

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERAS DE GUATEMALA

***“HÁBITOS DE ESTUDIO DE LOS ESTUDIANTES DE
PRIMER AÑO DE LA ESCUELA NACIONAL DE
ENFERMERAS DE GUATEMALA”***

Estudio descriptivo con abordaje cuantitativo de corte transversal,
realizado en agosto 2007

Sonia Alejandra Teni Aguayo de Contreras
Carné: 8851787

ASESOR: Lic. Orlando Marroquín
REVISORA: Licda. Eva Rosales de Tuyuc

Tesis

Presentada ante las autoridades de la Facultad de Ciencias Médicas – USAC -
Escuela Nacional de Enfermeras/os de Guatemala

Previo a optar el grado de Licenciada en Enfermería

GUATEMALA, OCTUBRE 2, 2007.



CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO (CUM)
 FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
 ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERAS DE GUATEMALA
 6 Avenida 3-55 zona 11, Teléfonos 2440-4477, 2440-8592, 2472-1392
 E-mail guatenfiria@yahoo.com Guatemala, C.A.



LA FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE
 GUATEMALA A TRAVÉS DE
 LA DIRECCIÓN DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERAS DE GUATEMALA

AUTORIZA LA IMPRESIÓN DEL TRABAJO DE TESIS
 TITULADO

“HÁBITOS DE ESTUDIO DE LOS ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE LA ESCUELA
 NACIONAL DE ENFERMERAS DE GUATEMALA”

Presentado por la estudiante: Sonia Alejandra Teni Aguayo de Contreras
 Carné: 8851787
 Trabajo Asesorado por: Lic. Orlando Marroquín
 Y Revisado por: Licda. Eva Rosales de Tuyuc

Quienes lo avalan de acuerdo al Normativo de Tesis y Exámenes Generales, Grado Académico de
 LICENCIATURA DE ENFERMERÍA. PUNTO NOVENO, INCISOS 9.1 Y 9.2 del ACTA 32-2004.

Dado en la ciudad de Guatemala a los once días del mes de Octubre del año 2007.



Rutilio Herrera Acajapón
 MSc. Rutilio Herrera Acajapón
 DIRECTORA



Vo.Bo.

Dr. Jesus Arnulfo Oliva Leal
 Dr. Jesus Arnulfo Oliva Leal
 DECANO





Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Ciencias Médicas
Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala
Unidad de Tesis



Guatemala 11 de Octubre de 2,007

Enfermera Profesional
Sonia Alejandra Teni Aguayo de Contreras
Presente.

Se le informa que el trabajo de tesis titulado:

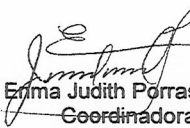
“HÁBITOS DE ESTUDIO DE LOS ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERAS DE GUATEMALA”.

Ha sido REVISADO Y CORREGIDO y al establecer que cumple con los requisitos exigidos por esta Unidad, se le autoriza a continuar con los trámites correspondientes para someterse a su examen general público.

Sin otro particular, me suscribo

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”


M.A. Enma Judith Porras Marroquín
Coordinadora
Unidad de Tesis

c.c. Archivo



Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Ciencias Médicas
Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala



Guatemala 11 Octubre de 2,007.

Profesores
UNIDAD DE TESIS
Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala
Presente.

Se les informa que la Enfermera:

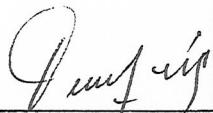
Sonia Alejandra Teni Aguayo de Contreras

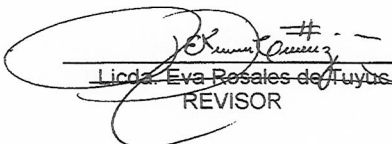
Ha presentado el Informe Final de su trabajo de tesis titulado:

"HÁBITOS DE ESTUDIO DE LOS ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE LA ESCUELA
NACIONAL DE ENFERMERAS DE GUATEMALA"

Del cual el autor se hace responsable del contenido, y el asesor y revisor damos la aprobación de la metodología, confiabilidad y validez de los datos y resultados obtenidos, así como de la pertinencia de las conclusiones y recomendaciones expuestas.


AUTOR


Lic. Orlando Marroquín
ASESOR


Licda. Eva Rosales de Tuyus
REVISOR

AGRADECIMIENTOS

- A Dios, que es mi creador y me permitió alcanzar mi meta.
- A Delia Aguayo de la Cruz mi madre que desde el cielo me acompaña.
- A Alfredo Teni Lagembeck por sus sabios consejos de padre.
- A Mis hermanos Carlos Alfredo, Gladys, Hugo Enrique, Zoila Elida, Mario Rene, Jaime Noel, Rubén Darío, Nancy Yanira, Kenia, con amor fraternal.
- A Mis cuñadas y cuñados sobrinos y sobrinas.
- A Marina Estela Ayala García v. de Contreras (Q.E.P.) por su ejemplo y don de ser enfermera, gracias por sus sabios consejos.
- A Daniel Enrique Contreras Ayala por su apoyo y comprensión.
- A Daniela Alejandra, Olga Ruth Contreras Teni, con amor y ejemplo.
- A Universidad de San Carlos de Guatemala y Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, por haberme cobijado en sus aulas y brindarme El apoyo incondicional.
- A Autoridades de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala por haberme apoyado durante el tiempo de mi carrera.
- A Mis hermanas de la ENEG, por compartir sus conocimientos conmigo.
- A Licenciado Orlando Marroquín asesor y compartir sus conocimientos.
- A Licenciada Eva Rosales de Tuyuc, revisora por compartir sus conocimientos.

INDICE

I. INTRODUCCIÓN	1
II. DEFINICION Y ANALISIS DEL PROBLEMA	3
1. Antecedentes del Problema	3
2. Definición del Problema	5
3. Delimitación del Problema	5
4. Planteamiento del Problema	5
III. JUSTIFICACION	7
IV. OBJETIVOS.	9
V. REVISION TEORICA Y DE REFERENCIA	10
1. Habito	10
2. Habito de Estudio	11
3. Factores que intervienen en los hábitos de estudio	13
3.1 Planificación	13
3.2 Horario de Estudio	14
3.3 Lugar de Estudio	16
3. 4. Asimilación de Contenidos	17
4. Técnicas de Estudio	17
4.1 Memoria.	18
4. 2 El habito de la Lectura	20
4.3 Subrayar	21
4.4 El esquema	22
4.5 Toma de Notas	23
4.5 Síntesis.	23

5. Proceso Enseñanza-Aprendizaje	24
5.1 Enseñanza	24
5.2 Aprendizaje	24
VI. MATERIALES Y METODOS.	26
1. Tipo de Estudio	26
2. Unidad de Análisis	26
3. Población y Muestra	26
4. Definición y Operacionalización de variables.	27
5. Descripción detallada de las técnicas y procedimientos e Instrumentos a utilizar	28
6. Alcances y limites de la investigación	28
6.1 Criterios de inclusión	28
6.2 Criterios de exclusión	28
7. Aspectos de la investigación	29
7.1 Autodeterminación	29
7.2 Anonimato y confidencialidad	29
7.3 Principios de justicia	29
7.4 Autorización institucional	29
VII ANALISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS.	30
VII. CONCLUSIONES	49
IX RECOMENDACIONES	50
BIBLIOGRAFIA	51
ANEXO	
Consentimiento informado.	53
Cuestionario.	54

RESUMEN

Este estudio es descriptivo porque se centró en el objetivo describir los hábitos de estudio en los estudiantes de primer año de la carrera técnica de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, es cuantitativo porque permitió utilizar la estadística descriptiva y es de corte transversal porque se realizó en un período de tiempo determinado, el mes de agosto 2007.

El estudio piloto se realizó en la Escuela Nacional de Enfermería de Cobán, Alta Verapaz, con 22 estudiantes de primer año de la carrera técnica de Enfermería, ya que posee características similares a la institución donde se desarrolló la investigación. En este estudio piloto se detectó la necesidad de corregir la redacción de las preguntas 1, 2, 4, 6, 10, 14 y 16.

Tanto el estudio piloto como en el trabajo de campo se cumplió con solicitar a las autoridades el permiso correspondiente y a los participantes de la investigación (estudiantes) se les solicitó la firma en el consentimiento informado, a través del cual aceptaron participar en la investigación.

El instrumento utilizado para recoger la información fue un cuestionario estructurado de 19 ítems cerrados que midió la variable a estudiar, su aplicación se llevó con 64 estudiantes debido a que el 6% (7 alumnos) fue excluido por no encontrarse presentes en el momento de pasar el instrumento.

Se concluye que existe un porcentaje de estudiantes que acostumbra estudiar con distractores (televisión y radio) y no tiene el hábito de dedicar el tiempo necesario al estudio, ya que es muy corto o no dedican ningún tiempo, por consiguiente el hábito de planificar el estudio no está desarrollado en todo el grupo de estudiantes entrevistados, porque no cumplen planes o propósitos de estudio. Y no hay puntualidad en la entrega de trabajos, también existe un alto porcentaje de estudiantes (73%) que siempre estudia con luz inadecuada ; el (61%) se levanta con frecuencia cuando está estudiando por cualquier motivo y el 20% de estudiantes nunca tiene un lugar fijo para estudiar.

