Dvorak (2019) menciona que, si bien las escuelas, institutos y universidades invierten tiempo y esfuerzo en enseñarles información a su alumnado, con regularidad no brindan instrucción acerca de cómo aprender dicha información. Por esta razón, muchos alumnos estudian, pero al final no aprenden del todo. En este sentido, para que el estudiante pueda maximizar su aprendizaje (y no solo estudiar), lo que necesita es desarrollar tres tipos de habilidades, siendo estas:

1. **Habilidades de Pensamiento.** Engloba habilidades que ayudarán al estudiante a aprender cómo pensar.

- *Creencias y mentalidades.* Aquellos que adoptan una mentalidad de crecimiento, creyendo en la capacidad de desarrollar habilidades a través del esfuerzo y la perseverancia, tienden a enfrentar los desafíos con más tenacidad. En contraste, una mentalidad fija, que ve las habilidades como innatas y estáticas, puede limitar el potencial de aprendizaje. Las creencias también afectan la motivación, la resiliencia y la disposición para explorar nuevos conceptos. Fomentar una mentalidad positiva y flexible puede potenciar el aprendizaje y promover un desarrollo pleno de las habilidades cognitivas.
- *Atribuciones.* Se refieren a cómo las personas interpretan y explican sus éxitos o fracasos académicos. Las atribuciones influyen en la motivación y en la forma en que los individuos abordan futuros desafíos. Una comprensión reflexiva de las atribuciones puede ayudar a cultivar una mentalidad de crecimiento, donde se valora el esfuerzo y la capacidad de aprendizaje a lo largo del tiempo.
- *Objetivos de logro e interés.* Los objetivos de logro proporcionan una dirección clara y metas específicas que motivan a los estudiantes a esforzarse y mejorar. Por otro lado, el interés juega un papel crucial al despertar la curiosidad y la participación activa en el aprendizaje. La combinación de objetivos de logro desafiantes y un interés genuino en el contenido contribuye a un proceso de aprendizaje más efectivo y gratificante, impulsando así el desarrollo académico y personal.
- *Autoeficacia.* Creencia personal en la aptitud y suficiencia para ejecutar tareas concretas y lograr fines. Cuando un individuo tiene una alta autoeficacia en relación con una tarea académica, es más probable que se enfoque en la misma con confianza y perseverancia. Por el contrario, una baja autoeficacia puede resultar en una falta de motivación y un menor rendimiento.

- *Metacognición.* El ser conscientes de cómo se aprende, planifica y monitorea el propio progreso, puede mejorar la calidad del aprendizaje. La metacognición incluye habilidades como la autorreflexión, la autorregulación y la capacidad para adaptar estrategias según las demandas de la tarea. Los estudiantes metacognitivos son capaces de identificar obstáculos, seleccionar las estrategias más apropiadas y evaluar su comprensión.
- *Aprendizaje autorregulado.* Implica la gestión y control activo que ejecutan los individuos en su personal proceso de aprendizaje. Esta habilidad incluye la planificación, la monitorización y la evaluación de los propios recursos y estrategias de estudio. Los estudiantes que practican la autorregulación son capaces de establecer metas claras, identificar obstáculos, seleccionar estrategias efectivas y evaluar su progreso.

**2. Habilidades de Aprendizaje.** Comprende el conjunto de herramientas y estrategias de aprendizaje.

- *Autoevaluación.* Capacidad del estudiantado para reflexionar críticamente con respecto a su propio desempeño y comprensión. Al evaluar sus fortalezas y debilidades, los estudiantes pueden reconocer áreas para adaptar y medrar sus estrategias de estudio. La autoevaluación fomenta la toma de conciencia y responsabilidad, permitiendo a los aprendices monitorear su progreso y ajustar su enfoque de manera proactiva.
- *Reaprendizaje sucesivo y revisión espaciada.* Son estrategias poderosas para mejorar la retención y el recuerdo a largo plazo en el proceso de aprendizaje. El reaprendizaje sucesivo implica revisar y practicar repetidamente el material a lo largo del tiempo, reforzando así la memoria. Por otro lado, la revisión espaciada

consiste en distribuir las sesiones de estudio a lo largo de intervalos de tiempo, permitiendo una exposición gradual y repetida al contenido. Ambas estrategias se basan en el principio de que la exposición espaciada y repetida mejora el afianzamiento a largo plazo de la información.

- *Fichas de estudio.* Son herramientas efectivas para organizar y revisar información de manera concisa y estructurada. Al crear fichas, los estudiantes pueden resumir conceptos clave, fórmulas o datos importantes en un formato fácil de revisar. Además de facilitar la memorización, las fichas de estudio pueden emplearse como tarjetas de repaso, aprovechando el principio de revisión espaciada. Este método interactivo permite a los estudiantes autoevaluarse y reforzar la retención mediante la práctica regular.
- *Organizadores gráficos.* Son valiosas herramientas visuales que facilitan a comprender y organizar aquella información que es compleja. Estos diagramas, como mapas conceptuales, diagramas de flujo o cuadros sinópticos, permiten a los estudiantes estructurar y conectar ideas de manera visual. Al crear un formato visual, los organizadores gráficos ayudan a resaltar relaciones, jerarquías y patrones, lo que facilita la asimilación del contenido. Además, fomentan la participación activa en el aprendizaje al requerir que el estudiantado sintetice la información de manera significativa.

**3. Habilidades Psicológicas.** Las más importantes que deben conocer y poner en desarrollos los estudiantes son:

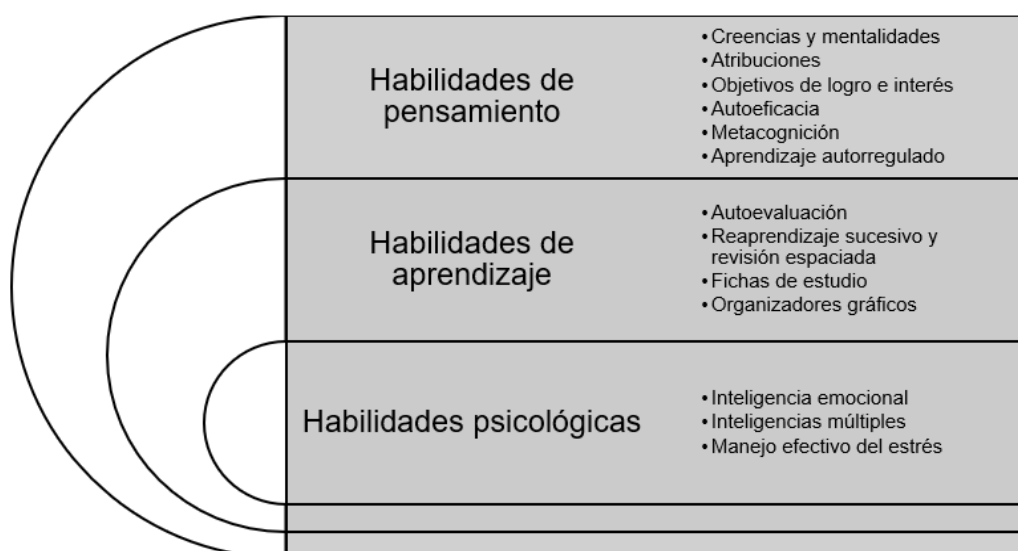
- *Inteligencia emocional.* Ejerce un papel crucial durante el aprendizaje, al identificar, comprender y gestionar las emociones. Aquellos estudiantes que poseen una mayor inteligencia emocional tienden a ser más propensos a manejar

el estrés, la frustración y los desafíos académicos de manera efectiva. Además, la empatía y la construcción de relaciones positivas con compañeros y profesores pueden mejorar el ambiente de aprendizaje.

- *Inteligencias múltiples.* Esta teoría reconoce y valora la diversidad de habilidades y talentos individuales, y sugiere que los estudiantes pueden sobresalir en áreas diversas. Al abrazar las inteligencias múltiples en el entorno educativo, se otorga al estudiantado la oportunidad de desarrollar y aplicar sus habilidades de manera más holística, adaptándose mejor a sus estilos y preferencias de aprendizaje individuales. Este enfoque diversificado promueve una educación más inclusiva y completa.
- *Manejo efectivo del estrés.* Es esencial en el proceso de aprendizaje para garantizar un ambiente propicio para el rendimiento académico y el bienestar emocional. El estrés puede afectar negativamente la concentración, la memoria y el abordaje de decisiones, por lo cual se vuelve fundamental adoptar estrategias de afrontamiento.

**Figura 4**

*Habilidades para aprender cómo aprender*



## **2.3 Bases filosóficas**

### **2.3.1 Hábitos de estudio**

Los hábitos de estudio descansan en el principio de que el aprendizaje es una búsqueda constante de conocimiento y automejora. Desde una perspectiva filosófica, los hábitos de estudio son más que simples rutinas; son manifestaciones de la dedicación y la autodisciplina en la búsqueda del saber. En el corazón de esta filosofía reposa el sentido de que la adquisición de conocimientos no es solo un medio para alcanzar metas académicas, sino también un vehículo para el desarrollo personal y la comprensión más profunda del mundo.

La filosofía subyacente a los hábitos de estudio sugiere que el aprendizaje es un viaje continuo, donde la disciplina, la reflexión y la adaptabilidad se entrelazan para cultivar no solo conocimientos sólidos, sino también habilidades para la vida y el pensamiento crítico. La construcción de hábitos de estudio eficaces se convierte así en un compromiso filosófico con el crecimiento intelectual y el autodescubrimiento.

### **2.3.2 Estrategias de aprendizaje**

Las estrategias de aprendizaje radican en la creencia de que la búsqueda del conocimiento es una empresa activa y personalizada. Desde una perspectiva filosófica, las estrategias de aprendizaje son la manifestación de una mente comprometida en descifrar el mundo que la rodea. En este enfoque, el aprendizaje no es simplemente un acto pasivo de absorción de información, sino una participación activa en la construcción de significado.

La filosofía subyacente sugiere que la diversidad de estrategias refleja la singularidad de cada individuo y su estilo de procesamiento cognitivo. Estas estrategias, ya sea la toma de apuntes, la discusión activa o la aplicación práctica del conocimiento, son herramientas prácticas, y expresiones de una filosofía de aprendizaje que valora la exploración, la adaptabilidad y el entendimiento profundo como metas intrínsecas del proceso educativo.

## **2.4 Definición de términos básicos**

### ***Asimilación de Contenidos***

Implica la comprensión profunda y efectiva de la información aprendida (Fernández, 2014).

### ***Condiciones Ambientales del Estudio***

Comprende el entorno físico y psicológico que favorece unas condiciones propicias para el aprendizaje y la concentración durante el tiempo dedicado al estudio. Estas condiciones juegan un papel crucial en la efectividad de los hábitos de estudio y pueden variar según las preferencias individuales del estudiante (Fernández, 2014).

### ***Elaboración***

Es el proceso en el que el alumno comienza a transformar la información en conocimiento (Beltrán et al., 2006).

### ***Estilos de Aprendizaje***

Comprende la manera en la que cada persona gestiona su aprendizaje, lo cual hace al proceso único. Debido a que cada persona es diferente, entonces, la forma en la que cada una de ellas aprende también será diferente, de acuerdo a sus necesidades y objetivos (Sánchez y Andrade, 2014).

### ***Estrategias de Aprendizaje***

Son procesos planificados que se emplean para simplificar y favorecer la manera de adquirir y retener el conocimiento (Salamea y Cedillo, 2021).

### ***Hábitos de Estudio***

Sostienen al alumnado a enfrentarse a la rutina de las actividades académicas, aprendiendo a ordenar su tiempo y lugar de estudio, empleando métodos y prácticas para evitar

distracciones, y utilizando su motivación para sacar adelante su aprendizaje (Salamea y Cedillo, 2021).

### ***Metacognición***

Hace referencia a la capacidad para direccionar, controlar, recuperar y aplicar los conocimientos (capacidad autorreguladora y metacognitiva) durante el aprendizaje (Beltrán et al., 2006).

### ***Personalización***

Hace referencia al proceso en el que el alumno camina más allá de la información que ha recibido, es decir, relaciona esta información con otras, la modifica, critica, aplica y transfiere a otros contextos. En este momento, el aprendizaje se vuelve más personal y su interpretación depende de la realidad del propio alumno (Beltrán et al., 2006).

### ***Planificación del Estudio***

Proceso en el que se organiza y definen estrategias para gestionar eficientemente el tiempo y los recursos disponibles con el fin de alcanzar metas académicas (Fernández, 2014).

### ***Sensibilización***

Resalta la función que realizan las emociones dentro del aprendizaje (Beltrán et al., 2006).

### ***Utilización de Materiales***

Facilita el proceso de aprendizaje e incluye la selección adecuada de libros, apuntes, recursos en línea y cualquier material de referencia pertinente al tema de estudio (Fernández, 2014).

## **2.5 Hipótesis de la investigación**

### **2.5.1 Hipótesis general**

Los hábitos de estudio se relacionan significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.

### **2.5.2 Hipótesis específicas**

- Las condiciones ambientales de estudio se relacionan significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.
- La planificación del estudio se relaciona significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.
- La utilización de materiales de estudio se relaciona significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.
- La asimilación de contenidos se relaciona significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.

## 2.6. Operacionalización de las variables

| VARIABLES                                           | DEFINICIÓN CONCEPTUAL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | DEFINICIÓN OPERACIONAL                                                                                                                                                   | DIMENSIONES                         | INDICADORES                                                                                                                                                                                                                                                               | ÍTEMS   | MEDIDA                    |
|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------|
| <b>VARIABLE 1:</b><br><br><b>HÁBITOS DE ESTUDIO</b> | El hábito de estudio es la costumbre de estudiar en actos repetitivos, es decir, la persona que ha adquirido este hábito de estudio lo ha ejecutado tantas veces que o bien no le cuesta nada o casi nada. Cabe destacar que pueden existir buenos hábitos de estudio (como subrayar las ideas significativas de las lecciones) y malos (como postergar las tareas para el último día de presentación) (García et al., 2018). | Esta variable fue medida en 4 dimensiones y 14 indicadores. Asimismo, se diseñó un cuestionario en escala Likert. Para esta variable se formularon 16 ítems a responder. | Condiciones ambientales del estudio | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ambiente familiar</li> <li>- Ambiente académico</li> <li>- Ambiente personal</li> <li>- Estado físico del estudiante</li> <li>- Lugar de estudio</li> <li>- Comportamiento académico</li> <li>- Rendimiento académico</li> </ul> | 1 – 8   | Ordinal, escala de Likert |
|                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                          | Planificación del estudio           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Horarios</li> <li>- Organización</li> </ul>                                                                                                                                                                                      | 9 – 10  |                           |
|                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                          | Utilización de materiales           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lectura</li> <li>- Libros y otros materiales</li> <li>- Esquemas-resúmenes</li> </ul>                                                                                                                                            | 11 – 13 |                           |
|                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                          | Asimilación de contenidos           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Memorización</li> <li>- Personalización</li> </ul>                                                                                                                                                                               | 14 – 16 |                           |
| <b>VARIABLE 2:</b>                                  | Las estrategias de aprendizaje comprenden una serie de ideas para                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Esta variable fue medida en 4 dimensiones y 13                                                                                                                           | Sensibilización                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Motivación</li> <li>- Actitudes</li> <li>- Afectividad-control emocional</li> </ul>                                                                                                                                              | 17 – 20 | Ordinal, escala de Likert |

|                                  |                                                                                                                               |                                                                                                                           |                 |                                                                                                                                                                                              |         |  |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--|
| ESTRATEGIAS<br>DE<br>APRENDIZAJE | conseguir metas de aprendizaje. En otras palabras, es un plan general para desempeñar tareas de aprendizaje (Woolfolk, 2014). | indicadores. Asimismo, se diseñó un cuestionario en escala Likert. Para esta variable se formularon 14 ítems a responder. | Elaboración     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Selección de la información</li> <li>- Organización de la información</li> <li>- Elaboración de la información</li> </ul>                           | 21 – 23 |  |
|                                  |                                                                                                                               |                                                                                                                           | Personalización | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pensamiento crítico</li> <li>- Pensamiento creativo</li> <li>- Recuperación de la información</li> <li>- Transferencia de la información</li> </ul> | 24 – 27 |  |
|                                  |                                                                                                                               |                                                                                                                           | Metacognición   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Planificación</li> <li>- Evaluación</li> <li>- Regulación</li> </ul>                                                                                | 28 – 30 |  |

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA**

#### **3.1 Diseño metodológico**

##### **3.1.1 Enfoque**

Se desarrolló un estudio cuantitativo.

Una investigación cuantitativa comprende la reunión y evaluación de datos de carácter numérico. En este sentido, usa técnicas estadísticas que permitirán cuantificar las variables, brindar objetividad y generalizar resultados (Pimienta y De la Orden, 2017).

##### **3.1.2 Diseño**

Se elaboró una investigación no experimental transeccional.

Este tipo de investigación se utiliza para comprender fenómenos en su contexto real, por lo que no existe manipulación intencional, es decir, el investigador solo utiliza la observación para analizar el comportamiento de las variables (Bernal, 2016). Asimismo, un estudio transeccional es llamado así, dado que la data será reunida en un único momento, como si se tomara una fotografía (Hernández y Mendoza, 2018).

##### **3.1.3 Nivel**

Se empleó un nivel correlacional.

A través de este proceso se evalúa la asociación estadística entre dos o más variables (Bernal, 2016).

## 3.2 Población y muestra

### 3.2.1 Población

La población se caracteriza por estar conformada por la totalidad de elementos que comparten características en común y que son el objeto de la investigación (Hernández y Mendoza, 2018).

Esta investigación contó con una población integrada por los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC, los cuales hacen un total en el ciclo 2024-I de 361 alumnos.

**Tabla 1**

*Número de estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC*

| Ciclo        | N.º de alumnos |
|--------------|----------------|
| I            | 35             |
| II           | 37             |
| III          | 44             |
| IV           | 28             |
| V            | 36             |
| VI           | 18             |
| VII          | 55             |
| VIII         | 31             |
| IX           | 14             |
| X            | 63             |
| <b>Total</b> | <b>361</b>     |

*Nota.* Data proporcionada por el Vicerrectorado Académico de la UNJFSC.

### 3.2.2 Muestra

La muestra comprende la elección cuidadosa de un grupo más pequeño, pero que es significativo, con el cual se realizan observaciones y mediciones. Es fundamental escoger una muestra adecuada para conseguir resultados que sean válidos y generalizables para el estudio (Bernal, 2016).

Para encontrar la muestra se utilizó la fórmula de poblaciones finitas. Después, se empleó un muestreo probabilístico estratificado.

$$n = \frac{Z^2 PQN}{(N - 1)e^2 + Z^2 PQ}$$

En donde:

- **n** = tamaño de la muestra
- **P y Q** = tienen un valor de 0.5
- **Z** = valor estándar de 1.96
- **N** = total de la población
- **e** = error estándar de 0.05

Se reemplazaron los datos:

$$n = \frac{(1.96^2)(0.5)(0.5)(361)}{(361 - 1)(0.05^2) + (1.96^2)(0.5)(0.5)}$$

$$n = 186$$

Se obtuvo una muestra de 186 estudiantes.

Se resolvió la siguiente división para conocer la muestra de los diez ciclos (estratos).

$$\frac{\text{muestra}}{\text{población}} = \frac{186}{361} = 0.5152$$

El valor de cada estrato se multiplica por 0.5152, consiguiéndose el siguiente muestro probabilístico estratificado:

**Tabla 2**

*Muestra de cada ciclo de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC*

| <b>Estrato</b> | <b>Ciclo</b> | <b>N.º de<br/>estudiantes</b> | <b>Muestra del<br/>estrato</b> |
|----------------|--------------|-------------------------------|--------------------------------|
| 1              | I            | 35                            | 18                             |
| 2              | II           | 37                            | 19                             |
| 3              | III          | 44                            | 23                             |
| 4              | IV           | 28                            | 14                             |
| 5              | V            | 36                            | 19                             |
| 6              | VI           | 18                            | 9                              |
| 7              | VII          | 55                            | 28                             |
| 8              | VIII         | 31                            | 16                             |
| 9              | IX           | 14                            | 7                              |
| 10             | X            | 63                            | 32                             |
| <b>Total</b>   |              | <b>361</b>                    | <b>186</b>                     |

*Nota.* Muestra probabilística estratifica a partir del número de estudiantes de cada ciclo.

### **3.3 Técnicas de recolección de datos**

#### **3.3.1 Técnica a emplear**

Se administró una encuesta.

La encuesta consiste en recopilar de forma sistemática la información, a través de interrogantes estandarizados que se dirijan a un grupo específico de personas, con la intención de conocer sus opiniones, actitudes o valoraciones (Arias et al., 2022).

#### **3.3.2 Descripción del Instrumento**

Se elaboró un cuestionario conformado por 30 ítems, el mismo que fue contestado en escala Likert.

El cuestionario se construye a partir de una serie de preguntas, las cuales son estructuradas para reunir información específica de quienes participan en el estudio (Pimienta y De la Orden, 2017).

### **3.4 Técnicas para el procedimiento de la información**

El tratamiento de información se efectuó teniendo en cuenta dos softwares: Excel para elaborar el análisis descriptivo del estudio y SPSS para corroborar las hipótesis del mismo.

## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS

#### 4.1 Análisis de resultados

##### 4.1.1 Resultados de Hábitos de estudio y sus dimensiones

**Tabla 3**

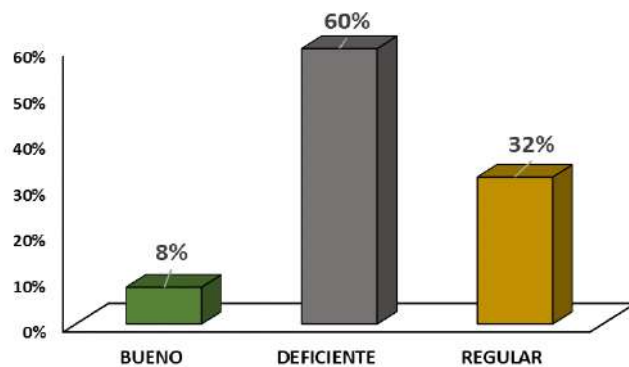
*Hábitos de estudio*

| NIVELES      | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|--------------|------------|------------|
| BUENO        | 15         | 8%         |
| DEFICIENTE   | 111        | 60%        |
| REGULAR      | 60         | 32%        |
| <b>TOTAL</b> | 186        | 100%       |

*Nota.* Elaboración propia

**Figura 5**

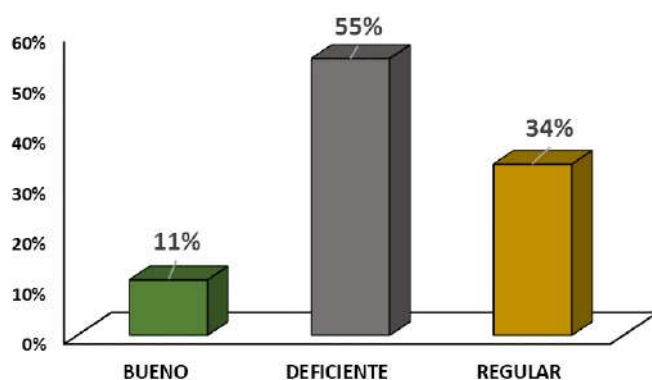
*Hábitos de estudio*



El 60% indica que los estudiantes de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC cuentan con unos hábitos de estudio deficientes, sugiriendo que no disponen de un ambiente de estudio adecuado que favorezca su concentración y rendimiento académico, no planifican adecuadamente sus estudios para gestionar mejor el tiempo y recursos de aprendizaje, no están utilizando efectivamente los materiales de estudio disponibles para mejorar y aumentar la capacidad de comprensión y retención de la información, además que no asimilan los contenidos de aprendizaje para optimizar la capacidad de aplicación de lo aprendido. Por su parte, el 32% indica que estos estudiantes cuentan con unos hábitos de estudio regulares, y apenas el 8% indica que cuentan con unos buenos hábitos de estudio.

**Tabla 4***Condiciones ambientales del estudio*

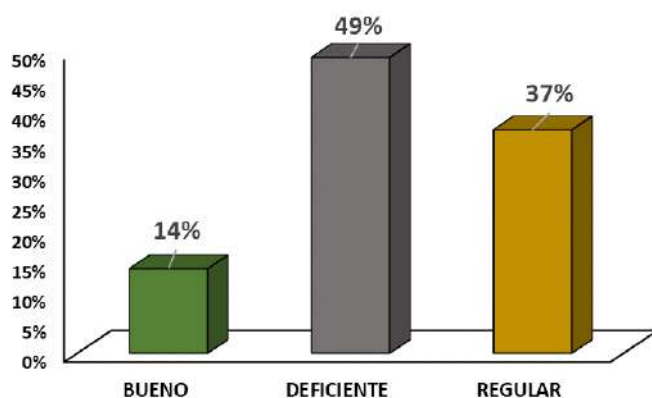
| NIVELES      | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|--------------|------------|------------|
| BUENO        | 20         | 11%        |
| DEFICIENTE   | 102        | 55%        |
| REGULAR      | 64         | 34%        |
| <b>TOTAL</b> | 186        | 100%       |

*Nota.* Elaboración propia**Figura 6***Condiciones ambientales del estudio*

El 55% indica que los estudiantes de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC disponen de unas condiciones ambientales de estudio que resultan ser deficientes, lo que sugiere que cuentan con un entorno familiar que no favorece las condiciones óptimas para el aprendizaje, no tienen comunicación e interacción efectiva con sus docentes, cuentan con un ambiente personal que interfiere considerablemente sobre la capacidad de concentración, no siguen prácticas saludables que permitan mantener un cuidado físico durante el estudio, no tienen acceso a lugares cómodos y confortables para estudiar, no se mantienen atentos e involucrados durante las clases, cuentan con una baja participación y compromiso académico, y no mantienen un cumplimiento constante de tareas y responsabilidades asignadas. Por su parte, el 34% indica que estos estudiantes disponen de unas condiciones ambientales de estudio bastante regulares, y solo el 11% indica que disponen de unas buenas condiciones ambientales de estudio.

**Tabla 5***Planificación del estudio*

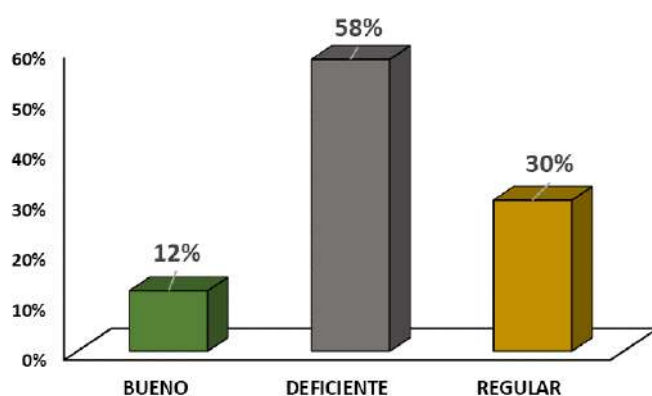
| NIVELES      | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|--------------|------------|------------|
| BUENO        | 26         | 14%        |
| DEFICIENTE   | 92         | 49%        |
| REGULAR      | 68         | 37%        |
| <b>TOTAL</b> | 186        | 100%       |

*Nota.* Elaboración propia**Figura 7***Planificación del estudio*

El 49% indica que los estudiantes de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC demuestran una planificación de estudio deficiente, lo que sugiere que gestionan de forma inadecuada los tiempos de aprendizaje al no asignar un cierto horario para cada asignatura, y que evidencian una falta de organización en el enfoque de estudio al no llegar a preparar y organizar cada material antes de las clases. Por su parte, el 37% indica que estos estudiantes demuestran una planificación de estudio regular, y solo el 14% indica que demuestran una buena planificación de estudio.

**Tabla 6***Utilización de materiales*

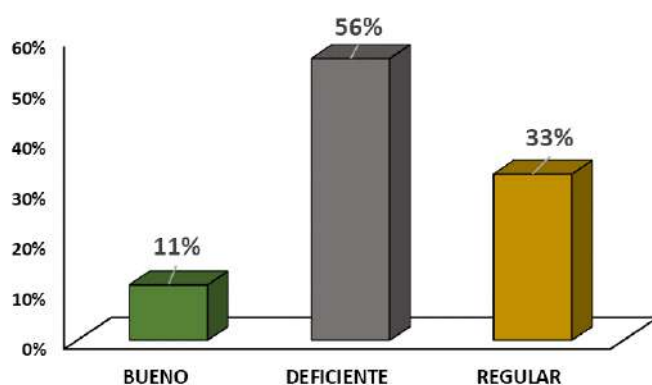
| NIVELES      | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|--------------|------------|------------|
| BUENO        | 22         | 12%        |
| DEFICIENTE   | 108        | 58%        |
| REGULAR      | 56         | 30%        |
| <b>TOTAL</b> | 186        | 100%       |

*Nota.* Elaboración propia**Figura 8***Utilización de materiales*

El 58% indica que los estudiantes de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC hacen un uso deficiente de materiales de estudio, lo que sugiere que no aprovechan recursos adicionales como la lectura para complementar y reforzar lo aprendido, no emplean mayores fuentes de información como libros, revistas u otros materiales adicionales para estudiar, y no desarrollan técnicas de estudio estructuradas como esquemas-resúmenes para facilitar la comprensión y retención de los contenidos académicos. Por su parte, el 30% indica que estos estudiantes hacen un uso regular de materiales, y solo el 12% indica que hacen un buen uso de los materiales de estudio.