I. INTRODUCCION.

La Escuela de Enfermeras de Guatemala recibe cada año a estudiantes que provienen de diferentes establecimientos de educación media y con diversa formación sobre hábitos de estudio. Por el alto contenido académico que se imparte durante su formación, se hace necesario que los estudiantes posean hábitos de estudio que le permitan enfrentar en una forma eficiente las exigencias en el proceso enseñanza aprendizaje tomando en cuenta el pensum académico Universitario que la carrera requiere.

La presente investigación se realizó en la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala durante el mes de Agosto del año 2,007 se tomó en cuenta al 100% de los estudiantes que cursan el primer año de la carrera técnica de enfermería con un total de 64 sujetos.

La investigación es de tipo descriptivo, con abordaje cuantitativo, de corte transversal y tuvo como objetivo identificar la presencia de hábitos de estudio en estudiantes de primer año de la carrera de nivel técnico de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala.

La revisión bibliográfica incluyó temas y sub temas relacionados con planificación, horario, lugar de estudio, técnicas de estudio como la lectura, el subrayado, esquematización y síntesis que forman parte de los hábitos de estudio.

Se utilizó un instrumento tipo cuestionario estructurado de 19 ítems que midió la variable a estudiar, Hábitos de Estudio de los estudiantes de primer año de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala su aplicación se llevó a cabo con 64 estudiantes del primer año.

Entre los aspectos éticos contemplados están, autoderminación debido a que se permitió que cada estudiante decidiera si participaba o no en el estudio, firmando el consentimiento informado, indicándoles a los sujetos de estudio que no habrá beneficio económico, pero que se busca el beneficio a través de un buen rendimiento académico y éxito en la vida laboral aclarándoles que se basa este estudio en el derecho a la confidencialidad y que se les permite abandonar el estudio si así lo desearan debido a que la información obtenida es estrictamente utilizada para los fines de esta investigación y para contribuir en su formación académica.

Entre los hallazgos más importantes se pueden mencionar los siguientes.

Existe un porcentaje de estudiantes que acostumbra estudiar con distractores (televisión y radio) además no existe el hábito de dedicar el tiempo necesario al estudio, porque el tiempo que le dedican es muy corto y algunos no lo cumplen, el hábito de planificar el estudio no está desarrollado en todo el grupo de estudiantes entrevistados, así mismo no cumplen planes o propósitos de estudio por consiguiente afecta la puntualidad en la entrega de trabajos.

Espero que este trabajo sirva de estímulo a otros investigadores y fortalezca el proceso educativo del gremio de Enfermería.

II. DEFINICIÓN Y ANÁLISIS DEL PROBLEMA.

1. Antecedentes del Problema.

La Escuela Nacional de Enfermeras, recibe cada año estudiantes que provienen de diversos establecimientos del nivel diversificado, con diferentes actitudes y comportamientos frente a los retos que le plantea el estudio de la enfermería. Ambos aspectos, se presentan como un componente positivo o negativo, según las características o tendencias en cada alumno o alumna.

En lo que se refiere a los hábitos de estudio, aspectos involucrados en esas actitudes y comportamientos, constituyen un elemento importante en el proceso educativo, porque si los posee y aplica el/la estudiante puede lograr el éxito esperado, caso contrario, el resultado puede ser el fracaso académico y por consiguiente, no obtener un nivel profesional adecuado.

Los hábitos de estudio en los niveles educativos han conformado un tema abordado por diferentes investigadores, por ejemplo Asturias de Arroyave Mirella, en su tesis de Maestría en Administración Educativa, realizó un estudio Comparativo de Técnicas grupales e individuales aplicadas al desarrollo de hábitos y actitudes hacia el estudio. Lo aplicó a 60 alumnos de secundaria del *Colegio Americano de Guatemala cuyo promedio de notas fue de 69 puntos o menor*. A este grupo lo dividió en dos en forma aleatoria y procedió a brindar orientación grupal a uno de estos grupos e individual al otro, en un tiempo de 10 semanas.

Entre otros aspectos, concluyó que los métodos grupales promueven *mucho más el rendimiento académico y que las diferencias de los estudiantes frente al estudio como problemas que influyen negativamente en el aprendizaje académico, se agrupan en tres áreas: "Falta de motivación y actitudes positivas.*

Inadecuada utilización de recursos materiales y del tiempo, inadecuados métodos y técnicas de estudio”.¹

En relación al estudio Asturias de Arroyave realizado con estudiantes de nivel medio encontró que los hábitos de estudio deficientes en las áreas de inadecuada utilización de tiempo, métodos y técnicas de estudio, lo cual tiene similitud con el estudio realizado, no existe hábito de estudio porque se encontró que el estudiante no planifica el tiempo que debe dedicarle.

Galo Lainez de Lara, María Del Carmen en un estudio que realizó en 1,968, con estudiantes de Escuelas del nivel Medio de Guatemala, relacionado con el rendimiento académico, expone como una de las conclusiones del mismo, que “las causas del fracaso pueden ser muchas y muy variadas incluso algunas escapan del control del maestro y de la escuela y aun de las autoridades educativas, entre ellas sobresale la falta de hábitos de estudio, debido que es uno de los aspectos descuidados en el sistema de educación personal”². Estas investigaciones confirman la idea de que los hábitos de estudio son importantes para el rendimiento académico de los estudiantes en general, pero, debido a la actividad estudiantil y posteriormente profesional, se vuelven más importantes en las personas que ingresan a la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala. Por ello, es valioso establecer si hay o no una formación correcta de hábitos de estudio, que traen consigo del nivel medio, para fundamentar de mejor manera su integración a la Escuela Nacional de Enfermeras.

Después de revisar las distintas fuentes de información, se estableció que no se ha realizado investigación alguna, relacionada con el tema en mención, en la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala.

¹ ASTURIAS DE ARROYAVE, MIREYA: “Estudio Comparativo de Técnicas Grupales individuales Aplicadas al Desarrollo de Hábitos y Actitudes hacia el Estudio”. Editorial Guatemala - 1,987. p 5

² GALO LAINEZ DE LARA, MARIA DEL CARMEN: “Los Hábitos de Estudio en Relación con el Rendimiento Escolar” en la Escuela Media, Guatemala 1,969, P159, Tesis (Licenciatura en Pedagogía y Ciencias de la Educación) Facultad de Humanidades Universidad de San Carlos de Guatemala, C. A. P. 97.

2. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA.

Los hábitos de estudio representan un factor determinante en la *preparación y rendimiento académico de los estudiantes en la carrera que inician*. Generalmente los estudiantes del nivel medio al ingresar a la carrera de Enfermería tienen alguna dificultad en la asimilación de conocimientos en lo que puede tener una influencia bastante fuerte la práctica de hábitos de estudio como son: el uso adecuado del tiempo, leer, tomar notas, realizar bosquejos, utilizar adecuadamente la información, esquematizar entre otros.

Como se ha mencionado, la ausencia de hábitos de estudio adecuados, es muchas veces la causa de bajo rendimiento o pérdida de cursos y esto incide en el *éxito o fracaso en el rendimiento académico*. Por las razones expuestas, se considera que la investigación de los hábitos de estudio de los estudiantes de primer año de la carrera de enfermería en la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala es importante, para buscar estrategias que permitan fortalecer aquellos hábitos que se encuentren deficientes.

3. DELIMITACION DEL PROBLEMA.

3.1 Ámbito Geográfico.

Ciudad Capital de Guatemala.

3.3 Dimensión institucional.

Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala.

3.3 Dimensión Personal.

Estudiantes de primer año de la carrera Técnica de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala.

3.4 Dimensión Temporal.

1 al 31 de Agosto 2,007

4. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

¿Cuáles son los hábitos de estudio de los estudiantes de primer año de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala durante el período 1 al 31 de Agosto de 2,007?

III. JUSTIFICACION DEL ESTUDIO

Toda persona que estudia debe practicar hábitos de estudio, para aumentar o reafirmar sus conocimientos, si no lo hace, es muy posible que sus motivaciones para incorporarse a cualquier profesión no sean reales y objetivas porque no adquirirá las bases teóricas suficientes para desenvolverse dentro de esta.

Con relación a estudiantes de primer año de la Carrera Técnica de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, no se ha establecido si en su bagaje de conocimientos y experiencias están presentes los hábitos de estudio necesarios para alcanzar el triunfo en este nivel y la preparación adecuada para el desempeño de sus actividades como enfermera o enfermero.

Para los docentes de enfermería, es importante conocer los hábitos de estudio que poseen los estudiantes, porque con ello se podrán definir estrategias que les ayuden a mejorar su rendimiento en cada curso del currículo de estudio.

El estudio es novedoso porque es el primero que se realiza en la carrera técnica de formación de enfermeras y esta novedad no solamente se centra en este aspecto, sino en que exalta el deseo de mejorar el rendimiento académico del estudiantado.

Para la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, será útil e importante, porque proporcionará bases para orientar de mejor manera a la población estudiantil hacia el estudio, es decir, que se conocerán con mayor certeza las condiciones en las cuales se desenvuelve el desarrollo del conocimiento de alumnos y alumnas, para dar una respuesta objetiva y concreta a sus necesidades de estímulo y motivación estudiantil.

Para alumnas y alumnos enterarse de los resultados obtenidos en esta investigación, les dará más fortalezas para visualizar sus propias deficiencias y fortalezas para enfrentar este nivel, así como para prepararse mejor para el momento en que alcance el nivel universitario, en el cual se necesita un nivel de lectura superior, de comprensión y análisis, así como una exigencia en la dificultad que ofrecen los temas que corresponden al mismo.