**Tabla 7***Asimilación de contenidos*

| NIVELES      | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|--------------|------------|------------|
| BUENO        | 20         | 11%        |
| DEFICIENTE   | 105        | 56%        |
| REGULAR      | 61         | 33%        |
| <b>TOTAL</b> | 186        | 100%       |

*Nota.* Elaboración propia**Figura 9***Asimilación de contenidos*

El 56% indica que los estudiantes de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC cuentan con una asimilación de contenidos deficiente, lo que sugiere que no usan técnicas de memorización para poner en práctica lo aprendido hasta consolidar los conocimientos, y no demuestran una personalización del contenido, al no tomar notas o apuntes de forma constante mientras estudian, y al no formular debates en clases sobre las tareas y trabajos académicos. Por su parte, el 33% indica que estos estudiantes cuentan con una asimilación de contenidos regular, y solo el 11% indica que cuentan con una buena asimilación de contenidos.

#### 4.1.2 Resultados de Estrategias de aprendizaje y sus dimensiones

**Tabla 8**

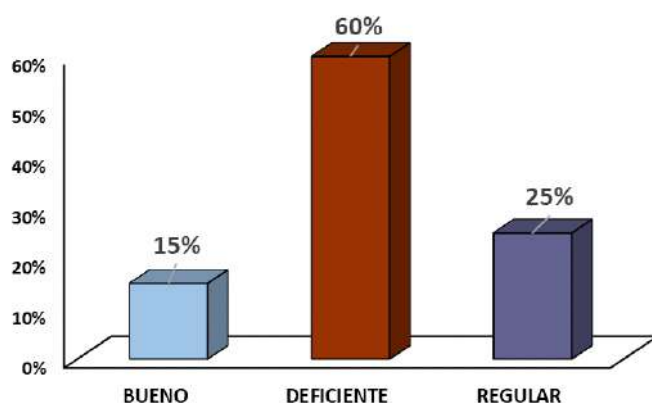
*Estrategias de aprendizaje*

| NIVELES      | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|--------------|------------|------------|
| BUENO        | 29         | 15%        |
| DEFICIENTE   | 111        | 60%        |
| REGULAR      | 46         | 25%        |
| <b>TOTAL</b> | 186        | 100%       |

*Nota.* Elaboración propia

**Figura 10**

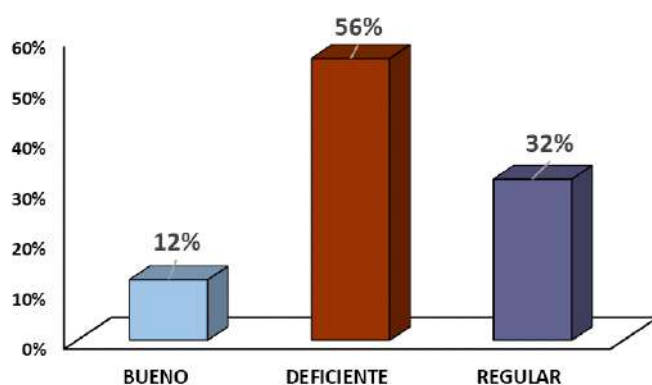
*Estrategias de aprendizaje*



El 60% indica que los estudiantes de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC cuentan con una adopción deficiente de estrategias de aprendizaje, sugiriendo que no tienen una sensibilización consistente para capturar y enfocarse en las informaciones claves, no son capaces de elaborar la información continua y efectivamente para generar nuevas conexiones y significados, no logran personalizar la información a sus propias experiencias y referencias personales, además de no demostrar capacidad metacognitiva para reflexionar críticamente sobre su aprendizaje y realizar con ello, ajustes de mejora. Por su parte, el 25% indica que estos estudiantes cuentan con una adopción regular de estrategias, y solo el 12% indica que cuentan con una buena adopción de estrategias de aprendizaje.

**Tabla 9***Sensibilización*

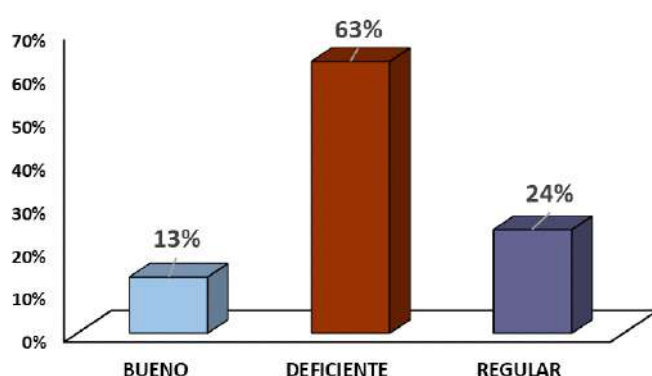
| NIVELES      | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|--------------|------------|------------|
| BUENO        | 23         | 12%        |
| DEFICIENTE   | 104        | 56%        |
| REGULAR      | 59         | 32%        |
| <b>TOTAL</b> | 186        | 100%       |

*Nota.* Elaboración propia**Figura 11***Sensibilización*

El 56% indica que los estudiantes de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC cuentan con una capacidad de sensibilización deficiente, sugiriendo que no están motivados o entusiasmados por los retos académicos, no mantienen adecuadas actitudes interpersonales e integraciones en el entorno, y no gestionan correctamente la afectividad-control emocional durante las actividades académicas. Por su parte, el 32% indica que estos estudiantes cuentan con una capacidad de sensibilización regular, y solo el 12% indica que cuentan con una buena capacidad de sensibilización.

**Tabla 10***Elaboración*

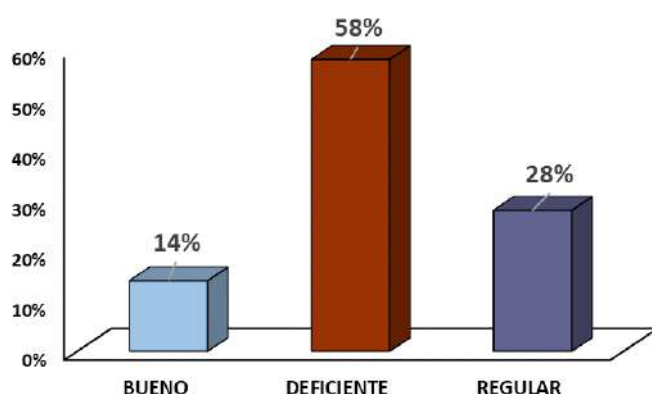
| NIVELES      | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|--------------|------------|------------|
| BUENO        | 24         | 13%        |
| DEFICIENTE   | 117        | 63%        |
| REGULAR      | 45         | 24%        |
| <b>TOTAL</b> | 186        | 100%       |

*Nota.* Elaboración propia**Figura 12***Elaboración*

El 63% indica que los estudiantes de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC cuentan con una capacidad de elaboración deficiente, sugiriendo que no llegan a discernir y seleccionar oportunamente la información clave de un tema, no utilizan continuamente técnicas de organización para ordenar y comprender mejor la información estudiada, y no demuestran tener habilidades para elaborar e internalizar la información adecuadamente hasta obtener una comprensión profunda y personal del contenido. Por su parte, el 24% indica que estos estudiantes cuentan con una capacidad de elaboración regular, y solo el 13% indica que cuentan con una buena capacidad de elaboración.

**Tabla 11***Personalización*

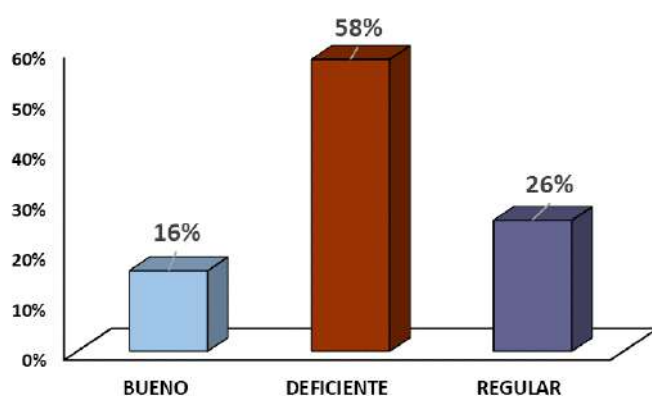
| NIVELES      | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|--------------|------------|------------|
| BUENO        | 26         | 14%        |
| DEFICIENTE   | 108        | 58%        |
| REGULAR      | 52         | 28%        |
| <b>TOTAL</b> | 186        | 100%       |

*Nota.* Elaboración propia**Figura 13***Personalización*

El 58% indica que los estudiantes de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC cuentan con una capacidad de personalización deficiente, sugiriendo que no han desarrollado habilidades de pensamiento crítico para analizar y formar juicios independientes sobre los temas estudiados, no demuestran un pensamiento creativo activo para formular preguntas y profundizar los conocimientos, no recuperan ni utilizan la información estudiada de forma efectiva durante los exámenes y demás actividades académicas, y, asimismo, no transfieren ni aplican la información aprendida en situaciones y problemas fuera de la universidad. Por su parte, el 28% indica que estos estudiantes cuentan con una capacidad de personalización regular, y solo el 14% indica que cuentan con una buena capacidad de personalización.

**Tabla 12***Metacognición*

| NIVELES      | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|--------------|------------|------------|
| BUENO        | 29         | 16%        |
| DEFICIENTE   | 108        | 58%        |
| REGULAR      | 49         | 26%        |
| <b>TOTAL</b> | 186        | 100%       |

*Nota.* Elaboración propia**Figura 14***Metacognición*

El 58% indica que los estudiantes de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC cuentan con una capacidad de metacognición deficiente, sugiriendo que no planifican sus tareas de estudio de forma detallada y estructurada para organizar su enfoque académico, no evalúan los resultados que obtienen en su proceso de aprendizaje para reflexionar sobre sus avances y ajustar nuevas estrategias, y, asimismo, no tienen regulación metacognitiva para seleccionar y aplicar estrategias adecuadas de aprendizaje. Por su parte, el 26% indica que estos estudiantes cuentan con una capacidad de metacognición regular, y solo el 16% indica que cuentan con una buena capacidad de metacognición.

### 4.1.3 Tablas de contingencia y figuras

**Tabla 13**

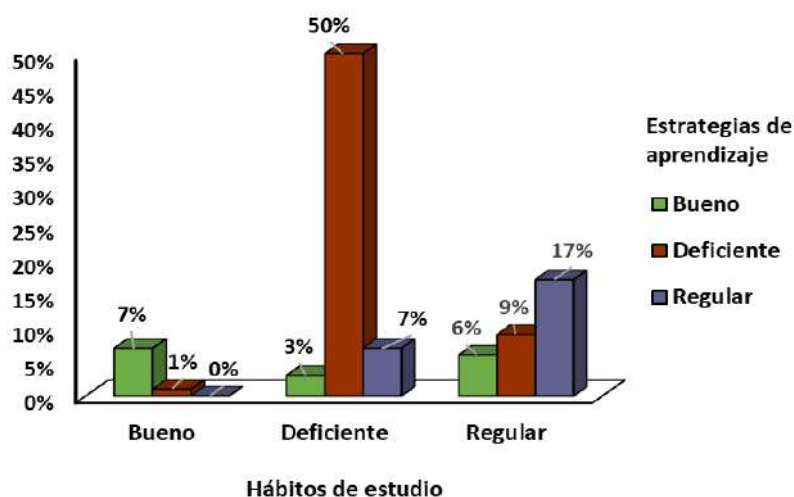
*Hábitos de estudio en relación a Estrategias de aprendizaje*

|                    |            | Estrategias de aprendizaje |            |         | Total |
|--------------------|------------|----------------------------|------------|---------|-------|
|                    |            | Bueno                      | Deficiente | Regular |       |
| Hábitos de estudio | Bueno      | 7%                         | 1%         | 0%      | 8%    |
|                    | Deficiente | 3%                         | 50%        | 7%      | 60%   |
|                    | Regular    | 6%                         | 9%         | 17%     | 32%   |
| Total              |            | 16%                        | 60%        | 24%     | 100%  |

Nota. Elaboración propia

**Figura 15**

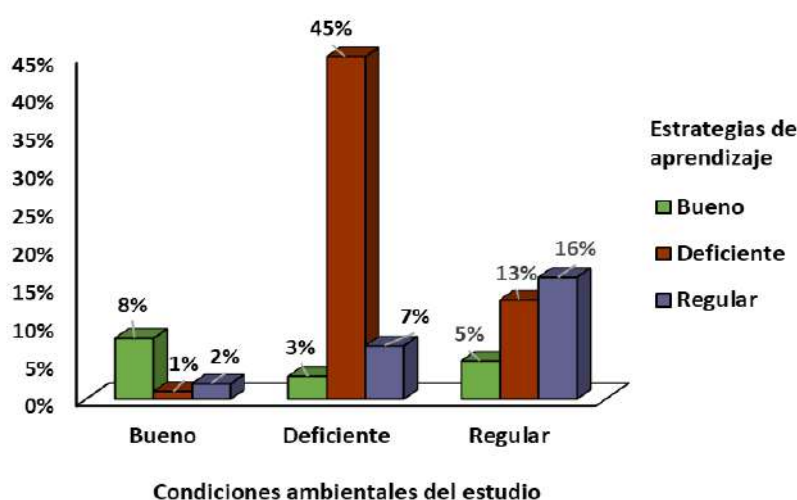
*Hábitos de estudio en relación a Estrategias de aprendizaje*



El 50% indica que los estudiantes de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC cuentan con unos hábitos de estudio y unas estrategias de aprendizaje deficientes. El 17% indica unos hábitos de estudio con estrategias de aprendizaje regulares. El 9% indica unos hábitos de estudio regulares y unas estrategias de aprendizaje deficientes. Un 7% indica unos buenos hábitos de estudio y unas buenas estrategias de aprendizaje. Otro 7% indica unos hábitos de estudio deficientes y unas estrategias de aprendizaje regulares. El 6% indica unos hábitos de estudio regulares y unas estrategias de aprendizaje deficientes. El 3% indica unos hábitos de estudio deficientes y unas buenas estrategias de aprendizaje. Y solo el 1% indica unos buenos hábitos de estudio y unas estrategias de aprendizaje deficientes.

**Tabla 14***Condiciones ambientales del estudio en relación a Estrategias de aprendizaje*

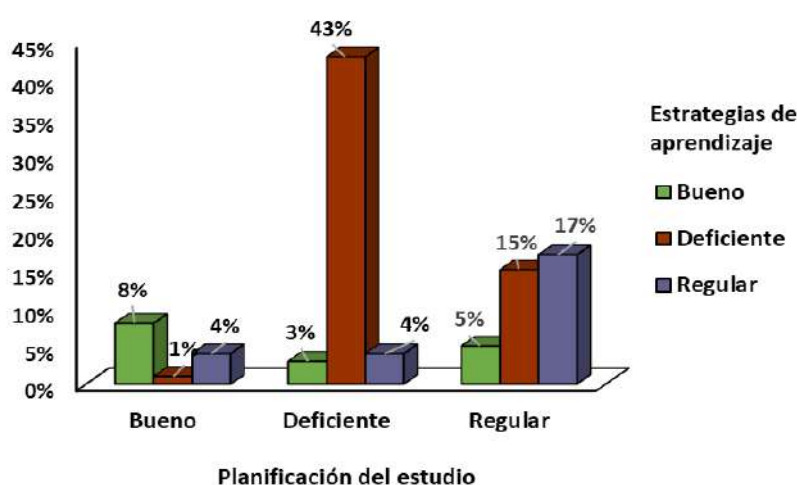
|                                            |                   | Estrategias de aprendizaje |            |         | Total |
|--------------------------------------------|-------------------|----------------------------|------------|---------|-------|
|                                            |                   | Bueno                      | Deficiente | Regular |       |
| <b>Condiciones ambientales del estudio</b> | <b>Bueno</b>      | 8%                         | 1%         | 2%      | 11%   |
|                                            | <b>Deficiente</b> | 3%                         | 45%        | 7%      | 55%   |
|                                            | <b>Regular</b>    | 5%                         | 13%        | 16%     | 34%   |
| <b>Total</b>                               |                   | 16%                        | 59%        | 25%     | 100%  |

*Nota.* Elaboración propia**Figura 16***Condiciones ambientales del estudio en relación a Estrategias de aprendizaje*

El 45% indica que estos estudiantes cuentan con unas condiciones ambientales de estudio junto a unas estrategias de aprendizaje deficientes. El 16% indica unas condiciones de estudio con unas estrategias de aprendizaje regulares. El 13% indica unas condiciones de estudio regulares y unas estrategias de aprendizaje deficientes. El 8% indica unas buenas condiciones de estudio junto a unas estrategias de aprendizaje. El 7% indica unas condiciones de estudio deficientes y unas estrategias de aprendizaje regulares. El 5% indica unas condiciones de estudio regulares y unas buenas estrategias de aprendizaje. El 3% indica unas condiciones de estudio deficientes y unas buenas estrategias de aprendizaje. El 2% indica unas buenas condiciones de estudio y unas estrategias de aprendizaje regulares. Y solo el 1% indica unas buenas condiciones de estudio y unas estrategias de aprendizaje deficientes.

**Tabla 15***Planificación del estudio en relación a Estrategias de aprendizaje*

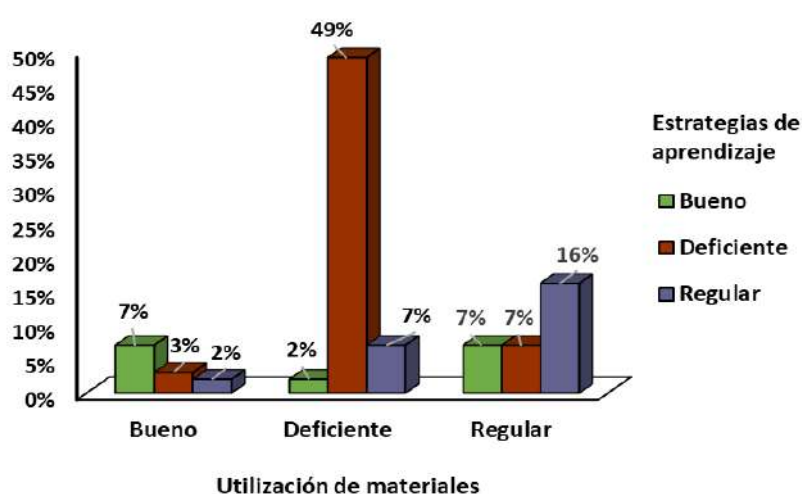
|                                  |                   | Estrategias de aprendizaje |            |         | Total |
|----------------------------------|-------------------|----------------------------|------------|---------|-------|
|                                  |                   | Bueno                      | Deficiente | Regular |       |
| <b>Planificación del estudio</b> | <b>Bueno</b>      | 8%                         | 1%         | 4%      | 13%   |
|                                  | <b>Deficiente</b> | 3%                         | 43%        | 4%      | 50%   |
|                                  | <b>Regular</b>    | 5%                         | 15%        | 17%     | 37%   |
| <b>Total</b>                     |                   | 16%                        | 59%        | 25%     | 100%  |

*Nota.* Elaboración propia**Figura 17***Planificación del estudio en relación a Estrategias de aprendizaje*

El 43% indica que los estudiantes cuentan con una planificación de estudio deficiente junto a unas estrategias de aprendizaje deficientes. El 17% indica una planificación de estudio regular con estrategias de aprendizaje regulares. El 15% indica una planificación de estudio regular y unas estrategias de aprendizaje deficientes. El 8% indica una buena planificación de estudio junto a unas buenas estrategias de aprendizaje. El 5% indica una planificación de estudio regular y unas buenas estrategias de aprendizaje. Un 4% indica una buena planificación de estudio y unas estrategias de aprendizaje regulares. Otro 4% indica una planificación de estudio deficiente y unas estrategias de aprendizaje regulares. El 3% indica una planificación de estudio deficiente y unas estrategias de aprendizaje regulares. Y solo el 1% indica una buena planificación de estudio y unas estrategias de aprendizaje deficientes.

**Tabla 16***Utilización de materiales en relación a Estrategias de aprendizaje*

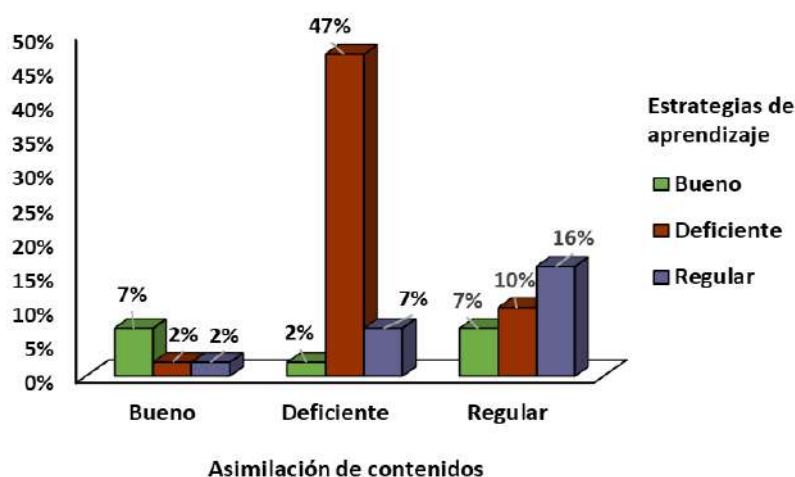
|                           |            | Estrategias de aprendizaje |            |         | Total |
|---------------------------|------------|----------------------------|------------|---------|-------|
|                           |            | Bueno                      | Deficiente | Regular |       |
| Utilización de materiales | Bueno      | 7%                         | 3%         | 2%      | 11%   |
|                           | Deficiente | 2%                         | 49%        | 7%      | 58%   |
|                           | Regular    | 7%                         | 7%         | 16%     | 30%   |
| Total                     |            | 16%                        | 59%        | 25%     | 100%  |

*Nota.* Elaboración propia**Figura 18***Utilización de materiales en relación a Estrategias de aprendizaje*

El 49% indica que los estudiantes cuentan con una utilización de materiales deficiente junto a unas estrategias de aprendizaje deficientes. El 16% indica una utilización de materiales regular con estrategias de aprendizaje regulares. Un 7% indica una buena utilización de materiales junto a unas buenas estrategias de aprendizaje. Otro 7% indica una utilización de materiales deficiente y unas estrategias de aprendizaje regulares. Otro 7% indica una utilización de materiales regular y unas buenas estrategias de aprendizaje. Y otro 7% indica una utilización de materiales regular y unas estrategias de aprendizaje deficientes. El 3% indica una buena utilización de materiales y unas estrategias de aprendizaje deficientes. Un 2% indica una buena utilización de materiales y unas estrategias de aprendizaje regulares. Y otro 2% indica una utilización de materiales deficiente con buenas estrategias de aprendizaje.

**Tabla 17***Asimilación de contenidos en relación a Estrategias de aprendizaje*

|                           |            | Estrategias de aprendizaje |            |         | Total |
|---------------------------|------------|----------------------------|------------|---------|-------|
|                           |            | Bueno                      | Deficiente | Regular |       |
| Asimilación de contenidos | Bueno      | 7%                         | 2%         | 2%      | 11%   |
|                           | Deficiente | 2%                         | 47%        | 7%      | 56%   |
|                           | Regular    | 7%                         | 10%        | 16%     | 33%   |
| Total                     |            | 16%                        | 59%        | 25%     | 100%  |

*Nota.* Elaboración propia**Figura 19***Asimilación de contenidos en relación a Estrategias de aprendizaje*

El 47% indica que los estudiantes cuentan con una asimilación de contenidos deficiente junto a unas estrategias de aprendizaje deficientes. El 16% indica una asimilación de contenidos regular con estrategias de aprendizaje regulares. El 10% indica una asimilación de contenidos regular y unas estrategias de aprendizaje deficientes. El 7% indica una buena asimilación de contenidos junto a unas buenas estrategias de aprendizaje. Otro 7% indica una asimilación de contenidos deficiente y unas estrategias de aprendizaje regulares. Y otro 7% indica una asimilación de contenidos regular y unas buenas estrategias de aprendizaje. Un 2% indica una buena asimilación de contenidos y unas estrategias de aprendizaje deficientes. Otro 2% indica una buena asimilación de contenidos y unas estrategias de aprendizaje regulares. Y otro 2% indica una asimilación de contenidos deficiente y unas buenas estrategias de aprendizaje.

#### 4.1.4 Prueba de Normalidad

Como la muestra estuvo integrada por 186 estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC, se empleó el estadístico Kolmogorov Smirnov.

**Tabla 18**  
*Prueba de normalidad*

| Variable y Dimensiones              | K-S         |     |       |
|-------------------------------------|-------------|-----|-------|
|                                     | Estadístico | gl  | Sig.  |
| Hábitos de estudio                  | 0.149       | 186 | 0.000 |
| Estrategias de aprendizaje          | 0.157       | 186 | 0.000 |
| Condiciones ambientales del estudio | 0.171       | 186 | 0.000 |
| Planificación del estudio           | 0.183       | 186 | 0.000 |
| Utilización de materiales           | 0.217       | 186 | 0.000 |
| Asimilación de contenidos           | 0.199       | 186 | 0.000 |
| Sensibilización                     | 0.172       | 186 | 0.000 |
| Elaboración                         | 0.176       | 186 | 0.000 |
| Personalización                     | 0.168       | 186 | 0.000 |
| Metacognición                       | 0.173       | 186 | 0.000 |

*Nota.* Elaboración propia

Los resultados demuestran que todas las significancias no cumplen el supuesto de normalidad, al obtenerse unos valores iguales a cero y menores a 0.05. Por lo tanto, se aplicó Rho de Spearman para las correlaciones.

## 4.2 Contrastación de hipótesis

### 4.2.1 Contrastación general

#### 1. Planteamiento de hipótesis

**Ho:** Los hábitos de estudio no se relacionan con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.

**Ha:** Los hábitos de estudio se relacionan significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.

#### 2. Criterio de decisión

- Si p calculado es mayor que 0.05, no se rechaza la “**Ho**”.
- Si p calculado es menor que 0.05, se rechaza la “**Ho**”.

**Tabla 19**

*Hábitos de estudio correlacionado con Estrategias de aprendizaje*

|                 |                            |                  | Hábitos de estudio | Estrategias de aprendizaje |
|-----------------|----------------------------|------------------|--------------------|----------------------------|
| Rho de Spearman | Hábitos de estudio         | Correlación      | 1.000              | 0.664                      |
|                 |                            | Sig. (bilateral) |                    | 0.000                      |
|                 |                            | N                | 186                | 186                        |
|                 | Estrategias de aprendizaje | Correlación      | 0.664              | 1.000                      |
|                 |                            | Sig. (bilateral) | 0.000              |                            |
|                 |                            | N                | 186                | 186                        |

*Nota.* Elaboración propia

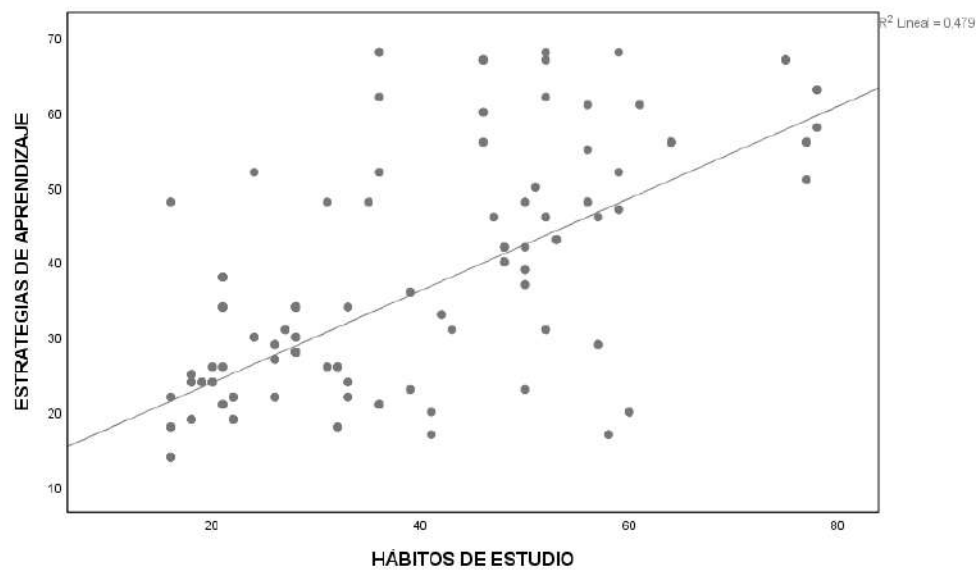
#### 3. Decisión

La sig. bilateral es menor al 5%, por ello se rechaza la “**Ho**”: Los hábitos de estudio no se relacionan con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez

Carrión, Huacho, 2024, Lima, 2024; y se acepta la “**Ha**”: Los hábitos de estudio se relacionan significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.

**Figura 20**

*Hábitos de estudio correlacionado con Estrategias de aprendizaje*



Se comprueba que la correlación en Rho de Spearman es 0.664, determinando una relación moderada entre los hábitos de estudio y las estrategias de aprendizaje.

#### 4.2.2 Contratación de la primera hipótesis específica

##### 1. Planteamiento de hipótesis

**H<sub>01</sub>:** Las condiciones ambientales de estudio no se relacionan con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.

**H<sub>a1</sub>:** Las condiciones ambientales de estudio se relacionan significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.

##### 2. Criterio de decisión

- Si p calculado es mayor que 0.05, no se rechaza la “**H<sub>01</sub>**”.
- Si p calculado es menor que 0.05, se rechaza la “**H<sub>01</sub>**”.