Este estudio se basó en el modelo de adaptación de Callista Roy que nos dice que, *enfermería es un sistema teórico de conocimientos que realiza análisis y los hábitos de estudio es lo que una persona utiliza sistemáticamente para adquirir conocimientos y es útil en la formación de todo estudiante, especialmente en lo que respecta a la profesión de enfermería*³

³ MARINER TOMEY Y ANN: "Modelos y Teorías de Enfermería", tercera edición, Mosby, Madrid, España - 1,994 pp 254

IV. OBJETIVO.

1. Describir los hábitos de estudio en los estudiantes de primer año de la carrera de nivel técnico de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala.

V. REVISIÓN TEÓRICA Y DE REFERENCIA.

1. HÁBITO.

El diccionario Norma dice que hábito es “una forma de actuar que se adquiere por medio de la repetición de la conducta que la origina, tal cual se expresa en la siguiente que se adquiere afirmación “modo de proceder adquirido por la repetición de actos iguales o semejantes, facilidad por la constante práctica de algo”⁴

La formación del nivel de hábitos requiere, entonces, una ejercitación continúa e intensa, una práctica consciente y dirigida hacia una meta que implica atención, esfuerzo, distribución del tiempo y técnicas adecuadas de trabajo que mejoren la actividad. En este sentido la práctica y la dedicación es fundamental en la formación de los hábitos, en virtud que se hace necesario e importante que el estudiante posea hábitos positivos para alcanzar el éxito académico.

Muchos de los problemas respecto al éxito en la escuela, giran alrededor del desarrollo de buenos hábitos y actitudes positivas, así como la ejecución de las tareas en casa. Los padres pueden desempeñar un papel importante proveyendo estímulos, ambiente agradable, y materiales necesarios para que el estudio sea altamente exitoso.

Los hábitos de estudio son útiles en cualquier edad, ya que favorecen el sustento o la base para poder retener, practicar y repasar los contenidos adquiridos en la formación académica, ayudando así a maximizar su tiempo, a diferencia que lo haga cuando el quiera sin orden ni calendarización de sus actividades, o presión alguna de familiares o docentes; así mismo se estimula al educando a crear un ambiente agradable, ordenado y utilizar material adecuado para que el estudio sea una actividad que no se convierta en fatiga mental.

⁴ NORMA, "Diccionario Enciclopédico", Mega Editorial Norma, S.A. Edición 2,005 Colombia P 441.

Existen diferentes actividades que se pueden realizar: Ejemplo establecer una rutina para las comidas, hora de dormir, hora de estudio, hora de hacer las tareas, lugar adecuado para estudiar, así como lectura de libros y material educativo, con ello se logra relajarse y concentrar la atención en el estudio, realizándolo periódicamente se forma y se obtiene el hábito de estudio. Sin lugar a duda, el hábito es sumamente indispensable para lograr una constante actividad positiva y facilitar la adquisición de conocimientos útiles al estudiante de enfermería.

2. HÁBITOS DE ESTUDIO:

Se definen los hábitos de estudio como “la costumbre de hacerlo sin que te lo tengan que estar ordenando una y otra vez”⁵ Se puede decir también que es una serie de procedimientos que un individuo utiliza sistemáticamente para adquirir conocimientos. En el caso del estudiante se refiere a la actividad de aprender por medio de libros, copias, investigaciones, entre otras.

El área de las estrategias de estudio se ha trabajado desde hace algún tiempo con el nombre de hábitos de estudio, algunos otros autores, le han denominado técnicas de estudio, como por ejemplo Santiago Hernández Ruiz, las cuales están relacionados con aspectos externos al educando como planificar y organizar un horario de estudio, un lugar para estudiar, el tiempo y otros, de tal manera que el estudio pasó a ser como un conjunto de procesos internos y externos que realizan los educandos para adquirir conocimientos y desarrollar habilidades y destrezas que le permitan aprobar cursos académicos durante su formación en los establecimientos educativos.

⁵ CONGRAINS MARTÍN ENRIQUE: “Así es Como se Estudia” Quinta Edición, Editorial Forja -Venezuela 1,978 P48. P143,

Como se menciona anteriormente, el hábito de estudio es el proceso en que una persona pone en juego su inteligencia, para el logro de metas y objetivos que se quieren alcanzar en un determinado tiempo y con el esfuerzo necesario para obtener excelentes resultados.

Con los hábitos de estudio y las técnicas para obtenerlos, los alumnos y alumnas van adquiriendo el conocimiento y la comprensión que son posibles gracias a la planificación, la lectura y luego el análisis de contenidos importantes y esenciales a través de aprehensión del tema principal para obtener la asimilación y productividad mental posterior.

En virtud de lo anterior "Estudiar", según diferentes autores, tiene una connotación de actividad intelectual, que se realiza con la finalidad de conocer, comprender, sintetizar y aplicar datos técnicos, que relacione principios y teorías que ayuden al estudiante en su enseñanza aprendizaje, pero con el soporte de los hábitos de estudio aplicados.

Varios pedagogos y metodólogos de la Enseñanza se refieren a que "El estudio necesita alcanzar una serie de actitudes psicológicas, positivas y además necesita disponer de condiciones concretas y recursos materiales que favorezcan la actividad intelectual de asimilar conocimientos"⁶. Cabe señalar que el estudio es una actividad de reflexión y razonamiento metódico y científico de conocimiento personal, así mismo es una de las formas importantes para adquirir un aprendizaje efectivo, además es un proceso mental e intencionado que requiere de participación personal e intelectual, activa, constante y voluntaria, logrando el funcionamiento de todas las capacidades intelectuales con el fin de comprender, analizar y aplicar los datos adquiridos a casos concretos, también es concentrar todos los recursos personales en la captación y cognición de datos, relaciones y técnicas conducentes al dominio de un problema, el estudio no se limita entonces a una simple recolección de datos que permiten la adaptación a nuevas

⁶ IBID P46

situaciones que hacen adquirir nuevos hábitos y perfeccionar los ya establecidos. En Enfermería se requiere de conocimientos científicos, por lo que es necesario que el estudiante de primer año posea hábitos de estudio y con ello se le facilite la enseñanza aprendizaje. Para la adquisición de conocimientos científicos el estudiante del nivel técnico de la carrera de enfermería necesita de la planificación y organización del lugar como el horario que se utilizará en el estudio y así poder asimilar y aprehender el contenido impartido en el aula.

3. FACTORES QUE INTERVIENEN EN LOS HÁBITOS DE ESTUDIO.

Existe diversidad de factores respecto a los hábitos de estudio y se mencionarán y explicarán brevemente los siguientes, planificación, horario de estudio, lugar de estudio.

3.1. La planificación.

“Es un requerimiento que se impone día a día en todas las actividades humanas”⁷ sean muchos o pocos los recursos con que se cuenta, debe realizarse un cronograma de actividades y horario para cumplirlas para así maximizar el tiempo.

En la actualidad es necesario realizar un plan de trabajo y distribución del tiempo ya que es uno de los aspectos de mayor repercusión en el estudiante de enfermería, también se debe enumerar las necesidades básicas, oportunidades y fortalezas para lograr utilizarlas en el momento adecuado y potencializar habilidades y destrezas, y así, obtener los mejores resultados de una forma eficiente y eficaz. Ello implica la anotación diaria de los contenidos de cada materia y la distribución de la hora que se dedique, así como las complicaciones y obstáculos que encuentre para facilitar el estudio. Dicha evaluación y anotación no debe enfocarse únicamente para aprobar un examen, sino para adquirir el nivel de conocimientos para la vida y esto se logra con la realización de un buen plan

⁷ NERICI Imedeo, “Hacia una Didáctica General Dinámica”, Editorial Kapeluz Buenos Aires Argentina 1,992 P 178

de estudio que sea útil, no está de más mencionar que nunca hay que planificar horarios que no se cumplan, ya que el estudiante del nivel técnico de la carrera de enfermería necesita tener un plan de horario fijo por la complejidad de contenidos en cada curso que se imparten durante su formación.

3.2 Horario de estudio.

Cada estudiante posee un ritmo propio de aprendizaje y para ello es importante conocerse bien, al planificar el calendario de estudio se debe tomar en cuenta que necesita varios días para llegar a comprender plenamente lo que se estudia y tomar en cuenta sus propias capacidades para rendir satisfactoriamente.

El horario de estudio es una distribución del tiempo diaria en función de planificar las actividades, que permitan crear un hábito ordenado y responsable del estudiante del nivel técnico de la carrera de enfermería, porque constantemente se queja que no dispone de tiempo suficiente para estudiar y obtener el éxito académico personal, con un buen plan de trabajo y distribución de las tareas de estudio que faciliten el rendimiento académico, si empieza a estudiar y repasar contenidos con un horario fijo desarrollará hábitos positivos y evitará la pérdida de tiempo, el horario sin lugar a dudas facilita el estudio.

Con una hora diaria que el estudiante dedique a cada materia en forma permanente, estará al día en todas las materias, habrá tiempo para otras actividades como la diversión, el deporte, las obligaciones familiares y sociales, considerando también los períodos dedicados al descanso. Como afirmación final, "una hora de estudio bien realizada es bien aprovechada"; y; que "la lectura de los libros y cuadernos sin concentrarse, es pérdida de tiempo" se engaña uno mismo pensando que se estudia bien, por eso reafirmo que es prudente y recomendable mejor estudiar todos los días, que toda la materia en un solo día, no es conveniente desvelarse de noche, ya que esta es necesaria para descansar, "se recomienda por ser saludable dormir de siete a ocho horas diarias, ya que la

falta de sueño afecta seriamente nuestro rendimiento físico, mental y por ende académico⁸

Como se menciona anteriormente el estudiante del nivel técnico de la carrera de enfermería necesita conseguir el máximo nivel de rendimiento con el mínimo esfuerzo es preciso cuidar todos los detalles, no se puede dejar en manos de la improvisación, por lo que es importante definir cuales van a ser nuestras horas de trabajo por medio de la planificación de actividades diarias, semanales, quincenales, mensuales y así interactuar y dividir el estudio con la diversión.

Para aprovechar el tiempo se necesita de: "La atención y la concentración que son fundamentales para aprovechar las horas de estudio y las explicaciones dadas por el profesor en clase, para muchos estudiantes esto es un verdadero problema. La necesidad de estar atentos y de concentrarse en el estudio es algo básico, se recomienda.

- a) Programar las actividades, tanto las diarias como las semanales
- b) Dividir claramente el estudio de la diversión
- c) No dejar para más adelante el comienzo del estudio
- d) Aprovechar también los ratos libres
- e) Anticipar los estudios respecto a su fecha límite⁹

Como se describe anteriormente, es necesario concentrarse en el estudio, esto es básico para el estudiante y además que tome en cuenta algunos elementos que pueden influir en la atención, así como la motivación y el interés que el estudiante demuestre frente al proceso enseñanza aprendizaje, las preocupaciones que se estén atravesando en ese momento, como por ejemplo; problemas familiares, con los compañeros de estudio y amigos, también las situaciones sentimentales, amorosas y sexuales afectan mucho en el rendimiento académico, no digamos el aspecto económico que es un factor muy determinante

⁸ Hernández Pina Fuensanta, "Aprender a Aprender Técnicas de Estudio", Primera Edición Barcelona Editorial Océano S.A. 1,999 P18 p 119

⁹ Argudin Yolanda. "Aprender a Pensar Leyendo bien". Edit. Plaza y Valdez. Enero de 1995.

para el estudiante de enfermería, por lo que es necesario se apodere de consejos prácticos y útiles para aumentar las horas de estudio:

Si el estudiante del nivel técnico de la carrera de enfermería toma en cuenta los consejos que se describieron anteriormente, por ejemplo el de programar actividades diarias, semanales, quincenales, aprovechar el tiempo específico para el estudio, que reflexione y que la marcha inexorable del tiempo nadie la detiene y que si no la aprovecha hoy, jamás lo hará, que se hace necesario valorar y organizar para obtener el mayor beneficio del tiempo posible haciendo uso de materiales de infraestructura como académicos para un mejor nivel de asimilación, sin descuidar el lugar donde lo realizará, entonces, seguramente alcanzará las metas propuestas.

3.3 Lugar de estudio.

Otro factor que interviene en el hábito de estudio del estudiante del técnico de la carrera de enfermería es el lugar de estudio "este debe ser un espacio cómodo, ordenado y tranquilo para facilitar la concentración y obtener el éxito académico que se requiere durante la preparación académica" si es una habitación debe ser sin malos olores, bien ventilada, no calurosa porque crea fatiga, ni con frío, sin ruidos, sin distracciones, ejemplo (televisión, radio, cuidando la iluminación, evitar reflejos y sombras porque distrae la atención, La luz que sea preferiblemente natural y si no es así que sea blanca o azul y que proceda del lado contrario a la mano con la que escriben (a un zurdo la luz tendrá que provenirle de la derecha).

Debe tener una mesa de trabajo amplia, en la que puedan tener todo el material a necesitar, sin otros objetos de distracción como revistas, juegos, adornos móviles, etc. la mesa y la silla deben ser de altura del estudiante, y de ser posible cómodas pero no en exceso, porque rendirá menos y le propiciará dejar de estudiar, pero con la incomodidad ocurrirá lo mismo, debe estar en término medio.

Los buenos resultados en el estudio se consiguen realizando un trabajo bien hecho, con métodos y hábitos apropiados es necesario formar la costumbre de estudiar, ya que el estudio depende de cada persona con sus características individuales.

Lo anterior en resumen, se refiere a aspectos relacionados con el lugar de estudio, que tenga una iluminación de ser posible natural para evitar la iluminación artificial y con ventilación adecuada, equipo necesario como lapiceros que no tenga necesidad de levantarse en busca de uno de ellos y así evitar la distracciones, es conveniente contar una silla cómoda pero no demasiado confortable para que produzca sueño en el educando.

3.4. Asimilación de contenidos.

Se refiere al proceso de conocimiento que el educando realiza al tener contacto con el ambiente y los materiales, haciendo uso de las técnicas adecuadas de estudio y concentración. Todo educando necesita planificar y organizar la actividad educativa realizando un horario de estudio, estableciendo un lugar para el mismo, contar con las condiciones ambientales adecuadas, tener al alcance el material educativo para que no sea un distractor al momento de estudiar y así assimilar los contenidos y poner en práctica los contenidos, para el efecto es indispensable contar con las mejores técnicas de estudio y de un hábito de lectura.

4. TÉCNICAS DE ESTUDIO. Es una serie de pasos ordenados y sistemáticos orientados a obtener un buen nivel de aprendizaje con resultados satisfactorios y poco esfuerzo, entre las cuales se mencionan las siguientes.

4.1. La Memoria.

La memoria tiene diversos grados de retención temporal de la información, algunos datos, desaparecen con el paso del tiempo y otra información nos cuesta más localizarla en nuestra memoria y no es tan exacta como lo era antes y aun otra, no sólo no es exacta, sino que podemos notar que constantemente estamos reconstruyendo la información a partir de unos pocos datos.

4.1.1 Tipos de memoria.

4.1.1.1 Memoria instantánea.

Esta compuesta por toda información accesible en tiempo real, o sea, inmediatamente. Aunque pueda parecer lo contrario, esta memoria es muy grande, en ella se encuentran toda la información que utilizamos constantemente en nuestra vida diaria.

- La información normal, cómo dónde están situadas las cosas, tareas pendientes, rutinas, etc.
- Los preconceptos, que conforman una parte de nuestro carácter o personalidad.
- Los programas de respuestas automáticas que se cargan en un corto periodo de tiempo cuando nos despertamos. La memoria lingüística y otras especiales también formarían parte de esta memoria instantánea cuando se han activado.
- Programas de respuesta automática especiales como el conducir o el correspondiente a situaciones de peligro, que se cargarán cuando se considere que se van a utilizar.

4.1.1.2 Memoria especializada.

En esta categoría podemos incluir aquellos tipos de memoria especiales por cargarse automáticamente en la memoria instantánea y, al mismo tiempo, formar parte de la memoria a largo plazo; pero sin encontrarse tan comprimida como ésta, y por tener sus propios sistemas multidimensionales de referencia.

La memoria lingüística, cierta memoria visual, el archivo de los preconceptos y programas preestablecidos de respuestas rápidas como las emociones, serían ejemplos típicos de memorias especializadas.

Lo que se puede hacer es recordar que se tuvo tal emoción y reproducirla mediante el recuerdo de los factores originales. Eso sí, es muy posible que no se produzcan los mismos sentimientos.⁴⁹

4.1.1.3. Memoria humana.

El gestor de la memoria, la inteligencia, utiliza abundantes métodos y procesos para clasificar, organizar y racionalizar la información contenida en la memoria. A continuación vamos a exponer algunos de ellos, de los muchos que deben existir:

4.1.1.4 Memoria automática y memoria dirigida.

Cuanto más se estudia un tema, más se retiene. Aunque el funcionamiento de la memoria a corto plazo a la de medio plazo es inconsciente, el cerebro detecta el interés en función del número de veces que se ha trabajado con un tema.

4.1.2 PROBLEMAS CON LA MEMORIA MÁS COMUNES PODRÍAN SER:

- No dormir suficiente.
- Excesivo consumo de alcohol y, en menor medida, de tabaco.
- Falta real de interés.
- El estudio se realiza con muchas tensiones, lo que limita notablemente la capacidad utilizada por el gestor de la memoria tanto cuando se está despierto como dormido.
- La información no se va a utilizar en el futuro o no como se pretende memorizar. Un ejemplo típico sería el aprendizaje de idiomas que no se van a utilizar o el intento de aprenderlos en modo de memoria matemática cuando éstos se desarrollan en modo de memoria lingüística.

Las tensiones se deben cuando los estudiantes de enfermería tienen varios exámenes muy juntos o un examen de una materia muy extensa se encuentran muy nerviosos, excesivamente nerviosos; además les parece que no saben nada. Esta tensión es causada por la memoria a corto plazo que se encuentra sobrecargada para su estado normal, se le está exigiendo un enorme esfuerzo y

⁴⁹ . WWW.Molwick.com/es/memoria/150-neurocienc.html TEXTO. 17/9/07.

seguramente la tensión nerviosa es la única forma de llevar a cabo su función en estas circunstancias, otra situación que acentúa el estrés es que no se puede dejar de pensar en la materia objeto de examen, junto a la sensación mencionada de no saber nada

Sin embargo, una vez conocidas las preguntas la tensión desaparece, multitud de conceptos desaparecen de la mente y ésta se empieza a llenar de datos relacionados con las preguntas y cuanto más pensamos en algunos de ellos más datos siguen apareciendo; siempre y cuando realmente se sepa la materia.