**Tabla 20**

*Condiciones ambientales del estudio correlacionada con Estrategias de aprendizaje*

|                 |                                     |                  | Condiciones ambientales del estudio | Estrategias de aprendizaje |
|-----------------|-------------------------------------|------------------|-------------------------------------|----------------------------|
| Rho de Spearman | Condiciones ambientales del estudio | Correlación      | 1.000                               | 0.612                      |
|                 |                                     | Sig. (bilateral) |                                     | 0.000                      |
|                 |                                     | N                | 186                                 | 186                        |
|                 | Estrategias de aprendizaje          | Correlación      | 0.612                               | 1.000                      |
|                 |                                     | Sig. (bilateral) | 0.000                               |                            |
|                 |                                     | N                | 186                                 | 186                        |

*Nota.* Elaboración propia

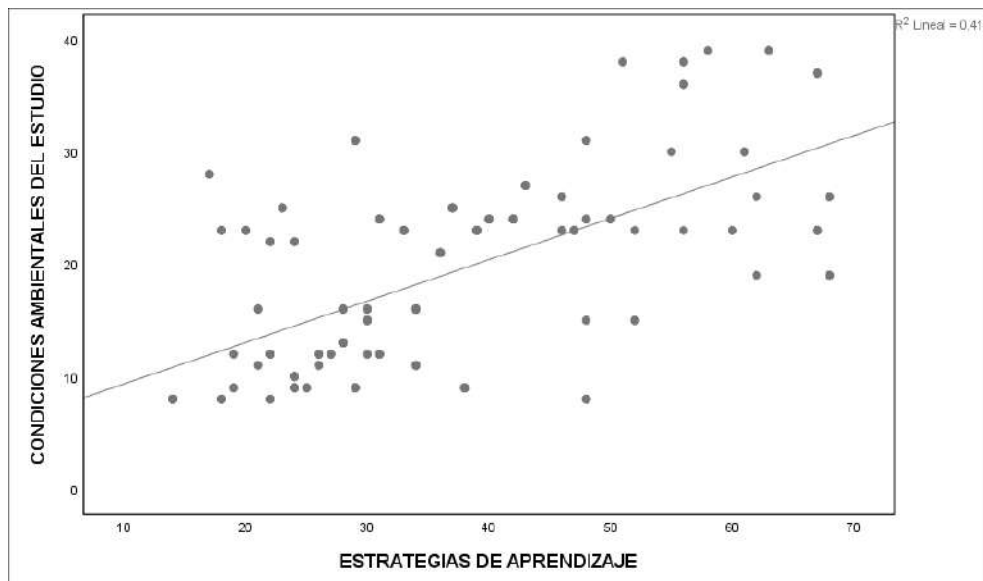
##### 3. Decisión

Como Sig. bilateral es menor al 5%, se rechaza la “**H<sub>01</sub>**”: Las condiciones ambientales de estudio no se relacionan con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José

Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024; y se acepta la “**Ha1**”: Las condiciones ambientales de estudio se relacionan significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.

**Figura 21**

*Condiciones ambientales del estudio correlacionada con Estrategias de aprendizaje*



Con una correlación Rho de Spearman de 0.612, se determina una relación moderada entre las condiciones ambientales de estudio y las estrategias de aprendizaje.

#### 4.2.3 Contrastación de la segunda hipótesis específica

##### 1. Planteamiento de hipótesis

**H<sub>02</sub>:** La planificación del estudio no se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.

**H<sub>a2</sub>:** La planificación del estudio se relaciona significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.

##### 2. Criterio de decisión

- Si p calculado es mayor que 0.05, no se rechaza la “**H<sub>02</sub>**”.
- Si p calculado es menor que 0.05, se rechaza la “**H<sub>02</sub>**”.

**Tabla 21**

*Planificación del estudio correlacionada con Estrategias de aprendizaje*

|                    |                               |                  | Planificación<br>del estudio | Estrategias de<br>aprendizaje |
|--------------------|-------------------------------|------------------|------------------------------|-------------------------------|
| Rho de<br>Spearman | Planificación<br>del estudio  | Correlación      | 1.000                        | 0.597                         |
|                    |                               | Sig. (bilateral) |                              | 0.000                         |
|                    |                               | N                | 186                          | 186                           |
|                    | Estrategias de<br>aprendizaje | Correlación      | 0.597                        | 1.000                         |
|                    |                               | Sig. (bilateral) | 0.000                        |                               |
|                    |                               | N                | 186                          | 186                           |

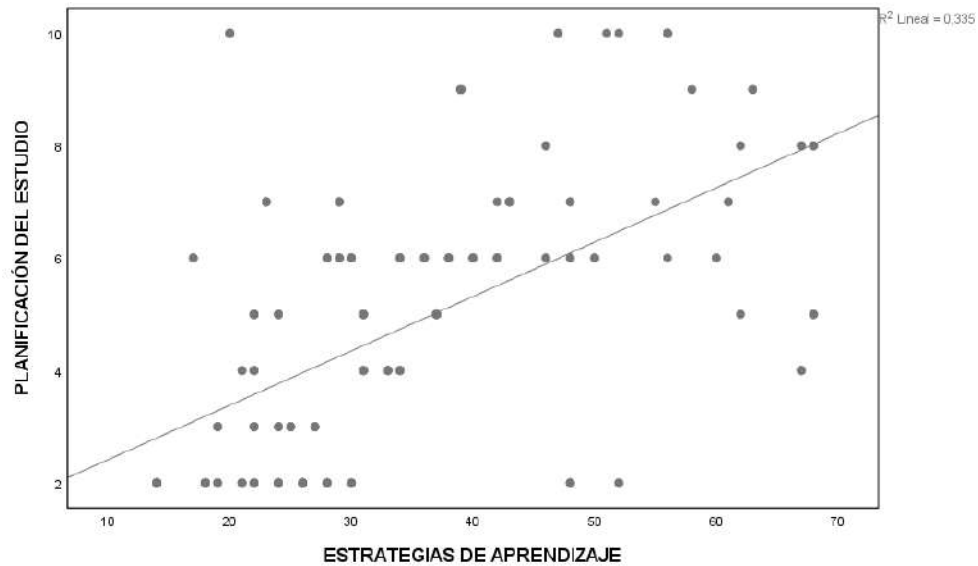
*Nota.* Elaboración propia

##### 3. Decisión

Como la Sig. bilateral es menor al 5%, se rechaza la “**H<sub>02</sub>**”: La planificación del estudio no se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024; y se acepta la “**H<sub>a2</sub>**”: La planificación del estudio se relaciona significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de

**Figura 22**

*Planificación del estudio correlacionada con Estrategias de aprendizaje*



Se corrobora una correlación Rho de Spearman de 0.597, determinando una relación moderada entre la planificación del estudio y las estrategias de aprendizaje.

#### 4.2.4 Contratación de la tercera hipótesis específica

##### 1. Planteamiento de hipótesis

**H<sub>03</sub>:** La utilización de materiales de estudio no se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.

**H<sub>a3</sub>:** La utilización de materiales de estudio se relaciona significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.

##### 2. Criterio de decisión

- Si p calculado es mayor que 0.05, no se rechaza la “**H<sub>03</sub>**”.
- Si p calculado es menor que 0.05, se rechaza la “**H<sub>03</sub>**”.

**Tabla 22**

*Utilización de materiales correlacionada con Estrategias de aprendizaje*

|                 |                            |                  | Utilización de materiales | Estrategias de aprendizaje |
|-----------------|----------------------------|------------------|---------------------------|----------------------------|
| Rho de Spearman | Utilización de materiales  | Correlación      | 1.000                     | 0.618                      |
|                 |                            | Sig. (bilateral) |                           | 0.000                      |
|                 |                            | N                | 186                       | 186                        |
|                 | Estrategias de aprendizaje | Correlación      | 0.618                     | 1.000                      |
|                 |                            | Sig. (bilateral) | 0.000                     |                            |
|                 |                            | N                | 186                       | 186                        |

*Nota.* Elaboración propia

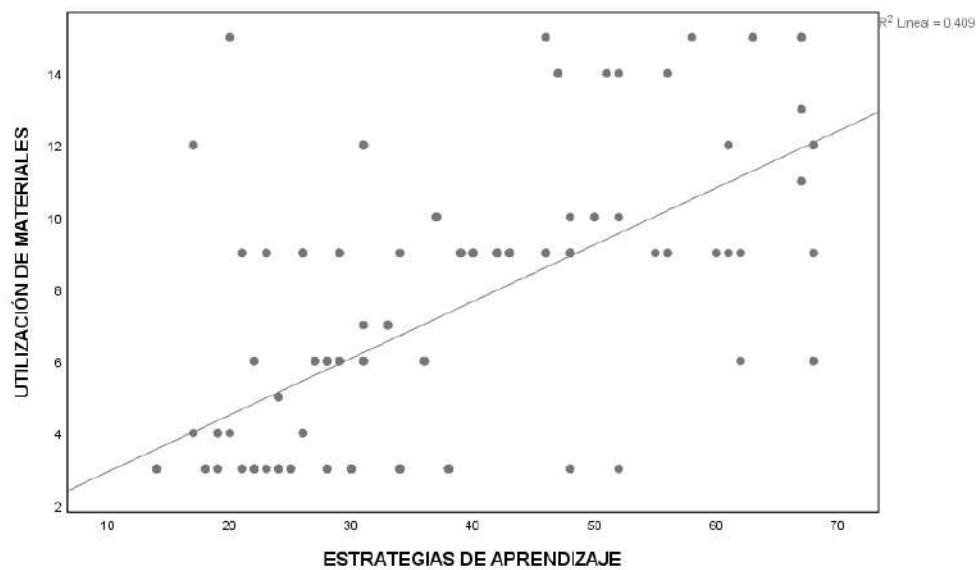
##### 3. Decisión

Como la Sig. bilateral es menor al 5%, se rechaza la “**H<sub>03</sub>**”: La utilización de materiales de estudio no se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José

Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024; y se acepta la “**Ha3**”: La utilización de materiales de estudio se relaciona significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.

**Figura 23**

*Utilización de materiales correlacionada con Estrategias de aprendizaje*



Ante una correlación Rho de Spearman de 0.618, se determina una relación moderada entre la utilización de materiales de estudio y las estrategias de aprendizaje.

#### 4.2.5 Contrastación de la cuarta hipótesis específica

##### 1. Planteamiento de hipótesis

**H<sub>04</sub>:** La asimilación de contenidos no se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.

**H<sub>a4</sub>:** La asimilación de contenidos se relaciona significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.

##### 2. Criterio de decisión

- Si  $p$  calculado es mayor que 0.05, no se rechaza la “**H<sub>04</sub>**”.
- Si  $p$  calculado es menor que 0.05, se rechaza la “**H<sub>04</sub>**”.

**Tabla 23**

*Asimilación de contenidos correlacionada con Estrategias de aprendizaje*

|                 |                            |                  | Asimilación de contenidos | Estrategias de aprendizaje |
|-----------------|----------------------------|------------------|---------------------------|----------------------------|
| Rho de Spearman | Asimilación de contenidos  | Correlación      | 1.000                     | 0.617                      |
|                 |                            | Sig. (bilateral) |                           | 0.000                      |
|                 |                            | N                | 186                       | 186                        |
|                 | Estrategias de aprendizaje | Correlación      | 0.617                     | 1.000                      |
|                 |                            | Sig. (bilateral) | 0.000                     |                            |
|                 |                            | N                | 186                       | 186                        |

*Nota.* Elaboración propia

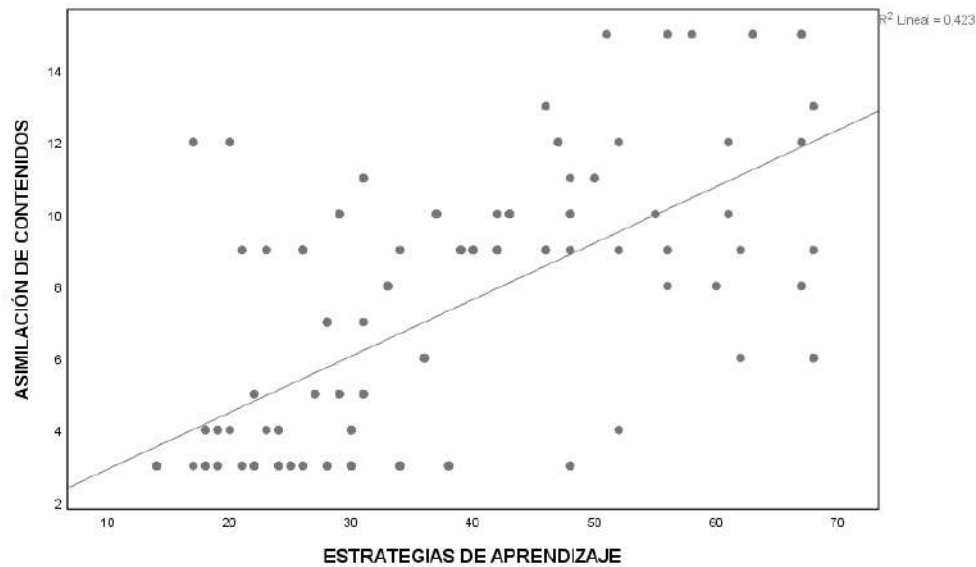
##### 3. Decisión

Con un Sig. bilateral menor al 5%, se rechaza la “**H<sub>04</sub>**”: La asimilación de contenidos no se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024; y se acepta la “**H<sub>a4</sub>**”: La asimilación de contenidos se relaciona

significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.

**Figura 24**

*Asimilación de contenidos correlacionada con Estrategias de aprendizaje*



Se encontró una correlación Rho de Spearman de 0.617, determinando una relación moderada entre la asimilación de contenidos y las estrategias de aprendizaje.

## CAPÍTULO V

### DISCUSIÓN

#### 5.1 Discusión de resultados

Los resultados evidenciaron que los hábitos de estudio se relacionan significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC, con un valor Rho de 0.664. Este hallazgo se ve respaldado por Bazalar (2021) quien determinó la correspondencia significativa de  $Rho = 0.666$  entre los hábitos de estudio y los tipos de aprendizaje en escolares de la especialidad de CTS de la Facultad de Educación en la UNJFSC. Asimismo, se cita a Rojas (2022) quien determinó la relación positiva y notable de  $Rho = 0.609$  entre las estrategias de aprendizaje y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Física de la UNMSM.

Se halló que las condiciones ambientales de estudio se relacionan significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC, con un valor Rho de 0.612. Este hallazgo se ve respaldado por Albanto (2022) quien identificó una vinculación positiva y representativa con un  $Rho = 0.71$  entre la personalidad eficaz y las estrategias de aprendizaje en alumnos de una universidad privada de Lima.

Se halló también que la planificación del estudio se relaciona significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC, con un valor Rho de 0.597. Este hallazgo se ve respaldado por Limaco (2021) quien determinó una vinculación estadística de  $Rho = 0.404$  entre el liderazgo transformacional y los hábitos de estudio en los estudiantes de postgrado de la Facultad de Ciencias Matemáticas de la UNMSM.

Se encontró que la utilización de materiales de estudio se relaciona significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC, con un valor Rho de 0.618. Este hallazgo se ve respaldado por Vásquez (2021) quien demostró la relación positiva y notable en Pearson de 0.718 entre los niveles de comprensión lectora y los hábitos de estudio en los estudiantes de la Facultad de Pedagogía, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle.