Conviene señalar la conexión existente entre los motivos citados anteriormente de un posible malfuncionamiento de la memoria con los motivos que pueden provocar disfunciones en el sistema de toma de decisiones.

Esta coincidencia se puede explicar pensando el efecto que puede tener sobre la memoria si, cada vez que estudiamos o pensamos sobre un tema, lo intentamos archivar, consciente o inconscientemente, en un conjunto de referencias distinto.

El hábito de la lectura. Es un medio ordinario para la adquisición de conocimientos, por eso debe tratarse con la importancia que merece, cumpliendo algunas recomendaciones como:

- Verificar condiciones externas de la lectura, no se debe leer en semioscuridad ni con luz muy tensa cayendo sobre las páginas de la letra.
- Debe situarse el libro a la distancia de unos 30 centímetros.
- Adoptar una postura correcta sin comprimir la caja torácica ni encorvada la espalda.
- Si se está leyendo mucho tiempo seguido deberá uno levantarse, pasear, estirar los músculos, hacer ejercicios de inspiración respirar aire puro con la ventana abierta.
- Se debe buscar un lugar tranquilo para evitar cuanto pueda distraer¹¹

El estudiante de enfermería en su nivel de preparación académica necesita a diario leer, que es una actividad compleja que exige la puesta en funcionamiento

¹¹ IBID pag 89.

de una serie de habilidades previamente aprendidas de conocimiento de un código que permiten convertir los símbolos a los cuales llamamos letras que dependiendo del orden en que se colocan tendrán diferente significado, la lectura en la formación de la carrera de enfermería es básica ya que constantemente debe investigar y utilizar la técnica del subrayado a través de colores que le permitan identificar elementos importantes de cada materia.

4.3. Subrayar: Es resaltar con una línea las ideas fundamentales que se quieren de un texto; debe leerse con atención las veces que sea necesario para comprenderlo, subrayando las palabras de las ideas importantes, normalmente son nombres o verbos, realizando con dos colores, uno para lo básico y otro para lo importante, con ello se facilita el resumen que se utilizará en el estudio para una mejor comprensión.

Se puede realizar de la siguiente manera:

- En unidades por enumeración y frecuencia, se subraya la proposición que caracteriza al objeto, hecho o idea referido a cada elemento de la frecuencia.
- En unidad por confrontación contraste se subrayan los objetos confrontados y las categorías de confrontación.
- En una idea desarrollada por ampliación de un concepto se subraya el concepto principal y algunos de sus ejemplos.
- En una unidad desarrollada por enunciación resolución de un problema se subraya el texto suficiente para describir ambos componentes.¹²

Con el subrayado se pretende resaltar las palabras mínimas que le den un sentido completo a un párrafo que agilice la lectura del estudiante durante la formación académica en el área de enfermería y sirviendo a la vez como base de un resumen o síntesis del tema tratado. La formación del estudiante de enfermería necesita realizar subrayado en las lecturas que se le asignan para una mejor asimilación del conocimiento y agilizar la búsqueda de elementos esenciales al momento de releer el tema.

¹². Tierno Jiménez Bernabé, Del Fracaso al Éxito, Segunda Edición, Editorial Plaza Janes 1,997, Barcelona P89.

4.4. El esquema.

Es una técnica que depende directamente de como se haya realizado el subrayado y la lectura, porque debe presentar las ideas centrales del texto de forma sencilla, clara y lógica respetando la estructura del texto. En el esquema se destacan todos los puntos principales del texto y los sub.-apartados que se consideren de interés y para lo cual se utilizan signos para destacar ideas, subrayado, las mayúsculas y minúsculas, colores y distintos tipos de letras que hagan comprensible los términos concisos. Para trabajar el esquema, parte de la lectura analítica de un texto y de su posterior subrayado debe separarse cada contenido por puntos, rayas y subrayados y expresar la idea completa del texto sin dejar datos fundamentales, se puede utilizar las mayúsculas para señalar los apartados fundamentales y las minúsculas para los elementos de importancia.

El esquema se escribe todo seguido y debe intentarse que ocupe el menor espacio posible. No existen nexos de unión de ideas sino, en ocasiones, flechas.

No se deben escribir palabras sin contenido propio del texto que analizamos.

Al igual que frente al texto, el educando deben afrontar las clases y las conferencias con una actitud activa. Para ello es de suma utilidad la toma de apuntes, pues, ella nos exige prestar atención y juzgar continuamente qué es lo más importante de entre todo lo que el docente está diciendo; de esta manera logramos reducir al mínimo la dispersión, que con tanta facilidad nos hacen perder un tiempo valiosísimo y minimizan nuestro rendimiento.

Resulta importante ubicarse en un lugar donde podamos escuchar y ver al docente claramente, así como asistir a las clases y conferencias provisto de los elementos indispensables para hacer esquemas y escribir.

Los apuntes deben contener sólo las afirmaciones más importantes del expositor, dejando constancia de su argumentación.

El estudio necesita de la voluntad, así como del esfuerzo y la dedicación, para afrontarlo, sin embargo, existen condiciones, hábitos y maneras de estudiar que nos ayudarán a que nos resulte más sencillo y sea más efectivo.

4.5. Toma de Notas

Las notas no deben ser la única fuente de estudio, sino una ayuda que permita identificar el núcleo de las ideas abordadas en clase, y para ello se puede utilizar cinco pasos que la faciliten.

- ✓ **Prevenirlo** que dice el profesor con los requisitos de la asignatura de estudio. Lea sobre el tema antes de asistir a la clase para poder organizar las notas alrededor de lo que ya conoce.
- ✓ **Seleccionar**: escuchar todo, pero solamente entresaque las ideas principales, la parte medular de la conferencia.
- ✓ **Preguntar**: pregúntese continuamente, ya que se interrogue o no al profesor. Centre sus apuntes en sus interrogantes que se plantee.
- ✓ **Organizar**: disponga de las notas en forma esquemática, partiendo del concepto central y estableciendo relaciones entre los otros conceptos.
- ✓ **Repasar**: repase y corrija las notas tan pronto como le sea posible, confróntelas con otra fuentes.¹³

Con la toma de notas se pretende que el estudiante exponga la parte medular del conocimiento recibido en la menor cantidad de letras posible, pero con la mayor riqueza de expresión para la fácil ubicación y recuerdo de los puntos tratados en la conferencia o exposición del profesor; este proceso de adquisición del conocimiento enriquece tanto al profesor como al alumno debido a que se pone en movimiento el proceso enseñanza aprendizaje.

4.5. Síntesis: Es tomar nota sólo de lo fundamental, leer primero un párrafo completo y ver si su contenido esencial es relevante, escribirlo de un modo breve y claro. Quedando indicadas las conexiones que unen las ideas principales del autor, de tal manera que se pueda seguir el hilo conductor de su argumentación, es necesario incluir todos los datos del libro: autor, título, ciudad, editorial, año y, si no es nuestro, cómo accedimos a él (tal o cual biblioteca, un amigo o un profesor que nos lo prestó, etc.). Al estudiar se debe ir sintetizando el contenido del texto

^{13 2} Pansza Margarita Hábitos y Técnicas de Estudio Aprender es cosa fácil ., México, D.F. Edit. Gemilcasa, 1,991.

en una hoja aparte. Cuando a esta tarea la hacemos utilizando las palabras del autor, la llamamos resumen y cuando la hacemos con nuestras propias palabras, síntesis

Esta técnica es más ágil y menos precisa que el resumen y, al igual que éste, resulta muy útil cuando estamos trabajando con un libro que no nos pertenece, además resulta mucho más libre y ofrece la particularidad de incluir nuestros puntos de vista y opiniones junto con las del autor del libro estudiado.

5. PROCESO ENSEÑANZA APRENDIZAJE.

Es un proceso que se inicia con el planteamiento de objetivos para la formación de la conducta del estudiante, en este proceso interviene tres elementos, Conjunto de las fases sucesivas del fenómeno en el que intervienen como elementos un alumno, un contenido (conocimientos, actitudes, destrezas por aprender etc) y lo que no es indispensable una guía que en los sistemas tradicionales está representada por el profesor.

5.1 .Enseñanza.

"No es más que la acción del profesor con relación a la dirección del aprendizaje. Es evidente que el planteamiento, ejecución y verificación del aprendizaje tiene por objeto una mejor orientación de los actos que lleven al educando a reaccionar frente a estímulos capaces de modificar su comportamiento"¹⁴

5.2. Aprendizaje. "Se define como un cambio en la capacidad o disposición humana, relativamente duradero y además no puede ser explicado por procesos de maduración. Este cambio es conductual, lo que permite inferir que sólo se logra a través del aprendizaje"¹⁵. En este proceso, existen dos corrientes de pensamiento que expresan definiciones, una que se relaciona con la adquisición de conocimientos y la otra con cambios de conductas y experiencias.

Los cognoscitivistas lo definen como la transformación de las estructuras cognoscitivas debida a la captación de relaciones inherentes que pueden

¹⁴ Nérici, Imideo Giuseppe Hacia una didáctica general dinámica, tercera edición, editorial Kapeluz, Buenos Aires, Argentina 1992, P 226

¹⁵ Sigge, M. y Hunt, M. Bases Psicológicas de la Educación. Trillas México: 1,981. p 6.

manifestarse en el cambio de la adaptación del organismo a su medio. Los conductistas por su parte lo definen como una modificación relativamente permanente de la conducta debida a la experiencia del organismo.