Y se encontró que la asimilación de contenidos se relaciona significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC, con un valor Rho de 0.617. Este hallazgo se ve respaldado por Betancourt (2020) quien corroboró la correspondencia positiva y notable en Pearson de 0.846 entre las estrategias de aprendizaje y el rendimiento académico de estudiantes de Secretariado Ejecutivo.

## **CAPÍTULO VI**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **6.1 Conclusiones**

Se determina mediante una sig. bilateral menor al 5%, que los hábitos de estudio sí se relacionan significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024. Además, se encontró un valor Rho de Spearman 0.664, señalando que, si los estudiantes no logran planificar ni organizar oportunamente sus estudios, o no llegan a contar con un entorno idóneo para estudiar, afrontarán diversas dificultades en su capacidad para seleccionar, organizar y aplicar informaciones aprendidas, así como para reflexionar de manera crítica sobre su proceso de aprendizaje. Mejorar los hábitos de estudios mantiene un impacto positivo en el desarrollo de efectivas estrategias de aprendizaje.

Se establece mediante una sig. menor al 5%, que las condiciones ambientales de estudio sí se relacionan con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024. Además, se encontró un valor Rho de 0.612, señalando que un espacio de estudio poco adecuado, con distracciones y equipos por mejorar, está relacionado con un desempeño frágil en las capacidades de sensibilización, elaboración, personalización y metacognición.

Se establece mediante una sig. menor al 5%, que la planificación del estudio sí se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024. Además, se encontró un valor Rho de 0.597, señalando que unos horarios discontinuos

y una poca preparación previa, están relacionados con un desempeño frágil en las capacidades de sensibilización, elaboración, personalización y metacognición.

Se establece mediante una sig. menor al 5%, que la utilización de materiales de estudio sí se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024. Además, se encontró un valor Rho de 0.618, señalando que un uso limitado de recursos para profundizar los estudios, está relacionado con un desempeño frágil en las capacidades de sensibilización, elaboración, personalización y metacognición.

Y se establece mediante una sig. menor al 5%, que la asimilación de contenidos sí se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024. Además, se encontró un valor Rho de 0.617, señalando que una fijación y aplicación inactiva del conocimiento, está relacionado con un desempeño frágil en las capacidades de sensibilización, elaboración, personalización y metacognición.

## **6.2 Recomendaciones**

Debido a que se observó que los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la UNJFSC, enfrentan varios desafíos en cuanto a sus estudios, como la gestión del tiempo, la falta de habilidades de organización, la adaptación a un entorno académico más autónomo y desafiante, factores personales, y entre otros evidenciados en esta investigación, sugiero al Decano de Ingeniería en Industrias Alimentarias de esta casa superior, lo siguiente:

Implementar un Programa Integral de Desarrollo de Habilidades de Estudio donde se incluya el desarrollo de talleres sobre técnicas de organización de estudio, elaboración de horarios eficaces, y metodologías para priorizar actividades académicas y extracurriculares.

Asimismo, ofrecer un panorama de cuidado de la salud mental, para gestionar eficientemente el estrés y la ansiedad, factores que terminan por afectar el rendimiento académico.

Entablar en este programa, sesiones de tutoría individual y en grupos, donde se revisen los materiales de estudio, se impulse el desarrollo de técnicas de asimilación de contenidos, y se discutan las estrategias metacognitivas, de manera que se ofrezca un seguimiento continuo y personalizado al estudiante para ayudarle a mejorar sus estrategias de aprendizaje.

Proponer con este programa, una mejora de las infraestructuras de estudio para que estas resulten ser más accesibles y libres de distracciones. Instalar y equipar las bibliotecas y demás áreas de estudio con recursos digitales y físicos innovadores para crear un entorno más ameno y favorable dentro de la misma universidad.

Fomentar el uso de recursos tecnológicos, como aplicativos y plataformas que ayuden al estudiante a planificar sus estudios, organizar las informaciones, y acceder a recursos en línea. Asimismo, orientar al estudiante sobre el uso de estos recursos para que puedan optimizar considerablemente sus habilidades de autogestión.

Y finalmente, apoyar al estudiante con talleres sobre inteligencia emocional, donde se le permita aprender técnicas de relajación y manejo de la ansiedad que tanto afecta sobre los desempeños académicos, además de apoyar en la identificación y manejo de las emociones y a cómo utilizarlas a su favor dentro de su proceso de aprendizaje.

## REFERENCIAS

### 7.1 Fuentes documentales

- Abanto, A. (2022). *Personalidad eficaz y su relación con las estrategias de aprendizaje en los estudiantes de una universidad privada de Lima* [Tesis de Maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio Institucional - Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Bazalar, I. (2021). *Los hábitos de estudio y tipos de aprendizaje en estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión* [Tesis de Maestría, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión]. Repositorio Institucional - Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.
- Díaz, D., García, L., y Prada, J. (2022). *Hábitos de estudio en época de pandemia en la Universidad Industrial de Santander* [Tesis de Grado, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio Institucional - Universidad Cooperativa de Colombia.
- Límaco, W. (2021). *Liderazgo transformacional y hábitos de estudio en los estudiantes de posgrado de la Facultad de Ciencias Matemáticas de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos* [Tesis de Maestría, Universidad de San Martín de Porres]. Repositorio Institucional - Universidad de San Martín de Porres.
- Rojas, E. (2022). *Estrategias de aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Física, Facultad de Educación, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2018* [Tesis de Maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio Institucional - Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Vasquez, M. (2021). *Niveles de comprensión lectora y hábitos de estudio en los estudiantes de educación primaria de la Facultad de Pedagogía, Universidad de Educación Enrique Guzmán y Valle, 2019* [Tesis de Maestría, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle]. Repositorio Institucional - Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle.

## 7.2 Fuentes bibliográficas

- Arias, J., Holgado, J., Tafur, T., y Vásquez, M. (2022). *Metodología de la investigación: El método ARIAS para realizar un proyecto de tesis* (1ª ed.). Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú.
- Beltrán, J., Pérez, L., y Ortega, M. (2006). CEA. *Cuestionario de Estrategias de Aprendizaje*. TEA Ediciones.
- Bernal, C. (2016). *Metodología de la investigación* (4ª ed.). Pearson.
- Dvorak, T. (2019). *Estudiar vs. Aprender. La psicología detrás del éxito estudiantil*. Babelcube.
- Fernández, F. (2014). IHE. *Inventario de Hábitos de Estudio* (10ª ed.). TEA Ediciones.
- García, A. (2018). *Técnicas de estudio. A aprender también se aprende*. San Pablo.
- García, F., Mendoza, J., y Fernández, N. (2018). *Aprender a aprender. Hábitos métodos, estrategias y técnicas de estudio: guía para el aprendizaje significativo*. Ediciones de la U.
- Hernández, R., y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (1ª ed.). McGraw Hill.
- Pérez, L., Pérez, R., y Seca, M. (2020). *Metodología de la investigación científica* (1ª ed.). Maipue.
- Pimienta, J., y De la Orden, A. (2017). *Metodología de la investigación* (3ª ed.). Pearson.
- Sánchez, L., y Andrade, R. (2014). *Inteligencias múltiples y estilos de aprendizaje. Diagnóstico y estrategias para su potenciación* (1ª ed.). Alfaomega.
- Woolfolk, A. (2014). *Psicología educativa* (12ª ed.). Pearson.

### 7.3 Fuentes hemerográficas

- Betancourt, J. (2020). Estrategias de aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes de Secretariado Ejecutivo, Machala - Ecuador. *Investigación Valdizana*, 14(1), 29-37. <https://doi.org/10.33554/riv.14.1.487>
- Carrillo, C., y Bravo, M. (2022). Los hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios; un estudio documental. *Revista Científica FIPCAEC*, 7(3), 235-249. <https://www.fipcaec.com/index.php/fipcaec/article/view/605>
- Escribano, E. (2017). La educación en América Latina: desarrollo y perspectivas. *Actualidades Investigativas en Educación*, 17(2), 355-377. <https://www.redalyc.org/journal/447/44758530016/html/>
- Freiberg, A., Ledesma, R., y Fernández, M. (2017). Estilos y estrategias de aprendizaje en estudiantes universitarios de Buenos Aires. *Revista de Psicología*, 35(2), 535-573. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0254-92472017000200005](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0254-92472017000200005)
- Gómez, J., Larenas, C., y Torres, W. (2021). Estrategias de aprendizaje y creencias sobre el idioma inglés: una aproximación correlacional en estudiantes universitarios. *Práxis Educativa*, 16, 1-17. <https://doi.org/10.5212/PraxEduc.v.16.16572.024>
- Guevara, M., Reales, L., Molina, G., y Peñafiel, A. (2022). Hábitos y técnicas de estudio en los estudiantes de nuevo ingreso al nivel superior. *Enfermería Investiga*, 7(4), 29-37. <https://doi.org/10.31243/ei.uta.v7i4.1865.2022>
- Jerónimo, L., Yaniz, C., y Carcamo, C. (2020). Estrategias de aprendizaje de estudiantes colombianos de grado y posgrado. Magis. *Revista Internacional de Investigación en Educación*, 13, 1-20. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.m13.eaec>
- Madrigal, A. (2022). Estrategias de aprendizaje y aprendizaje autónomo. *Revista de Estilos de Aprendizaje*, 15(Especial), 149-157. <https://doi.org/10.55777/rea.v15iEspecial.4594>
- Ñanez, A., Dávalos, M., Muñoz, M., y Clavillo, C. (2022). Hábitos de estudio y estrategias de aprendizaje en alumnos de nivel superior propuesta de intervención pospandemia. *Revista de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de México*, 11(25), 156-178. <https://doi.org/10.36677/rpsicologia.v11i25.18729>

- Rosales, L. (2020). La utilización de las estrategias de aprendizaje en el proceso educativo. *Revista Científica Internacional*, 3(1), 117-123. <https://doi.org/10.46734/revcientifica.v3i1.27>
- Salamea, R., y Cedillo, L. (2021). Hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje en estudiantes universitarios. *Innova Research Journal*, 6(3.1), 94-113. <https://doi.org/10.33890/innova.v6.n3.1.2021.1858>
- Soto, W., y Rocha, N. (2020). Hábitos de estudio: factor crucial para el buen rendimiento académico. *Revista Innova Educación*, 2(3), 431-445. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2020.03.004>
- Urrego, Y., Castro, J., Garavito, C., y Yáñez, C. (2022). Influencia del bienestar psicológico y subjetivo en el afrontamiento, los hábitos de estudio y uso de TICS en estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19. *MedUNAB*, 25(2), 176-192. <https://doi.org/10.29375/01237047.4426>.

#### **7.4 Fuentes electrónicas**

- Miranda, P. (28 de febrero de 2023). *Educación en el Perú: breves apuntes sobre cómo garantizar una educación de calidad*. <https://idehpucp.pucp.edu.pe/notas-informativas/educacion-en-el-peru-breves-apuntes-sobre-como-garantizar-una-educacion-de-calidad/>

## ANEXOS

### Anexo 1: Matriz de consistencia

|             | PROBLEMA                                                                                                                                                                                                                                                | OBJETIVO                                                                                                                                                                                                                                                           | HIPÓTESIS                                                                                                                                                                                                                                                    | VARIABLES,<br>DIMENSIONES E INDICADORES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | METODOLOGÍA                                                                                                                                                                                           |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GENERAL     | ¿De qué manera los hábitos de estudio se relacionan con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho 2024?                 | Determinar de qué manera los hábitos de estudio se relacionan con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.                 | Los hábitos de estudio se relacionan significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.                 | <b>HÁBITOS DE ESTUDIO (Variable 1)</b><br><b>Dimensión 1: Condiciones ambientales del estudio</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ambiente familiar</li> <li>- Ambiente académico</li> <li>- Ambiente personal</li> <li>- Estado físico del estudiante</li> <li>- Lugar de estudio</li> <li>- Comportamiento académico</li> <li>- Rendimiento académico</li> </ul>                                                                               | <b>1. Enfoque de la investigación:</b> Cuantitativo<br><b>2. Diseño de investigación:</b> No experimental, transversal<br><b>3. Nivel de investigación:</b> Correlacional                             |
|             | ¿De qué manera las condiciones ambientales de estudio se relacionan con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho 2024? | Establecer de qué manera las condiciones ambientales de estudio se relacionan con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024. | Las condiciones ambientales de estudio se relacionan significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024. | <b>Dimensión 2: Planificación del estudio</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Horarios</li> <li>- Organización</li> </ul> <b>Dimensión 3: Utilización de materiales</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lectura</li> <li>- Libros y otros materiales</li> <li>- Esquemas-resúmenes</li> </ul> <b>Dimensión 4: Asimilación de contenidos</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Memorización</li> <li>- Personalización</li> </ul> | <b>4. Población:</b> 361 estudiantes<br><b>Muestra:</b> 186 estudiantes<br><b>5. Técnica e instrumento de recolección de datos:</b> Encuesta, cuestionario<br><b>6. Unidad de medida:</b> Cualitativa |
| ESPECÍFICOS | ¿De qué manera la planificación del estudio se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en                                                                                                           | Establecer de qué manera la planificación del estudio se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias                                                                                                 | La planificación del estudio se relaciona significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias                                                                                                 | <b>ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE (Variable 2)</b><br><b>Dimensión 1: Sensibilización</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Motivación</li> <li>- Actitudes</li> <li>- Afectividad-control emocional</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                        | <b>7. Nivel de medición:</b> Ordinal<br><b>8. Análisis de interpretación de la información:</b> Software SPSS v.26                                                                                    |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho 2024?                                                                                                                                                          | Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.                                                                                                                                                                               | Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.                                                                                                                                                                         | <b>Dimensión 2: Elaboración</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Selección de la información</li> <li>- Organización de la información</li> <li>- Elaboración de la información</li> </ul> <b>Dimensión 3: Personalización</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pensamiento crítico</li> <li>- Pensamiento creativo</li> <li>- Recuperación de la información</li> <li>- Transferencia de la información</li> </ul> <b>Dimensión 4: Metacognición</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Planificación</li> <li>- Evaluación</li> <li>- Regulación</li> </ul> |  |
|  | ¿De qué manera la utilización de materiales de estudio se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho 2024? | Establecer de qué manera la utilización de materiales de estudio se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024. | La utilización de materiales de estudio se relaciona significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
|  | ¿De qué manera la asimilación de contenidos se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho 2024?            | Establecer de qué manera la asimilación de contenidos se relaciona con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.            | La asimilación de contenidos se relaciona significativamente con las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de la Escuela de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2024.            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |

## Anexo 2: Instrumento



### Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión Escuela de Posgrado

#### **CUESTIONARIO SOBRE HÁBITOS DE ESTUDIO Y ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE**

Estimado estudiante, el presente cuestionario tiene la finalidad de conocer acerca de sus hábitos de estudio y estrategias de aprendizaje. Para ello, se le pide responder con sinceridad a las preguntas que se ubican en el cuadro de abajo. Sus respuestas serán anónimas para esta investigación. Muchas gracias.

#### **I. DATOS DEL ENCUESTADO**

##### **1. Sexo:**

- a) Femenino
- b) Masculino

| ÍTEMS                                                                                                                                                      | Nunca | Casi nunca | A veces | Casi siempre | Siempre |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------|---------|--------------|---------|
| <b>HÁBITOS DE ESTUDIO</b>                                                                                                                                  |       |            |         |              |         |
| <b>DIMENSIÓN 1: CONDICIONES AMBIENTALES DEL ESTUDIO</b>                                                                                                    |       |            |         |              |         |
| 1. ¿Estudias en un lugar específico (libre de ruidos e interrupciones) dentro de tu ambiente familiar?                                                     |       |            |         |              |         |
| 2. ¿Tus docentes te ayudan cuando no comprendes algo?                                                                                                      |       |            |         |              |         |
| 3. ¿Dejas a un lado tus problemas personales cuando estudias?                                                                                              |       |            |         |              |         |
| 4. ¿Procuras dormir tus horas completas, tomar pequeños descansos, hacer ejercicio físico y comer lo apropiado para “mantenerte en forma” cuando estudies? |       |            |         |              |         |
| 5. ¿Estudias en un lugar cómodo, con luz, temperatura apropiada, mesa y silla de trabajo adecuadas, ventilación sana, entre otros?                         |       |            |         |              |         |
| 6. ¿Procuras estar atento durante las clases de los docentes?                                                                                              |       |            |         |              |         |
| 7. ¿Colaboras de forma activa en las tareas de tu escuela y universidad?                                                                                   |       |            |         |              |         |
| 8. ¿Procuras estar al día con las tareas que demandan tus asignaturas?                                                                                     |       |            |         |              |         |

|                                                                                                                                              |  |  |  |  |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| <b>DIMENSIÓN 2: PLANIFICACIÓN DEL ESTUDIO</b>                                                                                                |  |  |  |  |  |
| 9. ¿Tienes separadas ciertas horas para estudiar cada asignatura?                                                                            |  |  |  |  |  |
| 10. Antes de estudiar, ¿preparas y organizas todos los materiales que son necesarios (libros, fichas, hojas, entre otros)?                   |  |  |  |  |  |
| <b>DIMENSIÓN 3: UTILIZACIÓN DE MATERIALES</b>                                                                                                |  |  |  |  |  |
| 11. ¿Utilizas lecturas como complemento de tus estudios?                                                                                     |  |  |  |  |  |
| 12. ¿Empleas libros, revistas y otros materiales cuando estudias?                                                                            |  |  |  |  |  |
| 13. ¿Elaboras esquemas-resúmenes para organización información que luego estudiarás?                                                         |  |  |  |  |  |
| <b>DIMENSIÓN 4: ASIMILACIÓN DE CONTENIDOS</b>                                                                                                |  |  |  |  |  |
| 14. ¿Pones en práctica y empleas lo aprendido de memoria para así fijar los conocimientos?                                                   |  |  |  |  |  |
| 15. ¿Tomas constantemente notas o apuntes mientras estudias?                                                                                 |  |  |  |  |  |
| 16. ¿Debates con tus compañeros sobre diversas tareas y trabajos académicos?                                                                 |  |  |  |  |  |
| <b>ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                            |  |  |  |  |  |
| <b>DIMENSIÓN 1: SENSIBILIZACIÓN</b>                                                                                                          |  |  |  |  |  |
| 17. ¿Te gustan las tareas que ponen a prueba tus capacidades?                                                                                |  |  |  |  |  |
| 18. ¿Te sientes cómodo con tus compañeros de clase?                                                                                          |  |  |  |  |  |
| 19. ¿Pensar en los exámenes te hace sentir ansioso y nervioso?                                                                               |  |  |  |  |  |
| 20. ¿En clase te sientes relajado y puedes concentrarte cuando realizas tus tareas?                                                          |  |  |  |  |  |
| <b>DIMENSIÓN 2: ELABORACIÓN</b>                                                                                                              |  |  |  |  |  |
| 21. Cuando estudias, ¿reconoces la información que es más y menos importante de un tema?                                                     |  |  |  |  |  |
| 22. ¿Usas algunas técnicas de organización (mapas o esquemas) para ordenar los datos o apuntes de las lecciones?                             |  |  |  |  |  |
| 23. ¿Expresas con tus propias palabras los conocimientos que vas aprendiendo?                                                                |  |  |  |  |  |
| <b>DIMENSIÓN 3: PERSONALIZACIÓN</b>                                                                                                          |  |  |  |  |  |
| 24. ¿Elaboras tu propia opinión sobre aquellas cuestiones que son discutibles?                                                               |  |  |  |  |  |
| 25. ¿Sientes curiosidad por conocer cosas nuevas y siempre te estás haciendo preguntas?                                                      |  |  |  |  |  |
| 26. Durante un examen, ¿respondes las preguntas recordando la información que organizaste en resúmenes y esquemas que hiciste para estudiar? |  |  |  |  |  |
| 27. ¿Lo que aprendes en las diversas asignaturas lo transfieres y aplicas a los problemas que se te presentan fuera de clase?                |  |  |  |  |  |
| <b>DIMENSIÓN 4: METACOGNICIÓN</b>                                                                                                            |  |  |  |  |  |
| 28. Al comenzar el estudio, ¿planificas las tareas que vas a realizar a través de diversos pasos?                                            |  |  |  |  |  |
| 29. Al elaborar una tarea, ¿reconoces las estrategias pertinentes que puedes emplear para resolverla?                                        |  |  |  |  |  |
| 30. ¿Evalúas los resultados que vas obteniendo en tu aprendizaje?                                                                            |  |  |  |  |  |

## **Anexo 3: Baremaciones**

### ***I. Proceso de baremación de las variables***

#### **V1: Hábitos de estudio**

- Máximo:  $16(5) = 80$
- Mínimo:  $16(1) = 16$
- Rango: Máximo – Mínimo  $\rightarrow R = 80 - 16 = 64$
- Numero de intervalos: 3
- Amplitud del intervalo:  $A = R/3 \rightarrow 64/3 = 21.333$

#### **V2: Estrategias de aprendizaje**

- Máximo:  $14(5) = 70$
- Mínimo:  $14(1) = 14$
- Rango: Máximo – Mínimo  $\rightarrow R = 70 - 14 = 56$
- Numero de intervalos: 3
- Amplitud del intervalo:  $A = R/3 \rightarrow 56/3 = 18.667$

### ***II. Proceso de baremación de las dimensiones***

#### **D1: Condiciones ambientales del estudio**

- Máximo:  $8(5) = 40$
- Mínimo:  $8(1) = 8$
- Rango: Máximo – Mínimo  $\rightarrow R = 40 - 8 = 32$
- Numero de intervalos: 3
- Amplitud del intervalo:  $A = R/3 \rightarrow 32/3 = 16.667$

#### **D2: Planificación del estudio**

- Máximo:  $2(5) = 10$
- Mínimo:  $2(1) = 2$
- Rango: Máximo – Mínimo  $\rightarrow R = 10 - 2 = 8$
- Numero de intervalos: 3
- Amplitud del intervalo:  $A = R/3 \rightarrow 8/3 = 2.667$

#### **D3: Utilización de materiales**

- Máximo:  $3(5) = 15$
- Mínimo:  $3(1) = 3$
- Rango: Máximo – Mínimo  $\rightarrow R = 15 - 3 = 12$
- Numero de intervalos: 3
- Amplitud del intervalo:  $A = R/3 \rightarrow 12/3 = 4$

#### **D4: Asimilación de contenidos**

- Máximo:  $3(5) = 15$
- Mínimo:  $3(1) = 3$
- Rango: Máximo – Mínimo  $\rightarrow R = 15 - 3 = 12$
- Numero de intervalos: 3
- Amplitud del intervalo:  $A = R/3 \rightarrow 12/3 = 4$

**D5: Sensibilización**

- Máximo:  $4(5) = 20$
- Mínimo:  $4(1) = 4$
- Rango: Máximo – Mínimo  $\rightarrow R = 20 - 4 = 16$
- Numero de intervalos: 3
- Amplitud del intervalo:  $A = R/3 \rightarrow 16/3 = 5.333$

**D6: Elaboración**

- Máximo:  $3(5) = 15$
- Mínimo:  $3(1) = 3$
- Rango: Máximo – Mínimo  $\rightarrow R = 15 - 3 = 12$
- Numero de intervalos: 3
- Amplitud del intervalo:  $A = R/3 \rightarrow 12/3 = 4$

**D7: Personalización**

- Máximo:  $4(5) = 20$
- Mínimo:  $4(1) = 4$
- Rango: Máximo – Mínimo  $\rightarrow R = 20 - 4 = 16$
- Numero de intervalos: 3
- Amplitud del intervalo:  $A = R/3 \rightarrow 16/3 = 5.333$

**D8: Metacognición**

- Máximo:  $3(5) = 15$
- Mínimo:  $3(1) = 3$
- Rango: Máximo – Mínimo  $\rightarrow R = 15 - 3 = 12$
- Numero de intervalos: 3
- Amplitud del intervalo:  $A = R/3 \rightarrow 12/3 = 4$

#### Anexo 4: Base de datos

| Nº | V1 | V2 | D1 | D2 | D3 | D4 | D5 | D6 | D7 | D8 |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1  | 59 | 47 | 23 | 10 | 14 | 12 | 12 | 13 | 13 | 9  |
| 2  | 50 | 42 | 24 | 7  | 9  | 10 | 12 | 9  | 12 | 9  |
| 3  | 32 | 18 | 23 | 2  | 3  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  |
| 4  | 22 | 22 | 12 | 4  | 3  | 3  | 4  | 5  | 4  | 9  |
| 5  | 18 | 19 | 9  | 2  | 4  | 3  | 5  | 4  | 5  | 5  |
| 6  | 56 | 55 | 30 | 7  | 9  | 10 | 13 | 15 | 18 | 9  |
| 7  | 20 | 24 | 10 | 2  | 5  | 3  | 6  | 6  | 6  | 6  |
| 8  | 77 | 51 | 38 | 10 | 14 | 15 | 17 | 13 | 12 | 9  |
| 9  | 27 | 31 | 12 | 4  | 6  | 5  | 6  | 5  | 15 | 5  |
| 10 | 33 | 24 | 22 | 5  | 3  | 3  | 5  | 7  | 6  | 6  |
| 11 | 26 | 29 | 9  | 6  | 6  | 5  | 6  | 5  | 9  | 9  |
| 12 | 22 | 19 | 12 | 3  | 3  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  |
| 13 | 18 | 24 | 9  | 3  | 3  | 3  | 5  | 7  | 6  | 6  |
| 14 | 39 | 36 | 21 | 6  | 6  | 6  | 8  | 9  | 10 | 9  |
| 15 | 46 | 56 | 23 | 6  | 9  | 8  | 18 | 11 | 18 | 9  |
| 16 | 42 | 33 | 23 | 4  | 7  | 8  | 8  | 7  | 13 | 5  |
| 17 | 51 | 50 | 24 | 6  | 10 | 11 | 15 | 9  | 14 | 12 |
| 18 | 50 | 37 | 25 | 5  | 10 | 10 | 11 | 7  | 11 | 8  |
| 19 | 53 | 43 | 27 | 7  | 9  | 10 | 12 | 9  | 13 | 9  |
| 20 | 16 | 18 | 8  | 2  | 3  | 3  | 4  | 5  | 4  | 5  |
| 21 | 26 | 27 | 12 | 3  | 6  | 5  | 8  | 6  | 7  | 6  |
| 22 | 16 | 18 | 8  | 2  | 3  | 3  | 4  | 5  | 4  | 5  |
| 23 | 28 | 28 | 13 | 2  | 6  | 7  | 10 | 7  | 6  | 5  |
| 24 | 28 | 28 | 13 | 2  | 6  | 7  | 10 | 7  | 6  | 5  |
| 25 | 48 | 40 | 24 | 6  | 9  | 9  | 10 | 9  | 12 | 9  |
| 26 | 24 | 30 | 15 | 2  | 3  | 4  | 10 | 7  | 8  | 5  |
| 27 | 28 | 34 | 16 | 6  | 3  | 3  | 11 | 8  | 8  | 7  |
| 28 | 16 | 22 | 8  | 2  | 3  | 3  | 5  | 4  | 8  | 5  |
| 29 | 57 | 29 | 31 | 7  | 9  | 10 | 9  | 4  | 7  | 9  |
| 30 | 16 | 14 | 8  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  |
| 31 | 36 | 21 | 16 | 2  | 9  | 9  | 7  | 4  | 5  | 5  |
| 32 | 52 | 62 | 26 | 8  | 9  | 9  | 20 | 15 | 18 | 9  |
| 33 | 35 | 48 | 15 | 2  | 9  | 9  | 14 | 11 | 14 | 9  |
| 34 | 33 | 34 | 11 | 4  | 9  | 9  | 11 | 8  | 8  | 7  |
| 35 | 52 | 67 | 23 | 4  | 13 | 12 | 20 | 15 | 17 | 15 |
| 36 | 50 | 39 | 23 | 9  | 9  | 9  | 11 | 8  | 13 | 7  |
| 37 | 21 | 38 | 9  | 6  | 3  | 3  | 8  | 7  | 12 | 11 |
| 38 | 36 | 62 | 19 | 5  | 6  | 6  | 20 | 15 | 18 | 9  |
| 39 | 41 | 20 | 23 | 10 | 4  | 4  | 5  | 4  | 6  | 5  |
| 40 | 33 | 22 | 22 | 5  | 3  | 3  | 4  | 5  | 8  | 5  |