Puede decirse entonces que el aprendizaje es la modificación de la conducta como resultado de una experiencia de interacción de un individuo y su ambiente provocando conocimiento actitudes y destrezas nuevas.

Se requiere de un aprendizaje eficiente, principalmente de lo que se retiene y se aplique a la solución de problemas que exigen la participación dinámica del educando.

El hombre aprende de tres maneras diferentes por reflejo acondicionado, por condicionamiento, por memorización, por ensayo y error.

Aprendizaje por reflejo condicionado, es el más simple y por si mismo consiste en sustituir un estímulo natural o artificial.

Aprendizaje por condicionamiento operante, es el que se establece cuando determinada forma de comportamiento es practicada por el individuo y seguidamente es reforzada o recompensada.

Aprendizaje por memorización es la repetición de datos, todo aprendizaje es memorización.

El proceso del aprendizaje parece desenvolverse a través de las siguientes fases; sincrética, analítica y sintética.

- Fase sincrética, se refiere al momento que el individuo recibe impacto de una situación, la que puede provocarle un estado de perplejidad donde los elementos del conjunto situacional parecen estar yuxtapuestos, colocados uno al lado del otro, sin mucha lógica o significación aparente.
- Fase analítica, en esta fase las partes del todo percibidos son analizadas separadamente. Cada parte pues, en un verdadero trabajo de desmenuzamiento, es aprendida en su individualidad y en sus relaciones con las partes próximas.
- Fase sintética, es la fase final, las partes son unidas mentalmente, con base en todo aquello que es fundamental para la formación de un todo mayor, comprensivo y lógico, que es el conjunto de la situación, las partes, ahora

pierden sus detalles para ser aprehendidas en sus aspectos fundamentales, con relación a la situación total que se encuentran insertas.

VI. MATERIALES Y METODOS.

1. TIPO DE ESTUDIO.

Descriptivo, de corte transversal, porque se identificó los hábitos de estudio de los estudiantes de primer año de la carrera de Enfermería de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala y en un período de tiempo determinado, en este caso, del 01 al 31 de Agosto del 2,007, De abordaje cuantitativo porque se trabajó con datos numéricos para análisis estadístico.

2. UNIDAD DE ANÁLISIS.

Estudiantes de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, inscritos en el primer año 2,007.

3. POBLACIÓN Y MUESTRA.

El total de los alumnos inscritos en el primer año de la de enfermería en la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala en el año 2,007. Se tomó en cuenta la población total de 71 alumnos, aplicando el criterio de exclusión a 7 estudiantes por no estar presentes en el momento de pasar el cuestionario.

5. DESCRIPCIÓN DETALLADA DE LAS TÉCNICAS Y PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTO UTILIZADOS.

El primer paso consistió en la elección del problema de investigación, seguido de la presentación y solicitud de aprobación del protocolo y punto de tesis a la Unidad de Tesis de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, posteriormente solicitud a la Escuela de Enfermería de Cobán, Alta Verapaz para realizar la prueba piloto por poseer características similares a los sujetos de estudio a 22 estudiantes y se realizó las correcciones necesarias al instrumento creado para el efecto, los ítems los siguientes 1, 2, 4, 8, 12 con redacción.

Para la investigación se solicitó la autorización institucional para trabajo de campo, la selección de los sujetos de estudio de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala.

Solicitando su aceptación a participar en el estudio a través del consentimiento informado, con un total de 64 estudiantes de primer grado. El instrumento fue un cuestionario de 19 ítems elaborado por estudiante de la licenciatura en enfermería y auto diligenciado con las técnicas de la encuesta.

6. Alcances y límites de la investigación.

6.1 Criterios de inclusión:

Estudiantes legalmente inscritos en el primer año de la carrera técnica de enfermería, de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, que aceptaron participar en el estudio y que estuvieron presentes el día que se recolectó la información.

6.2 Criterios de exclusión.

Estudiantes ausentes el día de la recolección de la información. Se excluyeron a 7 estudiantes por el criterio anterior.

4. Definición y Operacionalización de Variables.

Variable.	Definición operacional	Indicadores	Instrumento.
<p>Hábitos de estudio de los estudiantes de primer año de la carrera de enfermería en el nivel Técnico Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala.</p>	<p>Es una serie de procedimientos adquiridos que los estudiantes de primer año de enfermería realizan para lograr el éxito en sus estudios.</p>	<p>Hábito de estudio. Factores intervine hábitos de estudio. Planificación. Horario. Lugar de estudio. Técnicas de estudio: Memoria. Hábito de lectura. Subrayar. Proceso enseñanza aprendizaje. Asimilación de contenidos.</p>	<p>Ítems. 1, 2 4, 13 3, 5, 6, 10, 7, 11, 16 8, 12, 15, 18, 19 9,14, 17</p>

7. ASPECTOS ÉTICOS DE LA INVESTIGACION.

7.1 AUTODERMINACIÓN. Se permitió que cada estudiante tomara la decisión de su participación en el estudio, firmando el consentimiento informado, a los sujetos de estudio se le informó que *no habrá beneficio económico. Pero que se busca el beneficio a través de un buen rendimiento académico y éxito en la vida laboral.*

7.2 ANONIMATO Y CONFIDENCIALIDAD. En este aspecto, se informó a los estudiantes que *no escribiera su nombre y que la información será utilizada únicamente para los fines de esta investigación y para contribuir en su formación académica.*

7.3 PRINCIPIO DE JUSTICIA.

Se dió el mismo trato a todos los estudiantes que participaron en la investigación.

7.4 AUTORIZACIÓN INSTITUCIONAL

Se solicitó autorización de la Dirección de la Escuela de Enfermería de Cobán para realizar la prueba piloto en el mes de Agosto del 2,007, tomando en cuenta a 22 estudiantes sujetos de estudio tienen características similares.

Se solicitó autorización a la dirección de la Escuela de Enfermeras de Guatemala para pasar el instrumento los sujetos de estudio estudiantes de primer año.

VII. ANALISIS Y DISCUSION DE RESULTADOS.

Los resultados que a continuación se presentan están basados en el objetivo del estudio, utilizando para el análisis la revisión bibliográfica, los antecedentes, estudios realizados y la experiencia personal en la investigación realizada.

Cuadro No. 1

Generalmente cuando estudio lo realizo viendo televisión.

RESPUESTA	F	%
SIEMPRE	0	0
ALGUNAS VECES	19	29.69
NUNCA	45	70.31
TOTAL	64	100

Fuente: cuestionario realizado con estudiantes de primer año de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, agosto de 2007.

El 70% de estudiantes encuestados refiere que nunca estudian viendo televisión y el 30% refiere que algunas veces estudia viendo televisión. Es fundamental darle atención a este porcentaje de estudiantes, porque la televisión es un factor de distracción al momento de estudiar, por tal razón, es prudente que el estudiante evite tener cerca un aparato receptor de televisión que distraiga su atención en los momentos que le dedique al estudio, porque al estudiar con este distractor no asimila el conocimiento científico que necesita durante su formación académica. Uno de los factores que interviene en los hábitos de estudio es el lugar donde se realiza, el que debe ser un espacio cómodo, ordenado, tranquilo, sin distractores tales como televisión, radio y ruidos de cualquier tipo. Tal como lo manifiesta Hernández Pina Fuensanta.¹⁶

¹⁶ Hernández Pina Fuensanta, Aprender Técnicas de Estudio, Primera Edición Barcelona Editorial Océano S.A. 1,999 P 15 p119.

Cuadro No. 2

Generalmente cuando estudio lo realizo escuchando música.

RESPUESTA	F	%
SIEMPRE	11	17.19
ALGUNAS VECES	32	50
NUNCA	21	32.81
TOTAL	64	100

Fuente: cuestionario realizado con estudiantes de primer año de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, agosto de 2007.

El 50% de estudiantes algunas veces estudia escuchando música, y el 17% siempre estudia escuchando música, y los que nunca estudian escuchando música es el 33%, significa que un porcentaje alto estudia con ese distractor.

El lugar de estudio es uno de los factores que pueden influir en la fijación de contenidos por el estudiante de enfermería, el cual debe ser amplio, cómodo, ordenado, tranquilo, sin distractores tales como televisión, radio y ruidos de cualquier tipo. Los estudiantes que tienen el hábito de estudiar escuchando música pueden distraer su atención al escuchar canciones, comentarios, anuncios y otros mensajes que no tienen relación con el contenido que esté estudiando, esto constituye una desventaja y pérdida de tiempo valioso.

Cuadro No. 3
Mis periodos de estudio son cortos

RESPUESTA	F	%
SIEMPRE	19	29.69
ALGUNAS VECES	43	67.19
NUNCA	2	3.12
TOTAL	64	100

Fuente: cuestionario realizado con estudiantes de primer año de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, agosto de 2007.

El 30% de los estudiantes siempre utilizan periodos cortos de estudio y el 67% algunas veces los periodos de estudio son cortos lo que indica que es elevado el número de estudiantes que no le dan importancia al tiempo de estudio, porque le dedican periodos cortos de tiempo y el 3% respondió que nunca su periodo de tiempo es corto. Si no se cuenta con una planificación efectiva del tiempo que se le dedique al estudio, el rendimiento académico no es efectivo. Es evidente como menciona Nerice en la Didáctica General que la planificación es un requerimiento que se impone día a día en todas las actividades humanas¹⁷, y en Enfermería es base para la preparación académica.