|    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 41 | 31 | 48 | 8  | 2  | 10 | 11 | 13 | 10 | 14 | 11 |
| 42 | 78 | 58 | 39 | 9  | 15 | 15 | 19 | 13 | 17 | 9  |
| 43 | 18 | 25 | 9  | 3  | 3  | 3  | 5  | 5  | 9  | 6  |
| 44 | 28 | 28 | 16 | 6  | 3  | 3  | 5  | 5  | 12 | 6  |
| 45 | 75 | 67 | 37 | 8  | 15 | 15 | 20 | 15 | 17 | 15 |
| 46 | 41 | 17 | 28 | 6  | 4  | 3  | 4  | 3  | 7  | 3  |
| 47 | 64 | 56 | 36 | 10 | 9  | 9  | 14 | 11 | 18 | 13 |
| 48 | 43 | 31 | 24 | 5  | 7  | 7  | 7  | 7  | 9  | 8  |
| 49 | 39 | 23 | 25 | 7  | 3  | 4  | 5  | 4  | 9  | 5  |
| 50 | 16 | 14 | 8  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  |
| 51 | 26 | 22 | 12 | 3  | 6  | 5  | 7  | 4  | 6  | 5  |
| 52 | 16 | 14 | 8  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  |
| 53 | 32 | 26 | 12 | 2  | 9  | 9  | 6  | 5  | 8  | 7  |
| 54 | 21 | 26 | 12 | 2  | 4  | 3  | 6  | 5  | 8  | 7  |
| 55 | 48 | 42 | 24 | 6  | 9  | 9  | 12 | 9  | 12 | 9  |
| 56 | 19 | 24 | 10 | 2  | 3  | 4  | 6  | 7  | 6  | 5  |
| 57 | 24 | 30 | 12 | 6  | 3  | 3  | 10 | 7  | 8  | 5  |
| 58 | 16 | 14 | 8  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  |
| 59 | 56 | 48 | 31 | 6  | 9  | 10 | 13 | 11 | 14 | 10 |
| 60 | 20 | 26 | 11 | 2  | 4  | 3  | 6  | 5  | 8  | 7  |
| 61 | 52 | 46 | 26 | 8  | 9  | 9  | 16 | 9  | 12 | 9  |
| 62 | 18 | 24 | 9  | 2  | 3  | 4  | 6  | 7  | 6  | 5  |
| 63 | 21 | 21 | 11 | 4  | 3  | 3  | 5  | 5  | 7  | 4  |
| 64 | 47 | 46 | 23 | 6  | 9  | 9  | 10 | 9  | 18 | 9  |
| 65 | 28 | 30 | 16 | 6  | 3  | 3  | 10 | 7  | 8  | 5  |
| 66 | 59 | 47 | 23 | 10 | 14 | 12 | 12 | 13 | 13 | 9  |
| 67 | 50 | 48 | 24 | 7  | 9  | 10 | 12 | 9  | 12 | 15 |
| 68 | 32 | 18 | 23 | 2  | 3  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  |
| 69 | 22 | 22 | 12 | 4  | 3  | 3  | 4  | 5  | 4  | 9  |
| 70 | 18 | 19 | 9  | 2  | 4  | 3  | 5  | 4  | 5  | 5  |
| 71 | 61 | 61 | 30 | 7  | 12 | 12 | 13 | 15 | 18 | 15 |
| 72 | 20 | 24 | 10 | 2  | 5  | 3  | 6  | 6  | 6  | 6  |
| 73 | 77 | 56 | 38 | 10 | 14 | 15 | 17 | 13 | 12 | 14 |
| 74 | 27 | 31 | 12 | 4  | 6  | 5  | 6  | 5  | 15 | 5  |
| 75 | 33 | 24 | 22 | 5  | 3  | 3  | 5  | 7  | 6  | 6  |
| 76 | 26 | 29 | 9  | 6  | 6  | 5  | 6  | 5  | 9  | 9  |
| 77 | 22 | 19 | 12 | 3  | 3  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  |
| 78 | 18 | 24 | 9  | 3  | 3  | 3  | 5  | 7  | 6  | 6  |
| 79 | 39 | 36 | 21 | 6  | 6  | 6  | 8  | 9  | 10 | 9  |
| 80 | 46 | 60 | 23 | 6  | 9  | 8  | 18 | 11 | 18 | 13 |
| 81 | 42 | 33 | 23 | 4  | 7  | 8  | 8  | 7  | 13 | 5  |
| 82 | 51 | 50 | 24 | 6  | 10 | 11 | 15 | 9  | 14 | 12 |
| 83 | 50 | 37 | 25 | 5  | 10 | 10 | 11 | 7  | 11 | 8  |
| 84 | 53 | 43 | 27 | 7  | 9  | 10 | 12 | 9  | 13 | 9  |

|            |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| <b>85</b>  | 16 | 18 | 8  | 2  | 3  | 3  | 4  | 5  | 4  | 5  |
| <b>86</b>  | 26 | 27 | 12 | 3  | 6  | 5  | 8  | 6  | 7  | 6  |
| <b>87</b>  | 16 | 18 | 8  | 2  | 3  | 3  | 4  | 5  | 4  | 5  |
| <b>88</b>  | 28 | 28 | 13 | 2  | 6  | 7  | 10 | 7  | 6  | 5  |
| <b>89</b>  | 28 | 28 | 13 | 2  | 6  | 7  | 10 | 7  | 6  | 5  |
| <b>90</b>  | 48 | 40 | 24 | 6  | 9  | 9  | 10 | 9  | 12 | 9  |
| <b>91</b>  | 24 | 30 | 15 | 2  | 3  | 4  | 10 | 7  | 8  | 5  |
| <b>92</b>  | 28 | 34 | 16 | 6  | 3  | 3  | 11 | 8  | 8  | 7  |
| <b>93</b>  | 16 | 22 | 8  | 2  | 3  | 3  | 5  | 4  | 8  | 5  |
| <b>94</b>  | 57 | 29 | 31 | 7  | 9  | 10 | 9  | 4  | 7  | 9  |
| <b>95</b>  | 16 | 14 | 8  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  |
| <b>96</b>  | 36 | 21 | 16 | 2  | 9  | 9  | 7  | 4  | 5  | 5  |
| <b>97</b>  | 59 | 68 | 26 | 8  | 12 | 13 | 20 | 15 | 18 | 15 |
| <b>98</b>  | 36 | 52 | 15 | 2  | 10 | 9  | 14 | 11 | 14 | 13 |
| <b>99</b>  | 21 | 34 | 11 | 4  | 3  | 3  | 11 | 8  | 8  | 7  |
| <b>100</b> | 46 | 67 | 23 | 4  | 11 | 8  | 20 | 15 | 17 | 15 |
| <b>101</b> | 50 | 39 | 23 | 9  | 9  | 9  | 11 | 8  | 13 | 7  |
| <b>102</b> | 21 | 38 | 9  | 6  | 3  | 3  | 8  | 7  | 12 | 11 |
| <b>103</b> | 36 | 68 | 19 | 5  | 6  | 6  | 20 | 15 | 18 | 15 |
| <b>104</b> | 60 | 20 | 23 | 10 | 15 | 12 | 5  | 4  | 6  | 5  |
| <b>105</b> | 33 | 22 | 22 | 5  | 3  | 3  | 4  | 5  | 8  | 5  |
| <b>106</b> | 16 | 48 | 8  | 2  | 3  | 3  | 13 | 10 | 14 | 11 |
| <b>107</b> | 78 | 63 | 39 | 9  | 15 | 15 | 19 | 13 | 17 | 14 |
| <b>108</b> | 18 | 25 | 9  | 3  | 3  | 3  | 5  | 5  | 9  | 6  |
| <b>109</b> | 28 | 28 | 16 | 6  | 3  | 3  | 5  | 5  | 12 | 6  |
| <b>110</b> | 75 | 67 | 37 | 8  | 15 | 15 | 20 | 15 | 17 | 15 |
| <b>111</b> | 58 | 17 | 28 | 6  | 12 | 12 | 4  | 3  | 7  | 3  |
| <b>112</b> | 64 | 56 | 36 | 10 | 9  | 9  | 14 | 11 | 18 | 13 |
| <b>113</b> | 52 | 31 | 24 | 5  | 12 | 11 | 7  | 7  | 9  | 8  |
| <b>114</b> | 50 | 23 | 25 | 7  | 9  | 9  | 5  | 4  | 9  | 5  |
| <b>115</b> | 16 | 14 | 8  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  |
| <b>116</b> | 26 | 22 | 12 | 3  | 6  | 5  | 7  | 4  | 6  | 5  |
| <b>117</b> | 16 | 14 | 8  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  |
| <b>118</b> | 32 | 26 | 12 | 2  | 9  | 9  | 6  | 5  | 8  | 7  |
| <b>119</b> | 32 | 26 | 12 | 2  | 9  | 9  | 6  | 5  | 8  | 7  |
| <b>120</b> | 48 | 42 | 24 | 6  | 9  | 9  | 12 | 9  | 12 | 9  |
| <b>121</b> | 19 | 24 | 10 | 2  | 3  | 4  | 6  | 7  | 6  | 5  |
| <b>122</b> | 24 | 30 | 12 | 6  | 3  | 3  | 10 | 7  | 8  | 5  |
| <b>123</b> | 16 | 14 | 8  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  |
| <b>124</b> | 56 | 48 | 31 | 6  | 9  | 10 | 13 | 11 | 14 | 10 |
| <b>125</b> | 31 | 26 | 11 | 2  | 9  | 9  | 6  | 5  | 8  | 7  |
| <b>126</b> | 52 | 46 | 26 | 8  | 9  | 9  | 16 | 9  | 12 | 9  |
| <b>127</b> | 18 | 24 | 9  | 2  | 3  | 4  | 6  | 7  | 6  | 5  |
| <b>128</b> | 21 | 21 | 11 | 4  | 3  | 3  | 5  | 5  | 7  | 4  |

|     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 129 | 57 | 46 | 23 | 6  | 15 | 13 | 10 | 9  | 18 | 9  |
| 130 | 28 | 30 | 16 | 6  | 3  | 3  | 10 | 7  | 8  | 5  |
| 131 | 59 | 52 | 23 | 10 | 14 | 12 | 12 | 13 | 13 | 14 |
| 132 | 50 | 48 | 24 | 7  | 9  | 10 | 12 | 9  | 12 | 15 |
| 133 | 32 | 18 | 23 | 2  | 3  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  |
| 134 | 22 | 22 | 12 | 4  | 3  | 3  | 4  | 5  | 4  | 9  |
| 135 | 18 | 19 | 9  | 2  | 4  | 3  | 5  | 4  | 5  | 5  |
| 136 | 56 | 61 | 30 | 7  | 9  | 10 | 13 | 15 | 18 | 15 |
| 137 | 20 | 24 | 10 | 2  | 5  | 3  | 6  | 6  | 6  | 6  |
| 138 | 77 | 56 | 38 | 10 | 14 | 15 | 17 | 13 | 12 | 14 |
| 139 | 27 | 31 | 12 | 4  | 6  | 5  | 6  | 5  | 15 | 5  |
| 140 | 33 | 24 | 22 | 5  | 3  | 3  | 5  | 7  | 6  | 6  |
| 141 | 26 | 29 | 9  | 6  | 6  | 5  | 6  | 5  | 9  | 9  |
| 142 | 22 | 19 | 12 | 3  | 3  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  |
| 143 | 18 | 24 | 9  | 3  | 3  | 3  | 5  | 7  | 6  | 6  |
| 144 | 39 | 36 | 21 | 6  | 6  | 6  | 8  | 9  | 10 | 9  |
| 145 | 46 | 60 | 23 | 6  | 9  | 8  | 18 | 11 | 18 | 13 |
| 146 | 42 | 33 | 23 | 4  | 7  | 8  | 8  | 7  | 13 | 5  |
| 147 | 51 | 50 | 24 | 6  | 10 | 11 | 15 | 9  | 14 | 12 |
| 148 | 50 | 37 | 25 | 5  | 10 | 10 | 11 | 7  | 11 | 8  |
| 149 | 53 | 43 | 27 | 7  | 9  | 10 | 12 | 9  | 13 | 9  |
| 150 | 16 | 18 | 8  | 2  | 3  | 3  | 4  | 5  | 4  | 5  |
| 151 | 26 | 27 | 12 | 3  | 6  | 5  | 8  | 6  | 7  | 6  |
| 152 | 16 | 18 | 8  | 2  | 3  | 3  | 4  | 5  | 4  | 5  |
| 153 | 28 | 28 | 13 | 2  | 6  | 7  | 10 | 7  | 6  | 5  |
| 154 | 28 | 28 | 13 | 2  | 6  | 7  | 10 | 7  | 6  | 5  |
| 155 | 48 | 40 | 24 | 6  | 9  | 9  | 10 | 9  | 12 | 9  |
| 156 | 24 | 30 | 15 | 2  | 3  | 4  | 10 | 7  | 8  | 5  |
| 157 | 28 | 34 | 16 | 6  | 3  | 3  | 11 | 8  | 8  | 7  |
| 158 | 16 | 22 | 8  | 2  | 3  | 3  | 5  | 4  | 8  | 5  |
| 159 | 57 | 29 | 31 | 7  | 9  | 10 | 9  | 4  | 7  | 9  |
| 160 | 16 | 14 | 8  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  |
| 161 | 36 | 21 | 16 | 2  | 9  | 9  | 7  | 4  | 5  | 5  |
| 162 | 52 | 68 | 26 | 8  | 9  | 9  | 20 | 15 | 18 | 15 |
| 163 | 24 | 52 | 15 | 2  | 3  | 4  | 14 | 11 | 14 | 13 |
| 164 | 21 | 34 | 11 | 4  | 3  | 3  | 11 | 8  | 8  | 7  |
| 165 | 46 | 67 | 23 | 4  | 11 | 8  | 20 | 15 | 17 | 15 |
| 166 | 50 | 39 | 23 | 9  | 9  | 9  | 11 | 8  | 13 | 7  |
| 167 | 21 | 38 | 9  | 6  | 3  | 3  | 8  | 7  | 12 | 11 |
| 168 | 36 | 68 | 19 | 5  | 6  | 6  | 20 | 15 | 18 | 15 |
| 169 | 60 | 20 | 23 | 10 | 15 | 12 | 5  | 4  | 6  | 5  |
| 170 | 33 | 22 | 22 | 5  | 3  | 3  | 4  | 5  | 8  | 5  |
| 171 | 16 | 48 | 8  | 2  | 3  | 3  | 13 | 10 | 14 | 11 |
| 172 | 78 | 63 | 39 | 9  | 15 | 15 | 19 | 13 | 17 | 14 |

|            |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| <b>173</b> | 18 | 25 | 9  | 3  | 3  | 3  | 5  | 5  | 9  | 6  |
| <b>174</b> | 28 | 28 | 16 | 6  | 3  | 3  | 5  | 5  | 12 | 6  |
| <b>175</b> | 75 | 67 | 37 | 8  | 15 | 15 | 20 | 15 | 17 | 15 |
| <b>176</b> | 58 | 17 | 28 | 6  | 12 | 12 | 4  | 3  | 7  | 3  |
| <b>177</b> | 64 | 56 | 36 | 10 | 9  | 9  | 14 | 11 | 18 | 13 |
| <b>178</b> | 52 | 31 | 24 | 5  | 12 | 11 | 7  | 7  | 9  | 8  |
| <b>179</b> | 50 | 23 | 25 | 7  | 9  | 9  | 5  | 4  | 9  | 5  |
| <b>180</b> | 16 | 14 | 8  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  |
| <b>181</b> | 26 | 22 | 12 | 3  | 6  | 5  | 7  | 4  | 6  | 5  |
| <b>182</b> | 16 | 14 | 8  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  |
| <b>183</b> | 32 | 26 | 12 | 2  | 9  | 9  | 6  | 5  | 8  | 7  |
| <b>184</b> | 32 | 26 | 12 | 2  | 9  | 9  | 6  | 5  | 8  | 7  |
| <b>185</b> | 48 | 42 | 24 | 6  | 9  | 9  | 12 | 9  | 12 | 9  |
| <b>186</b> | 19 | 24 | 10 | 2  | 3  | 4  | 6  | 7  | 6  | 5  |

---

Dr. CARLOS ENRIQUE BERNAL VALLADARES  
ASESOR

---

Dr. JUAN ERNESTO RAMOS MANRIQUE  
PRESIDENTE

---

Dra. DELIA VIOLETA VILLAFUERTE CASTRO  
SECRETARIO

---

Mtro. TEOBALDO NOREÑO SUSANIBAR HOCES  
VOCAL