¹⁷ Nereci Imedeo, Hacia una Didáctica General Dinámica, Editorial Kapeluz Buenos Aires Argentina 1,992 P178.

Cuadro No. 4

Acostumbro planificar el tiempo que voy a dedicar al estudio.

RESPUESTA	F	%
SIEMPRE	24	38
ALGUNAS VECES	31	48
NUNCA	9	14
TOTAL	64	100

Fuente: cuestionario realizado con estudiantes de primer año de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, agosto de 2007.

El (48%) de los estudiantes algunas veces no planifica el tiempo dedicado al estudio, el 14% nunca planifica el tiempo que debe dedicar al estudio, lo que significa que ambos grupos no le conceden la importancia necesaria a la planificación del estudio. Como afirma Hernández Pina¹⁸ una hora de estudios bien realizada es bien aprovechada y la lectura de libros y cuadernos sin concentrarse es pérdida de tiempo que posteriormente le afecte.

Sin embargo, es importante resaltar que existe un 38% de estudiantes que siempre planifican el tiempo dedicado al estudio, lo cual constituye una fortaleza, aunque el porcentaje sea relativamente bajo, pueden ayudar a los demás estudiantes fortaleciendo los hábitos de estudio.

¹⁸ IBID

Cuadro No. 5

Cuando tengo un plan o un propósito de estudio generalmente no lo cumplo.

RESPUESTA	F	%
SIEMPRE	2	3
ALGUNAS VECES	40	63
NUNCA	22	34
TOTAL	64	100

Fuente: cuestionario realizado con estudiantes de primer año de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, agosto de 2007.

El 63% de estudiantes suelen incumplir al menos algunas veces con sus propósitos o planes que se han propuesto. Esta respuesta concuerda con la anterior, ya que si no planifica el estudio, no tiene nada por dejar de cumplir, un 3% siempre deja de cumplir con lo planificado, pero existe un porcentaje significativo (34%) que cumple con las actividades que ha planificado en relación al tiempo que dedica para el estudio. Es evidente como menciona Nerice en la Didáctica General que la planificación es un requerimiento que se impone día a día en todas las actividades humanas¹⁹, y en Enfermería es base para la preparación académica. Los estudiantes que no planifican el tiempo de estudio o lo planifican y no lo cumplen corren el riesgo de realizar las tareas y estudiar en el último momento lo cual puede traer como consecuencia un bajo rendimiento académico.

¹⁹ IBID

Cuadro No. 6

Acostumbro elaborar calendario semanal de las horas de estudio.

RESPUESTA	F	%
SIEMPRE	7	10.94
ALGUNAS VECES	15	23.44
NUNCA	42	65.62
TOTAL	64	100

Fuente: cuestionario realizado con estudiantes de primer año de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, agosto de 2007.

El 10.94% de estudiantes tienen el hábito de elaborar siempre un calendario semanal de las horas dedicadas al estudio, el 23.44% algunas veces y el 66% de estudiantes refiere que nunca elabora calendario de estudio, esto se relaciona estrechamente con las respuestas a las interrogantes que anteceden, Argudín Yolanda (1,995) dice que para aprovechar el tiempo se necesita de: "La atención y la concentración que son fundamentales para aprovechar las horas de estudio y las explicaciones dadas por el profesor en clase²⁰, para muchos estudiantes esto es un verdadero problema. La necesidad de estar atentos y de concentrarse en el estudio es algo básico, programar o calendarizar las actividades, tanto las diarias como las semanales para llegar a tener éxito en las actividades académicas que le exige la preparación de enfermería.

²⁰ Argudín Yolanda. "Aprender a Pensar Leyendo bien". Edit. Plaza y Valdez. Enero de 1995.

Cuadro No. 7

Entrego mis tareas a tiempo realizándolas diariamente.

RESPUESTA	F	%
SIEMPRE	43	67.19
ALGUNAS VECES	20	31.25
NUNCA	1	1.56
TOTAL	64	100

Fuente: cuestionario realizado con estudiantes de primer año de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, agosto de 2007.

El 67.19% de los estudiantes refiere que siempre realiza las tareas diariamente y que la entrega a tiempo y un 31.25% algunas veces no las realiza diariamente entregándolas a tiempo, lo que nunca la entregan a tiempo es el 2% lo que repercute en el rendimiento académico. Argudin Yolanda (1,995) dice que es necesario anticipar los estudios respecto a su fecha límite que el catedrático tiene planificado²¹.

Es importante resaltar que un buen porcentaje de estudiantes están pendientes de las tareas que deben entregar, lo que constituye una ventaja porque se genera menos estrés en el estudiante que con anticipación se prepara en las tareas escolares y las entrega a tiempo que en quienes dejan pasar la fecha y a última hora se preocupan por este aspecto.

²¹ IBID.

Cuadro No. 8

No me importa estudiar con poca luz.

RESPUESTA	F	%
SIEMPRE	47	73.44
ALGUNAS VECES	17	26.56
NUNCA	0	0
TOTAL	64	100

Fuente: cuestionario realizado con estudiantes de primer año de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, agosto de 2007.

El 73% de estudiantes siempre estudia con poca luz no con la adecuada, y el 26% algunas veces estudia con la luz inadecuada, realizar el estudio con esta dificultad es nocivo para la salud y para la captación del contenido, ya que el sentido de la vista está realizando un esfuerzo.

Es recomendable que cuando se estudie de preferencia debe realizarse con luz natural, blanca o azul para evitar el cansancio visual, y permitir mayor concentración en el periodo de estudio.

Además se recomienda que la luz esté ubicada del lado contrario a la extremidad diestra, es decir, los estudiantes zurdos deben tener ubicada la fuente de luz del lado derecho por ejemplo.

Quadro No. 9

El sueño y el cansancio me impiden estudiar con eficacia.

RESPUESTA	F	%
SIEMPRE	17	26.56
ALGUNAS VECES	42	65.63
NUNCA	5	7.81
TOTAL	64	100

Fuente: cuestionario realizado con estudiantes de primer año de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, agosto de 2007.

El 66% de estudiantes algunas veces estudian aun cuando presentan cansancio y el 26% expresa que siempre estudia con cansancio y sueño lo que impide estudiar con eficacia, y un 8% nunca estudia con cansancio y sueño. Hernández Pina (1,999), dice que no es conveniente desvelarse de noche ya que ésta es necesaria para descansar y que se recomienda practicar el hábito saludable de dormir de siete a ocho hora diarias, ya que la falta de sueño afecta seriamente el rendimiento físico y mental y por ende el académico.

Es importante que el estudiante cumpla con su horario de estudio lo mejor posible, sin embargo, es comprensible que el ser humano necesita también de periodos de descanso que le permitan recuperar energía mental para continuar su estudio horas más tarde, con una mente descansada que le permita asimilar de una mejor manera el aprendizaje; no debe arriesgar la salud física y mental estudiando con la necesidad fisiológica del sueño debido a que este período es solo tiempo desperdiciado porque la asimilación no es eficiente.

Cuadro No. 10

Normalmente cuando estudio o realizo un trabajo tengo que levantarme puesto que no tengo a mano todo el material que necesito.

RESPUESTA	F	%
SIEMPRE	7	10.94
ALGUNAS VECES	47	73.44
NUNCA	10	15.62
TOTAL	64	100

Fuente: cuestionario realizado con estudiantes de primer año de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, agosto de 2007.

El 73% de los estudiantes algunas veces tienen necesidad de levantarse durante el período de estudio para conseguir material a utilizar por no tenerlo a la mano, el 10.94% siempre se levanta porque no prevé tener el material educativo al alcance, y el 15.62% nunca se levanta, lo que significa que el estudiante no se organiza previo al inicio de la actividad de estudio, él debe prever que se cuenta con todo el material educativo, para evitar levantarse frecuentemente, ya que con ello se pierde concentración y tiempo que se puede aprovechar al momento de adquirir los conocimientos.

El estudiante debe tener una mesa de trabajo amplia, con el material que necesite, sin otros objetos de distracción como revistas, juegos, adornos móviles y demás distractores del estudio. Los estudiantes que se levantan frecuentemente corren el riesgo de desviar su atención a otros objetos, así como perder el interés en el estudio y por consiguiente perder el tiempo.

Cuadro No. 11
Tengo horario de estudio definido.

RESPUESTA	F	%
SIEMPRE	11	17.19
ALGUNAS VECES	23	35.94
NUNCA	30	46.88
TOTAL	64	100

Fuente: cuestionario realizado con estudiantes de primer año de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, agosto de 2007

El 47% de los estudiantes no tiene horario predeterminado para estudiar adecuadamente, el 36% algunas veces elabora horario de estudio, el 17% siempre tiene horario definido de estudio, lo que significa que en su mayoría los estudiantes no elaboran un plan de estudio en el cual pueda contemplarse el tiempo suficiente y equitativo para los cursos de enfermería y cursos de apoyo, lo cual es una debilidad porque es posible que se descuide algún curso por falta de organización en relación al tiempo.

Cuadro No. 12
Tengo lugar fijo para estudiar.

RESPUESTA	F	%
SIEMPRE	42	65.63
ALGUNAS VECES	9	14.06
NUNCA	13	20.31
TOTAL	64	100

Fuente: cuestionario realizado con estudiantes de primer año de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, agosto de 2007

El 66% de estudiantes siempre cuenta con lugar fijo para estudiar, el 14% algunas veces tiene lugar fijo para estudiar, y el 20% nunca tiene lugar fijo para estudiar, de acuerdo a las características individuales de los estudiantes, muchos de ellos pueden adaptarse fácilmente a diversos ambientes para estudiar, sin embargo, no siempre tendrán al alcance todos los materiales lo que puede ser una desventaja porque al estar ubicándolos, principalmente los equipos como computadora, impresora y otros, le provoca pérdida de tiempo.

Cuadro No. 13

Cuando me pongo a estudiar me levanto frecuentemente por cualquier motivo.

RESPUESTA	F	%
SIEMPRE	7	10.94
ALGUNAS VECES	39	60.94
NUNCA	18	28.12
TOTAL	64	100

Fuente:

cuestionario realizado con estudiantes de primer año de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, agosto de 2007

El 61% respondió que algunas veces se levanta con frecuencia por cualquier motivo, el 11% siempre se levanta con frecuencia y nunca se levantan 28%, lo que significa que se levantan por cualquier motivo y deja el estudio a la mitad sin importarle la continuidad, esto es perjudicial para el estudiante quien necesitará nuevamente centrar su atención en el elemento a estudiar, lo cual puede provocar pérdida de tiempo valioso y por consiguiente atraso en el cumplimiento del plan semanal de estudio.

Cuadro No. 15

Tardo más de una semana en repasar los temas explicados en clase por el profesor.

RESPUESTA	F	%
SIEMPRE	3	4.69
ALGUNAS VECES	36	56.25
NUNCA	25	39.06
TOTAL	64	100

Fuente: cuestionario realizado con estudiantes de primer año de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, agosto de 2007

El 4.69% de estudiantes refiere que siempre tardan más de una semana en repasar los temas explicados en clase, un 56.25% algunas veces y el 39.06% nunca se tardan más de una semana, es decir, que probablemente el tiempo sea menos para estudiar los temas vistos en clase. La prontitud con que se reafirman los conocimientos es importante debido a que los conocimientos se encuentran en la memoria inmediata y al releer y memorizar los datos obtenidos, pasan a formar parte de la memoria mediata y aun tardía.

Cuadro No. 16.

Organizo con anterioridad el material a utilizar para estudiar.

RESPUESTA	F	%
SIEMPRE	50	78.12
ALGUNAS VECES	8	12.5
NUNCA	6	9.38
TOTAL	64	100

Fuente: cuestionario realizado con estudiantes de primer año de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, agosto de 2007

El 78.12% de estudiantes expresan que siempre tienen organizado el material que van a utilizar para estudiar, un 12.50% algunas veces y el 9.38% nunca tienen el material organizado. Es importante hacer notar que la organización de los materiales de estudio no representa mayor problema para la mayoría de los estudiantes lo cual se considera una fortaleza porque las personas que cuentan con el material y equipo necesario y organizado previo a estudiar ahorran tiempo y energía, además de evitar los distractores.

Sin embargo, es importante resaltar que estas respuestas contradicen a las cuadro anterior en relación a levantarse del lugar donde está estudiando por otros motivos y por el material, probablemente los estudiantes se levanten para satisfacer otras necesidades o porque no sienten motivación para el estudio de un curso en particular.

Cuadro No. 17

Cuando inicio la lectura de un libro acostumbro a leer previamente el índice o la contra portada.

RESPUESTA	F	%
SIEMPRE	18	28.13
ALGUNAS VECES	33	51.56
NUNCA	13	20.31
TOTAL	64	100

Fuente: cuestionario realizado con estudiantes de primer año de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, agosto de 2007

El 28.13% de estudiantes antes de leer un libro revisan previamente el índice o la contra portada, esto constituye una ventaja porque el estudiante tiene una idea general del contenido del mismo lo que facilita su comprensión, el 51.56% algunas veces realizan tal acción y un 20.31% nunca lo hace, lo que significa que la mayoría carece de este hábito. Es importante el estudio externo de los libros para conocer en forma general la organización del mismo, sea por capítulos o unidades la metodología y otros aspectos que faciliten el estudio.

Cuadro No. 18

En la lectura definitiva de un texto suelo tomar notas y subrayar las palabras interesantes.

RESPUESTA	F	%
SIEMPRE	42	65.62
ALGUNAS VECES	18	28.13
NUNCA	4	6.25
TOTAL	64	100

Fuente: cuestionario realizado con estudiantes de primer año de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala, agosto de 2007

El 66% de estudiantes siempre en la lectura de un texto toman notas y realizan subrayado de las palabras interesantes del texto, el 28% algunas veces suelen tomar notas y subrayan lo más importante y el 6% nunca toman notas mucho menos subrayan las palabras interesantes al realizar la lectura no le dan la importancia debida al subrayado y la toma de notas. Una de las técnicas básicas en el estudio es el resaltar los puntos importantes de un texto y la simplificación de los datos tomando notas de pasajes que deben recordarse inmediatamente en el momento de los exámenes.

Tierno (1997) dice que subraya la proposición que caracteriza al objeto, hecho o idea referida a cada elemento de la frecuencia, los objetos confrontados y las categorías de confrontación, el concepto principal y algunos de sus ejemplos²², se subraya el texto suficiente para describir ambos componentes.

²² Tierno Jiménez Bernabé, Del Fracaso al Éxito, Segunda Edición, Editorial Plaza Janes 1,997, Barcelona P89.

VIII. CONCLUSIONES.

Con base en los resultados obtenidos se concluye que:

1. Existe un porcentaje significativo de estudiantes el (50%) que acostumbra estudiar con distractores (televisión y radio)
2. En el grupo de estudiantes entrevistado no existe el hábito de dedicar el tiempo necesario al estudio, es muy corto o no dedican ningún tiempo.
3. El hábito de planificar el estudio no está desarrollado en todo el grupo de estudiantes entrevistados, así mismo no cumplen planes o propósitos de estudio.
4. Existe un porcentaje de estudiantes (73%) que siempre estudia con luz inadecuada y el (61%) se levanta con frecuencia cuando está estudiando por cualquier motivo.
5. La mayoría de estudiantes cuentan con un lugar fijo para estudiar, lo que le permite organizar el material que necesitarán para alcanzar sus objetivos.
6. La mayoría de estudiantes no cuentan con el hábito de revisar el índice y contraportada de un texto, así como la utilización del diccionario

IX. RECOMENDACIONES.

Con base a las conclusiones del estudio se hacen las siguientes sugerencias:

1. Impartir un curso introductorio sobre hábitos y técnicas de estudio en el curso preuniversitario.
2. Implementar en el grupo estudiantil un diplomado sobre los hábitos de estudio para fortalecer el conocimiento y que esté acreditado por la universidad de San Carlos de Guatemala.
3. Realizar un seguimiento de estudio en los diferentes niveles de la carrera de enfermería para estandarizar los hábitos de estudio encontrados como frecuentes y conocer los hábitos que permanecen deficientes durante su preparación académica.
4. Dar a conocer los resultados del estudio de la investigación a las autoridades, de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala y otras instituciones.
5. Sistematizar incorporar en los contenidos de enfermería 1 y 2, los hábitos de estudio y técnicas de estudio cuando se dejen tareas en las diferentes guías que se trabajen durante el semestre.

Bibliografía.

1. Argudin Yolanda. "Aprender a Pensar Leyendo bien". Edit. Plaza y Valdez Enero 1,985
2. ALONZÓ ÁLVAREZ, ÁNGEL, "Manual de Técnicas de Estudio", Segunda Edición Editorial Everest, S.A. León España, 1,995 P61. P54.
3. BIGGE, M. Y HUNT. M. "Bases Psicologicas de la Educación" Trillas Mexico. 1,881. p 6.
4. ASTURIAS DE ARROYAVE, Mireya: Estudio comparativo de Técnicas Grupales individuales aplicadas al Desarrollo de Hábitos y Actitudes hacia el Estudio Guatemala 1,987 P
5. GALO LAINEZ de LARA, Maria Del Carmen. "Los Hábitos de Estudio en Relación con el Rendimiento Escolar en la Escuela Media", Guatemala 1,969, P159, Tesis (Licenciatura en Pedagogía y Ciencias de la Educación) Facultad de Humanidades Universidad de San Carlos de Guatemala, C. A.
6. HERNÁNDEZ PINA Fuensanta, "Aprende a Aprender Técnicas de Estudio", Primera Edición Barcelona Editorial Océano S.A. 1,999 P18 p 119
7. MARINER TOMEY y Ann, "Modelos y Teorías de Enfermería", Tercera Edición, Mosby, Madrid, España 1,994 pag- 254

8. NÉRICI, Imideo Giuseppe 'Hacia una Didáctica General Dinámica', Tercera Edición, Editorial Kapeluz, Buenos Aires, Argentina 1992, P 226
9. NORMA, Diccionario Enciclopédico, Mega Editorial Norma, S.A. Edición 2,005 Colombia P 441.
10. NÉRICI, Imideo Giuseppe 'Hacia una Didáctica General Dinámica', Tercera Edición, Editorial Kapeluz, Buenos Aires, Argentina 1992, P 226
11. TIERNO JIMÉNEZ Bernabé "Del Fracaso al Éxito Escolar", Barcelona Segunda Edición 1,997 Editorial S.A. Plaza Janez. P.76. p 345.
12. WWW.Molwick.com/es/memoria/150-neurocienc.html TEXTO. 17/9/07